

sportheilbronn

kostenlos!

Ausgabe 7

www.sport-heilbronn.de

Januar 2018



**KTT HEILBRONN BLEIBT ERSTKLASSIG –
BUNDESLIGA-SAISONSTART SCHON IM MÄRZ**

ROLLKUNSTLAUF



Markus Lell Karriererückblick

TANZSPORT



Deutsche Meister im Interview

EISHOCKEY



Wie ticken kanadische Profis?



Gerhard Huber,
Rohrnetzmeister
bei der HVG

Versorgungssicherheit

Wir sind für unsere Kunden 365 Tage im Jahr 24 Stunden im Einsatz. Mit über 300 Beschäftigten garantieren wir eine sichere und zuverlässige Versorgung mit Erdgas, Wärme und Trinkwasser für 300.000 Einwohner und viele Unternehmen in über 40 Städten und Gemeinden. Unsere Erfahrung und das Bestreben, auf innovative, modernste Lösungen zu setzen, machen dies möglich. Dabei geht es uns in allen Bereichen auch um Nachhaltigkeit – und das heißt für uns langfristig planen, denken und handeln – für die zukunftsfähige Entwicklung unserer Region.

Wir sind für Sie da – in Heilbronn und in der Region!

Telefon 07131 56-4248

www.hnvg.de



HVG Heilbronner
Versorgungs GmbH

4 BUGA + SPORT
5. Heilbronner Sportgespräch

4 Impressum

6 KTT HEILBRONN
Klassenerhalt + Saisonstart



8 MARKUS LELL
Karriererückblick

10 STILLE HELDEN DES SPORTS
Judo-Trainer Ferdi Filiz



12 RED DEVILS HEILBRONN
Erfolgreiche Bundesliga-Saison

14 SANDRA + FRANK STÄBLER
Ein Leben in der Öffentlichkeit

16 #teamsporthalle

18 EDUARD POPP
Appell an die Wirtschaft

20 ASCHENBRENNER + LEPSKI
Deutsche Tanzsport-Meister

22 Karrieresplitter

28 BEHINDERTENSPO
8 Persönlichkeiten im Gespräch



32 Sportpsychologie

34 RUDI CHRISTIANSEN
Tennistalent vom Trappensee

36 WASSERBALL SSG HEILBRONN
Das Soleo als Festung



38 WINTER-MOTOCROSS
Absage wegen Baustelle

40 JUSTIN MAYLAN
Wie ticken kanadische Profis?

42 FUSSBALLWELT HEILBRONN
Projekt für den Nachwuchs



44 JUGENDSPORTBEGEGNUNG
Sportlicher Vergleich in Solothurn

46 Sportrecht

48 Heilbronner Sportsplitter

54 Termine



INHABERIN: NICOLE SEUFER

INDIVIDUELL.
UNVERWECHSELBAR.
BESONDERS.

DAMEN- UND HERRENSALON
ECHTHAARVERLÄNGERUNG · HAARVERDICHTUNG
PROFESSIONELLES NAGELDESIGN



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



Bürgermeisterin Agnes Christner begrüßt die Vertreter der Heilbronner Vereine im Knotenpunkt Inselspitze. (Fotos: Marcel Tschamke)

INFOVERANSTALTUNG „BUGA & SPORT“ BEIM 5. HEILBRONNER SPORTGESPRÄCH

Ende November 2017 hatten sich über 30 Vertreter des Heilbronner Sports im Knotenpunkt Inselspitze unter der Friedrich-Ebert-Brücke eingefunden, als die Stadt Heilbronn gemeinsam mit dem Stadtverband für Sport und der Bundesgartenschau Heilbronn 2019 GmbH zum 5. Heilbronner Sportgespräch einlud.

Nach einer einführnden Begrüßung von Bürgermeisterin Agnes Christner stellten BUGA-Geschäftsführer Hanspeter Faas sowie Michaela Ruof, Leiterin des Bereichs Veranstaltungen und Kultur bei der BUGA, das Sportkonzept für die Bundesgartenschau 2019 vor.

Mit der Hauptbühne für 1.200 bis 3.000 Zuschauer, der Fährbühne, dem Pavillon auf der Sommerinsel, der in die BUGA integrierten Rollsporthalle sowie je einem Multifunktions- und Beachvolleyballfeld, der Kletterwand, den Wasserflächen und dem Campuspark werden für den Sport insgesamt neun Flächen zur Verfügung stehen.

Inzwischen haben bereits zahlreiche Vereine ihr Interesse signalisiert, sich während der Bundesgartenschau 2019 mit Mitmachangeboten und Veranstaltungen einbringen zu wollen. „Im Bereich Sport möchten wir den BUGA-Besuchern gerne Aktivitäten anbieten, die etwas Besonderes sind und in dieser Art bei anderen Anlässen so nicht zu finden sind“, richtete sich Michaela Ruof an die anwesenden Vereinsvertreter. „Deshalb werden wir in den kommen-

den Monaten jeweils punktuell auf die Vereine zugehen.“

Fest im Veranstaltungskalender eingeplant ist das Landeskinderturnfest (19. bis 21. Juli 2019), das zum Teil auf dem BUGA-Gelände ausgetragen wird. Am 28. und 29. Juni 2019 paddeln die Teilnehmer der 17. Deutschen Betonkanu-Regatta auf der BUGA. Ein weiteres Wochenende soll den Vereinen aus Stadt und Region vorbehalten sein, um sich und ihre Angebote zu präsentieren.

Neben Einzelveranstaltungen möchten die Veranstalter vor allem auch regelmäßig stattfindende Mitmachangebote integrieren – wie zum Beispiel das städtische Projekt „Sport im Park“, das bereits seit 2016 von April bis Oktober von verschiedenen Vereinen auf Grünflächen wie z.B. dem Wertwiesenpark stattfindet. Noch weist der Belegungsplan der BUGA-Sportflächen weiße Stellen auf, diese sollen jedoch bis Mitte 2018 gefüllt sein.

Vereine, die Interesse daran haben Shows, Wettkämpfe oder andere Veranstaltungen auf der BUGA durchzuführen, können sich bei Michaela Ruof unter der Adresse michaela.ruof@buga2019.de melden. (RS)



Von links: Hanspeter Faas, Michaela Ruof und Karin Schüttler (Leiterin Schul-, Kultur- u. Sportamt)

IMPRESSUM

Ausgabe 7 / Januar 2018

Verlagsanschrift:

Stadtverband für Sport Heilbronn
Frundsbergstr. 215, 74080 Heilbronn
Telefon 07131 / 920892
info@sport-heilbronn.de
www.sport-heilbronn.de

Herausgeber:
Markus Otten



Auflage:
5.000 Stück

Verteilung:
kostenlos

Redaktion, Produktion, Vermarktung, Abo:

Scherlinzky GmbH
Agentur für WinWin-Marketing
Heuholzer Weg 7, 74076 Heilbronn
Telefon 07131 / 772227
info@winwin-marketing.de
www.winwin-marketing.de
Abopreis (4 Ausgaben): 23,80 € inkl. MwSt.

Redakteure:

Ralf Scherlinzky (RS)
Tel. 0172 / 2117869
redaktion@sport-heilbronn.de
Michael Roll (MR)
michael.roll@sport-heilbronn.de

Gastbeiträge:

Nico Lang (S. 16)
Eduard Popp (S. 18)
Denise Krebs (S. 22)
Bettina Englisch (S. 26)
Nils Haupt (S. 27)
Prof. Dr. Dirk Schwarzer (S. 32)
RA Harald Krusenotto (S. 46)

Fotos:

Marcel Tschamke

Druck:

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

© Stadtverband für Sport Heilbronn, 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.



einfachkaufen

Partner in Ihrer Nähe

DRESSMAN

mietauto
TRAVEL

Felice
Ristorante & Pizzeria


Food Court[®]
established since 1994


PICOBELLO
Dienstleistungszentrum für Kfz

Schnepf-IT Heilbronn



Stand 12.2017

Das Vorteilsprogramm der Sparkasse!

**Tolle Rabatte bei über 180 Partnern |
Einfach mit der SparkassenCard zahlen |
Geld zurück aufs Girokonto**

www.einfachkaufen.hn

Wenn's um Geld geht
 **Kreissparkasse
Heilbronn**

KTT HEILBRONN: NACH DEM KLASSENERHALT IST VOR DEM KLASSENERHALT

Am 18. November 2017 war es amtlich: Das KunstTurnTeam Heilbronn – kurz KTT – hatte sein Saisonziel erreicht und den Klassenerhalt in der ersten Bundesliga vollends unter Dach und Fach gebracht.

Dass in der Premiersaison nicht mehr als der Klassenerhalt zu erwarten war, darüber waren sich die Verantwortlichen von vorneherein klar gewesen. Schon vor der Saison wurde der Heim-Wettkampf am 11. November gegen den TSV Monheim zum Showdown um den Klassenerhalt ausgerufen – und was die 550 Zuschauer an diesem Tag in der Römerhalle erlebten, war dann auch Bundesliga-Überlebenskampf pur mit Spannung bis zum letzten Gerät. Eine 5er-Wertung von Fabian Geyer bei der letzten Barren-Übung brachte das KTT letztendlich auf die Siegerstraße.

Doch auch wenn man am Ende gegen Monheim über einen 37:28-Sieg jubeln konnte – es bestand immer noch die theoretische Chance, dass man den fast sicheren Klassenerhalt am letzten Wettkampftag noch verspielen könnte. Bei einer hohen KTT-Niederlage in Stuttgart und einem gleichzeitigen Monheimer Sieg gegen den SC Cottbus hätte es nochmal eng werden können, weshalb die Rechenschieber im Heilbronner Lager fast nicht mehr zur Ruhe kamen und man während des Wettkampfes beim MTV Stuttgart mehr auf den Liveticker der Deutschen Turn-Liga schaute als auf die Sportler an den Geräten.

Zur eigenen Überraschung hatten die KTT-Turner ihre Nervosität abgelegt, waren total fokussiert in den Wettkampf gegangen und hatten mit dem Boden und dem Pauschenpferd gleich die ersten beiden Geräte für sich entschieden, während Cottbus parallel in Monheim punktete und damit den Klassenerhalt des KTT schon frühzeitig perfekt machte.

Nachdem der Erfolg nun eingetütet war, folgte die Kür – in Form eines nie für möglich gehaltenen 36:32-Sieges.

„Das war ein absolut fantastischer Sieg“ schwärmte der Brite Reiss Beckford nach dem Wettkampf. „Nachdem wir schon früh wussten, dass wir gewonnen haben, konnten wir ohne Druck turnen. Das hat riesigen Spaß gemacht.“

„Oldie“ Thomas Andergassen, mit 37 Jahren der Senior im Team und lange selbst für den MTV Stuttgart aktiv, dachte im Angesicht des Klassenerhalts vor allem an den kurz zuvor verstorbenen Turngau-Präsidenten René Lachmund: „Es war Renés Traum, dass das KTT erstklassig bleibt. Er hätte sich über das, was hier passiert ist, riesig gefreut. Wir haben nicht nur für uns, sondern auch für ihn geturnt.“

Viel Zeit, um sich auf dem Erreichten auszuwirken, bleibt den Verantwortlichen allerdings nicht – denn die neue Saison startet diesmal nicht erst im Mai, sondern bereits am 3. März.

Während für die Sponsorenakquise die Zeit bis zum ersten Wettkampf komplett ausgenutzt werden wird, war die sportliche Planung bereits Mitte Januar nahezu abgeschlossen. Wie sich der Mannschaftskader zusammensetzt und welche Ziele das KTT Heilbronn in der Saison 2018 hat, darüber haben wir mit Taktiktrainer Rainer Arnold gesprochen.

Was dürfen die Zuschauer in der neuen Saison vom KTT Heilbronn erwarten?

Rainer Arnold: Man könnte sagen, dass nach dem Klassenerhalt vor dem Klassenerhalt ist. Nur wollen wir diesen jetzt nicht erst in den letzten beiden Wettkämpfen klar machen. Unser Ziel ist es, zum Ende der ersten Saisonhälfte bereits den Klassenverbleib sicher zu haben. Das ist ein ambitioniertes Ziel, aber wenn alles normal läuft, werden wir nichts mit dem Abstieg zu tun haben. Erschwert wird es allerdings dadurch, dass mit dem Wiederaufsteiger TV Wetzgau ein finanzstarkes Team in die Liga kommt, das um das kleine Finale mitturnen und nichts mit dem Abstieg zu tun haben wird.

Das klingt nach ein paar Neuzugängen. Wer kommt denn alles neu zum KTT?

Rainer Arnold: Das mag vielleicht so klingen, aber wir werden fast mit dem gleichen Team an den Start gehen, mit dem wir die Saison beendet haben. Nur Julian Weller verlässt uns in Richtung Stuttgart. Mit dem 17-jährigen Nachwuchstalent Jacob Hofmann aus Stuttgart haben wir dafür einen Neuzugang, den wir an die Bundesliga heranführen – ähnlich wie wir es in der letzten Saison mit Julian Weller gemacht hatten. Eventuell tut sich noch etwas auf den Ausländerpositionen. Unsere Wettkampftermine liegen etwas ungeschickt, denn da sind viele internationale Turniere und es wird deshalb schwierig, unsere ausländischen Turner nach Heilbronn zu bekommen. Dazu kommt, dass Eddie Penev direkt drei Tage nach dem Wettkampf in Stuttgart an der Schulter operiert wurde und definitiv in der ersten Saisonhälfte ausfallen wird.

Wie wollt ihr es schaffen, mit dem gleichen Team, das letzte Saison bis zum Schluss zittern musste und teilweise hoch verloren hat, frühzeitig den



Der Moment der Erlösung: Fabian Geyer stellt gegen Monheim mit einer perfekten Barren-Übung die Weichen auf Sieg.

BUNDESLIGA-TERMINE 2018

Samstag, 03.03.2018:	KTT Heilbronn	– Siegerländer KV
Samstag, 10.03.2018:	SC Cottbus	– KTT Heilbronn
Samstag, 31.03.2018:	TV Wetzgau	– KTT Heilbronn
Samstag, 07.04.2018:	KTT Heilbronn	– KTV Straubenhardt
Samstag, 08.09.2018:	TG Saar	– KTT Heilbronn
Samstag, 10.11.2018:	KTT Heilbronn	– MTV Stuttgart
Samstag, 17.11.2018:	KTV Obere Lahn	– KTT Heilbronn

Heim-Wettkämpfe finden jeweils um 17 Uhr in der Römerhalle statt (ohne Gewähr).



Carlo Hörr wird auch 2018 im Trikot des KTT Heilbronn auf sein Ziel, die Olympia-Teilnahme 2020, hin arbeiten.
Fotos: Marcel Tschamke

Verbleib in der Bundesliga zu sichern?

Rainer Arnold: Hier wird sich – hoffentlich – unsere Philosophie der letzten Jahre auszahlen, mit jungen Leuten an den Start zu gehen. Denn diese entwickeln sich von Wettkampf zu Wettkampf weiter. Letzte Saison haben Turner wie Carlo Hörr und Fabian Geyer schon von der ersten zur zweiten Saisonhälfte Quantensprünge in ihrer Leistung gemacht. Bei ihnen ist das Ende der Fahnenstange noch lange nicht erreicht. Ein großer Vorteil gegenüber der Konkurrenz ist auch unsere zweite Mannschaft, die in die Verbandsliga aufgestiegen ist. Denn die Leute, die voraussichtlich weniger Einsätze in der Bundesliga bekommen werden, können dort dennoch auf einem ordentlichen

Niveau Wettkampfpraxis sammeln und dann in die erste Mannschaft aufrücken.

Werden die „Original-Heilbronner“, die vor zwei Jahren einen großen Anteil am Bundesliga-Aufstieg hatten, weiterhin in der Bundesliga zum Einsatz kommen?

Rainer Arnold: Natürlich! Auch wenn, wie in der letzten Saison, die „jungen Wilden“ und die ausländischen Turner die meisten Geräte turnen werden, sind unsere Heilbronner unheimlich wichtig für die Mannschaft – selbst, wenn sie mal nicht eingesetzt werden. Sie sind unheimliche Teamplayer, die realistisch denken und denen bewusst ist, dass die Rollen im Team klar verteilt sind.

Wurden diese „jungen Wilden“ nach den starken

Leistungen in der Rückrunde eigentlich auch von anderen Vereinen umworben?

Rainer Arnold: Ja, natürlich. Wir haben in Deutschland keinen Überfluss an guten jungen Turnern und die Konkurrenz schläft nicht. Deshalb freut es uns umso mehr, dass Carlo Hörr und Fabian Geyer in Heilbronn bleiben. Bei Julian Weller hat es leider nicht geklappt.

Wie kann man als vermeintlicher Underdog dann dennoch einen Mann wie Carlo Hörr halten, der sich berechnete Hoffnungen auf eine Olympia-Teilnahme 2020 macht?

Rainer Arnold: Da gibt es gleich drei Faktoren, die bei den jungen Sportlern in die Entscheidungsfindung eingreifen. Zum einen gibt es natürlich den finanziellen Aspekt, ganz klar. Aber was würde es einem Carlo Hörr bringen, wenn er zu einem Topteam wechselt, bei dem er zwar besser bezahlt wird, das aber mit Stars gespickt ist? Er würde dort kaum zum Einsatz kommen und hätte so keine Chance, um sich durch starke Leistungen für höhere Aufgaben zu empfehlen. Bei uns dagegen bildet er mit seinen 19 Jahren den Kern der Mannschaft und kann bei jedem Wettkampf fünf oder sechs Geräte turnen. Und dann ist da noch der Wohlfühlfaktor, der bei Carlo zusammen mit den vielen Einsätzen letztendlich den Ausschlag für einen Verbleib gegeben hat. In Heilbronn wird er nicht nur als Turner, sondern auch als Mensch geschätzt. (RS)

GEWINNE EIN AUTOGRAMM VON OLYMPIASIEGER FABIAN HAMBÜCHEN



Beim Wettkampf des KTT Heilbronn gegen die KTV Obere Lahn haben wir Fabian Hambüchen getroffen und haben ihn um ein Autogramm für die sportheilbronn-Leser gebeten, das er uns nach dem gemeinsamen Foto auch gerne gegeben hat. Deshalb freuen wir uns, ein vom Olympiasieger und Sportler des Jahres 2016 unterschriebenes Exemplar der sportheilbronn-Ausgabe 6 verlosen zu können. Wenn ihr das unterschriebene Magazin gewinnen wollt, dann schickt uns **bis zum 1.3.2018** eine Email mit dem Betreff „Fabian Hambüchen“ und eurer Adresse an **redaktion@sportheilbronn.de** – und mit etwas Glück gehört das signierte Magazin euch. Viel Erfolg!



Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Daten der Teilnehmer werden nicht an Dritte weitergegeben und nach erfolgter Verlosung gelöscht.

MoschMosch™
JAPANISCHE NUDELBAR

Gutschein für eine Vorspeise nach Wahl!
Bei Vorlage dieses Gutscheins laden wir Sie bei Bestellung eines Hauptgerichts auf eine Vorspeise Ihrer Wahl ein.

Gültig bis 31.12.2018 im MoschMosch Heilbronn. Gilt nur im Haus. Barauszahlung & Kombination mit anderen Aktionen/Gutscheinen nicht möglich.

MoschMosch, Obere Neckarstraße 30, Marrahaus, Heilbronn
☎ 07131 - 873 936 0 moschmosch.com

MARKUS LELL – EIN GANZ GROSSER VERLÄSST DIE HEILBRONNER SPORTBÜHNE

Am 26. Oktober 2017 war offiziell Schluss für den international wohl erfolgreichsten Heilbronner Sportler der letzten 30 Jahre. An diesem Donnerstag im Herbst wurde der sechsfache Rollkunstlauf-Weltmeister Markus Lell zusammen mit seiner langjährigen Trainerin Klaudia Rieger-Katzmaier von seinem Verein REV Heilbronn in den Ruhestand verabschiedet. Wir haben uns mit dem einstigen Erfolgsduo kurz vor Weihnachten auf dem Heilbronner Weihnachtsmarkt getroffen, um noch einmal einen Rückblick auf die lange Karriere des 26-Jährigen zu werfen – und haben dabei einige unterhaltsame Anekdoten aus dem Erinnerungs-Schatzkästchen der beiden „Rollsport-Rentner“ gehört, die wir den sportheilbronn-Lesern nicht vorenthalten wollen... :-)

„Dass mir ohne den Rollkunstlauf nichts fehlt, kann ich nicht sagen“, lacht Markus Lell zu Beginn unseres Gesprächs entspannt, fügt dann aber hinzu, dass er weiterhin regelmäßig auf der Rollschuhbahn ist und Training gibt. „Aber wenn man am Montag oder Freitag abends um 18 Uhr nicht mehr unbedingt zum Training aus dem Haus muss, dann ist das schon ein gewisser Luxus, den ich bisher nicht hatte.“

Auch Klaudia Rieger-Katzmaier gibt zu, dass ihr ohne das regelmäßige Training mit ihrem bisherigen Schützling etwas fehlt. „Aber es würde mir mehr fehlen, wenn ich wüsste, dass Markus ohne mich weitermacht.“

Seit 2003 haben die beiden zusammengearbeitet, sind gemeinsam durch dick und dünn gegangen. „Markus war damals ein 13-jähriges Buble“, erinnert sich die Trainerin. „Ich wurde gefragt, ob ich ihn von seiner bisherigen Trainerin Gudrun Hartmann übernehmen möchte. Ich habe zwar gleich zugesagt, habe am nächsten Tag aber bei seiner Mutter angerufen, um wieder abzusagen. Alle haben sein Talent gesehen und ich habe es mir nicht wirklich zugeutraut, dem Talent gerecht zu werden. Dagmar Lell hat mir dann aber gut zuredet, damit ich es zumindest probiere – und irgendwie hat es dann doch ganz gut geklappt.“

Dabei wäre die Karriere von Markus Lell beinahe schon zu Ende gewesen, bevor sie



Eine abgefahrene Rolle als Erinnerungsstück für die Trainerin.

überhaupt richtig ins Rollen kam. „Bei meinem ersten Auftritt als Kind wollte ich nicht vor die ganzen Leute rausgehen“, schmunzelt der Informatik-Student. „Nach viel gutem Zureden habe ich mich dann doch getraut, aber nur unter der Bedingung, dass meine Trainerin die ganze Kür voraus läuft und ich ihr hinterher role. Das hatte mir alles irgendwie nicht gefallen und ich habe erstmal aufgehört. Irgendwann hat es mich dann aber doch wieder gejuckt und ich bin wieder ins Training eingestiegen. Das war dann wohl eine gute Entscheidung.“

Mit dem Beginn der Zusammenarbeit mit Klaudia Rieger-Katzmaier kamen dann auch die ersten ganz großen internationalen Erfolge, nachdem Gudrun Hartmann in den ersten Jahren bereits die Grundlagen gelegt hatte. „Daran hatte Klaudi einen großen Anteil, denn sie ist immer auf mich eingegangen und die Chemie hat einfach gestimmt. Wäre sie gekommen mit ‚du musst dies und das machen‘, dann hätte ich vermutlich schnell wieder aufgehört.“

„Markus war immer sehr sensibel“, bestätigt die 49-Jährige. „Ich habe recht schnell ein Gespür dafür entwickelt, wann man ihn am besten in Ruhe lässt. Das Wichtigste war bei den Wettkämpfen, dass man einfach da war. Meist war ich aufgeregter als er selbst, aber ich habe immer versucht, nach außen cool zu wirken.“

„So ganz ist dir das aber nicht gelungen“, frotzelt der Neckargartacher, stimmt aber gleich zu, dass ihm die Anwesenheit seiner Trainerin immer die nötige Kraft gegeben hat, damit er auf den Punkt genau konzentriert war. Einmal, so erinnert sich Klaudia Rieger-Katzmaier, war jedoch alles schief gegangen, was schief gehen konnte: „Weißt du noch, das war bei der Württembergischen Meisterschaft in Winnenden. Da war beim Einlaufen jeder Sprung super, doch als es dann gezählt hat, bist du vom Anfang bis zum Ende bei jedem Sprung gestürzt oder warst mit der Hand auf dem Boden. Das war

Stationen der Karriere von Markus Lell (von links) – Foto 1: Im Jahr 2000 bei einem seiner ersten Wettkämpfe. Foto 2: 2004 zusammen mit Sarah Robinson, Klaudia Rieger-Katzmaier und Schwester Stefanie Lell. Foto 3: Empfang beim REV nach der WM 2011 in Brasilien mit Klaudia Rieger-Katzmaier und Jana Kopp. Foto 4: Empfang beim REV nach der WM in Kolumbien 2015. (Fotos 1-4: privat). Foto 5: Eröffnung der WM 2016 in Italien mit Markus Lell als Fahnenträger (Foto: Wunder). Foto 6: Ehrenrunde 2016 nach der WM-Siegerehrung (Pflicht) (Foto: Corbeletti). Foto 7: Verabschiedung im Oktober 2017 mit Klaudia Rieger-Katzmaier und dem REV-Vorsitzenden Heiko Arndt (Foto: Marcel Tschamke)



aber glaub ich das einzige Mal, wo du nicht auf den Punkt genau deine Leistung gebracht hast.“

Bei unserer Frage nach dem Highlight aus all den Jahren antworten beide wie aus der Pistole geschossen „Freiburg 2009“ – der Gewinn des ersten Weltmeistertitels, und das auch noch vor eigenem Publikum. „Ich hab so geheult, als ich auf die Anzeigetafel geschaut habe, da ist alles von mir abgefallen, denn er hatte davor arge Probleme mit seinem Rücken und wir hatten nicht gewusst, ob er seine Kür überhaupt durchziehen kann“, erinnert sich Klaudia Rieger-Katzmaier an das überwältigende Gefühl damals.

Doch auch die vielen Reisen, die fremden Kulturen und die vielen neuen Freundschaften gehören für Markus Lell zu den Highlights seiner Karriere. „Wir waren alle wie eine kleine Familie. Dadurch, dass es bei uns im Rollkunstlauf nicht ums Finanzielle geht, sind Freundschaften wichtiger als Konkurrenzkämpfe. Man freut sich für den Anderen und leidet gemeinsam.“

Wieviele Titel und Pokale hat Markus Lell eigentlich über seine gesamte Laufbahn gewonnen? „Da habe ich nicht mitgezählt. Weltmeisterschaften waren es wohl sechs. Ansonsten irgendwie jedes Jahr die Deutsche Meisterschaft. So 30 oder 40 Titel müssten es schon gewesen sein“, reflektiert er verlegen. Einfach in der Pokalvitrine nachzuzählen, bringt im Fall von Markus Lell auch nichts: „Im Keller gibt es einen Schrank, der überquillt, und ein paar Pokale stehen in der Küche.“

Einen Ehrenplatz dagegen hat der goldene Rollschuh, den er von seiner Trainerin im Oktober als Abschiedsgeschenk überreicht bekommen hatte. Im Gegenzug bekam Klaudia Rieger-Katzmaier von ihrem Schützling ein



Gemeinsames Anstoßen auf eine große Karriere mit Glühwein und Punsch. Fotos: Marcel Tschamke (4)

selbstgemaltes Banner geschenkt. „Das ist eine Insider-Sache“, plaudert sie aus dem Nähkästchen. „Immer wenn ich nicht bei den großen Wettbewerben dabei sein konnte, habe ich für Markus ein Plakat oder eine Leinwand mit dem Emblem des Wettbewerbs und seiner Platzierung gemalt. Meist bin ich dann an den Flughafen gefahren und habe ihn damit empfangen. Deshalb war das Banner von ihm jetzt ein ganz besonderes Geschenk für mich.“

Ob die beiden zum Abschluss unserer Runde auf dem Weihnachtsmarkt noch eine besonders lustige Anekdote auf Lager haben, fragen wir beim letzten Schluck aus der Glühwein-Tasse. Auch hier braucht sich das Erfolgsteam nicht extra abzustimmen. „Das Zimmer in Novara 2016“, lachen beide gleichzeitig los, ehe es aus Klaudia Rieger-Katzmaier heraus sprudelt: „Da hatte uns der Verband unwissentlich in einem Stundenhotel untergebracht. Markus war im Tigerzimmer mit rundem Bett und Spiegel an der Decke. Die Zimmer hatten Plüschtelefone und alles war voller Spiegel. Und für jedes Zimmer gab es

eine extra Garage, damit man inkognito mit dem Auto reinfahren konnte“. Markus Lell ergänzt schmunzelnd, dass das Hotel für das, was es war, „echt deluxe“ gewesen sei.

Für eine weitere Anekdote sorgten vor einigen Jahren tropische Regenfälle in Brasilien. „Da hat es stundenlang geschüttet und der Wettkampf musste verschoben werden. Klaudia war zuhause in Deutschland und hat vergeblich auf den Livestream gewartet“, erinnert sich Markus Lell, und Klaudia Rieger-Katzmaier ergänzt, dass sie „mitten in der Nacht wie eine Gestörte“ von Talheim zu Familie Lell nach Neckargartach gerast sei, weil sie „dachte, mein Internet spinnt wieder“.

Die Auflösung folgte drei Stunden später, als der Livestream dann doch noch begann und sie gemeinsam mit Markus' Eltern einen Wettbewerb anschauten, in dem die Läufer um Handtücher herumfahren mussten, die zum Aufsaugen der Wassermassen auf der Bahn gelegen waren. „Das war schon legendär“, grinst Markus Lell.

Auch wenn es künftig keine solchen gemeinsamen Momente geben wird, bleiben beide dennoch in engem Kontakt. „Das war ja nicht nur eine Zweckgemeinschaft, sondern ist eine echte Freundschaft“, so Markus Lell.

Wir wünschen den beiden „Rollkunstlauf-Rentnern“ alles Gute! (RS)



STILLE HELDEN DES HEILBRONNER SPORTS

Mit der neuen Rubrik „Stille Helden des Heilbronner Sports“ möchten wir ab dieser Ausgabe regelmäßig Menschen aus Heilbronner Sportvereinen vorstellen, die normalerweise nie im Rampenlicht stehen, die aufgrund ihres besonderen Einsatzes aber eine Würdigung mehr als verdient haben.

Auf die Idee gebracht hat uns dabei sportheilbronn-Leser Matze Kern aus Heilbronn-Böckingen mit dieser Nachricht:

„Ich hätte eine Idee für eine Geschichte über einen seit vielen Jahren ehrenamtlich engagierten Trainer. Mein Sohn ist seit zwei Jahren im Judo-Training bei der TSG Heilbronn. Der dortige Trainer ist seit der Kindheit im Verein und trainiert seit Ewigkeiten einmal pro Woche mittwochs ab 16.30 Uhr Bambini und von 18.00 bis 20.00 Kinder. Ich hab schon viele Trainer erlebt, und habe selbst schon viele Kinder trainiert, aber dieser Trainer ist Weltklasse. Er ist eine Vaterfigur, ein

toller großer Bruder und jemand, der die Kinder ohne Gebrüll und laute Worte motiviert und zur Ruhe bringt. Ich bin mit vielen Eltern einig, dass er nahezu einmalig ist. Er ist ein Kinderflüsterer.“

Nach kurzer Überlegung, wie wir den besagten Judotrainer am besten würdigen können, kam uns die Idee, daraus eine eigene Rubrik zu machen und künftig in jeder Ausgabe des sportheilbronn-Magazins einen „stillen Helden des Heilbronner Sports“ zu portraituren.

Den Anfang machen wir mit dem von Matze Kern vorgeschlagenen Ferdi Filiz von der TSG Heilbronn, und wir würden uns wünschen, dass wir in den kommenden Monaten und Jahren noch viele weitere „Stille Helden“ vorstellen dürfen.

Dazu brauchen wir jedoch eure Unterstützung – denn auch wir kennen von den meisten Vereinen nur die Personen, die aufgrund ihrer Rolle im Verein regelmäßig im Rampenlicht

stehen. Deshalb richten wir die Bitte an euch: **Schickt uns eure Vorschläge, wen wir in den künftigen Ausgaben in der Rubrik „Stille Helden des Heilbronner Sports“ vorstellen sollen!**

STILLE HELDEN GESUCHT

Wen sollen wir in der nächsten Ausgabe als „Stillen Helden des Heilbronner Sports“ vorstellen? Bitte schickt eure Vorschläge per Mail an redaktion@sport-heilbronn.de mit dem Betreff „Stille Helden“. **Fügt eurer Mail bitte unbedingt eine kurze Begründung bei, weshalb wir unbedingt die von euch vorgeschlagene Person vorstellen sollen!**

Die Redaktion wählt dann den-/diejenige(n) aus, behält sich aber auch vor, eingesendete Vorschläge ohne Nennung von Gründen abzulehnen. Sobald eine Entscheidung gefallen ist, melden wir uns und fragen nach den Kontaktdaten des-/derjenigen.

FERDI FILIZ – DER KINDERFLÜSTERER

Es ist Mittwochabend kurz vor 18 Uhr im Erwin-Römmle-Bewegungskindergarten. Eine Horde „Raubtiere“, rund 30 Kinder stark, rennt in ihren weißen Judo-Gi durch die Halle. Mittendrin ihr „Bändiger“ Ferdi Filiz. „Beim Gruppenwechsel ist es immer etwas chaotisch, aber gerade das macht den Kindern Spaß“, verrät Filiz nach der Trainingseinheit der Bambini in der Judo-Abteilung der TSG Heilbronn. Erst nachdem die 4- bis 7-jährigen Bambinis zurück in der Umkleidekabine sind, wird es etwas ruhiger. Über 20 Kinder im Alter von 7-14 Jahren hängen ihrem Trainer Ferdi an den Lippen. Ordnung und Disziplin ist dem Filialleiter im Training ganz wichtig, aber auch der Spaß der Kinder an der Bewegung und den Grundtechniken. Früher war Filiz selbst aktiver Judoka, trägt den schwar-

zen Gürtel im 1. Dan, und dachte in seiner Zeit als Bundesliga-Kämpfer nicht daran Trainer zu werden. „Also machte ich zunächst meine Kampfrichterausbildung, danach dann auch den Trainerschein und schließlich die Prüferlizenz für die Gürtelprüfungen“, beschreibt der verheiratete Familienvater seinen Werdegang. Im Verein bei der TSG Heilbronn ist er Jugendleiter der Budo-Abteilung sowie technischer Leiter der Judo-Sparte, kümmert sich um den Trainings- und Wettkampfbetrieb. So organisierte er Anfang Dezember die Heilbronner Stadtmeisterschaften im Judo, kümmerte sich vom Kuchen über den Ablauf bis zur Siegerehrung einfach um alles. Aber auch ein Jugend-Wochenende mit allen Kindern organisiert er jedes Jahr. „Als ich damals mit dem Jugendtraining angefangen habe,

waren vier oder fünf Kinder im Training. Heute sind es bei den kleinen über 20. Es macht unheimlich viel Spaß mit den Kindern zu arbeiten“. Doch nicht nur beim Judo engagiert sich Ferdi Filiz, auch der TSG-Kinderfasching und die Verpflegungsstation beim Trollinger Marathon geht auf das Konto des 37-Jährigen, der sich umgehend bei seinen Kollegen und Helfern bedankt. „Ich organisiere sehr gerne Dinge. Doch das ist alles nur mit zahlreichen Helfern möglich. Wenn ich um Hilfe rufe, sind immer Helfer da. Eine Hand kann nicht alleine klatschen!“

Darum nehmen wir alle heute einmal beide Hände und klatschen Applaus für die zahlreichen Stunden, die Ferdi Filiz für den Judoport und den Zusammenhalt investiert. Danke, Ferdi! (MR)



tsb HANDBALL

Horkheim



Spielplan 3. Liga

03.02.2018	20:00 Uhr	TSB Heilbronn-Horkheim	VfL Pfullingen
10.02.2018	19:31 Uhr	Hunters Faschingsparty	Tickets über www.diginights.com
11.02.2018	14:00 Uhr	Kinderfasching	
17.03.2018	20:00 Uhr	TSB Heilbronn-Horkheim	TSV Neuhausen/ Filder
24.03.2018	20:00 Uhr	TSB Heilbronn-Horkheim	TuS 04 Dansenberg
14.04.2018	20:00 Uhr	TSB Heilbronn-Horkheim	SG Nußloch
28.04.2018	20:00 Uhr	TSB Heilbronn-Horkheim	Rhein-Neckar Löwen II

Die Heimspiele finden immer in der Stauwehrhalle in Horkheim statt! Weitere Informationen erhalten Sie unter www.tsb-horkheim.de

**Digital
oder
persönlich?**

**Garantiert
Volksbank!**

**Volksbank
Heilbronn**




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.



RED DEVILS HEILBRONN WERDEN ZU EINEM AUSHÄNGESCHILD DES HEILBRONNER SPORTS

Vor etwas mehr als einem Jahr haben sich die Neckargartacher Ringer des SV Heilbronn am Leinbach – die RED DEVILS – dazu entschlossen, den Aufstieg am „Grünen Tisch“ nicht nur wahrzunehmen, sondern auch in die Playoffs und vielleicht sogar irgendwie in das Viertelfinale vorzudringen.

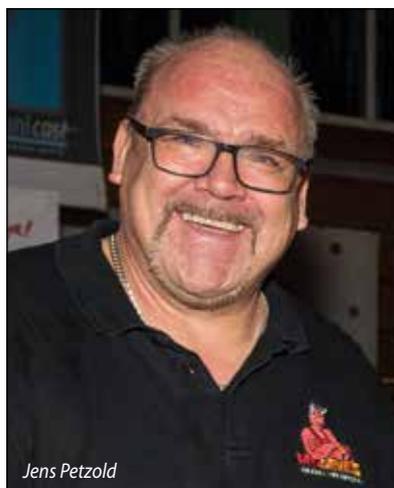
Rund zwölf Monate später, am 23. Dezember 2017, scheiterten die RED DEVILS nach einer 5:17-Niederlage beim bärenstarken SV Wacker Burghausen im Viertelfinale, nachdem man den Hinkampf noch mit 12:10 für sich entschieden hatte. Was überwiegt: Die Freude über das Erreichte oder die Enttäuschung darüber, dass man trotz des Sieges im ersten Kampf nicht den Sprung ins Halbfinale um die Deutsche Meisterschaft geschafft hat?

„Ganz klar die Freude über das Erreichte“, sagt Abteilungsleiter Jens Petzold. „Hätte mir vor der Saison jemand gesagt, dass wir an die Tür zum Halbfinale anklopfen würden, hätte ich ihn für verrückt erklärt. Es wäre natürlich schön gewesen, wenn wir es ins Halbfinale geschafft hätten, aber das Ausscheiden im Viertelfinale gegen das wohl stärkste Team der drei Bundesliga-Staffeln ist kein Beinbruch. Schade war natürlich, dass wir auswärts ausgeschie-

den sind und uns nicht mehr von unseren Fans verabschieden konnten. Das holen wir aber mit einem Abschlussfest im Februar nach.“

Innerhalb eines Jahres haben es die RED DEVILS geschafft, sich zu einem Aushängeschild des Heilbronner Sports zu entwickeln und zu einem Publikumsmagneten zu werden – und dies in einer vermeintlichen Randsportart. Bereits in der Vorsaison, als es in der Römerhalle noch um Regionalliga-Punkte gegangen war, hatte man nicht selten 400 Zuschauer begrüßen können. Diese Zahl hat sich nun im Schnitt verdoppelt. Jens Petzold: „In der Regionalliga waren das alles noch reine Fans des Ringkampfsports. Da war es eher die Ausnahme, dass neue Fans dazukamen.“

In der Bundesliga aber kamen Woche für Woche neue Zuschauer dazu. Im Heilbronner Sport waren die RED DEVILS im Gespräch –



Jens Petzold

nicht zuletzt durch ihre hohe Präsenz in der Presse und den Sozialen Medien. Für die Römerhalle, die bei den Heimkämpfen für 900 Zuschauer freigegeben war, konnte man für das Viertelfinale eine Sondergenehmigung erwirken, um keine Fans an der Kasse abweisen zu müssen. So begrüßte man gegen Burghausen rund 1.200 Menschen in der Halle.

Hätte man das Halbfinale erreicht, wäre es in der Römerhalle eng geworden. „Da wäre dann ein Ansturm von Fans aus ganz Deutschland auf uns zugekommen. Und für den Fall einer Finalteilnahme hatten wir bereits die MHP-Arena in Ludwigsburg geblockt“, schmunzelt Jens Petzold.

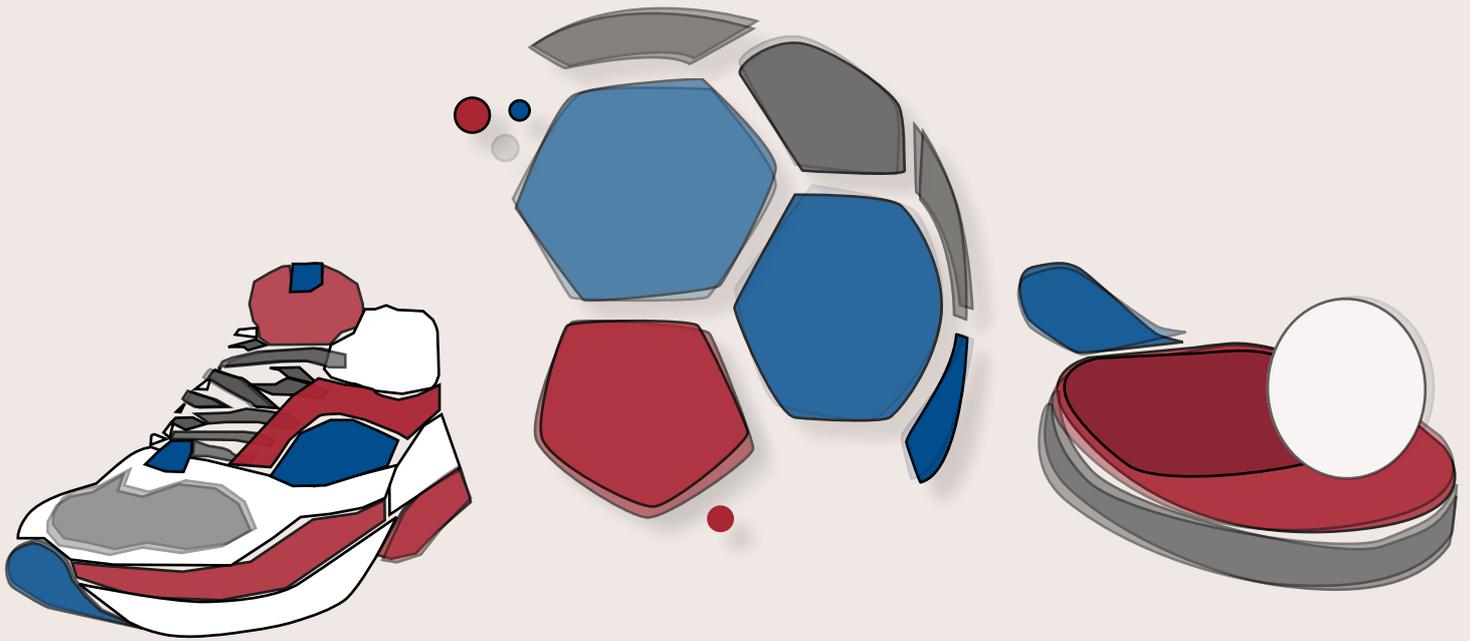
Können sich die Verantwortlichen der RED DEVILS jetzt erstmal auf dem Erreichten ausruhen? „Mitnichten“, sagt Jens Petzold. „Wir haben die Saison jetzt zwei, drei Wochen sacken lassen und haben inzwischen schon mit den Vorbereitungen für die nächste Saison begonnen. Der September kommt schneller als man denkt.“

Um künftig hinter den Kulissen noch besser aufgestellt zu sein, haben die RED DEVILS im November ein gemeinsames Projekt mit der DHBW Heilbronn gestartet, in dem sechs Studierende des Studiengangs Dienstleistungsmanagement mit Schwerpunkt Sportmanagement unter anderem ein Organigramm erstellen. Jens Petzold: „Man muss sich das vorstellen, wir sind quasi über Nacht vom Amateurbereich in den semiprofessionellen Sport gespült worden. Diesen riesigen Schritt haben wir nach außen hin auch geschafft, aber durch die Konzentration auf das Erscheinungsbild nach außen konnten wir, was die internen Strukturen angeht, diese Entwicklung noch nicht wirklich mitgehen. Deshalb lastete eigentlich alles auf den Schultern von zwei Personen, die am Ende irgendwie für alle Aufgaben verantwortlich waren – dadurch blieb Manches auf der Strecke.“

Anfang Februar präsentieren die Studierenden die Ergebnisse ihrer Arbeit – und dann geht es an die Umsetzung. Parallel dazu stehen Vertragsgespräche mit Sportlern und Sponsoren an, um möglichst früh Planungssicherheit zu haben. Den Verantwortlichen der RED DEVILS wird so schnell nicht langweilig werden... (RS)

*Topscoreur Taimuraz Friev, in Russland geboren und mit spanischem Pass ausgestattet, war einer der Garantien für den Erfolg der RED DEVILS.
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

SANDRA UND FRANK STÄBLER: EIN LEBEN IM FOKUS DER ÖFFENTLICHKEIT

Seit dem April 2017 weht ein Hauch von Glamour durch die Heilbronner Sportlandschaft – und zwar immer dann, wenn Weltmeister Frank Stäbler für die Ringer der RED DEVILS Heilbronn auf die Matte geht. Wo auch immer er hin kommt, wird er von Autogramm- und Selfiejägern umlagert. Spätestens seit der 28-Jährige 2016 an der Reality Show „Promi Big Brother“ teilgenommen hat, wird er auch abseits der Ringerhallen überall erkannt. Doch macht es wirklich immer Spaß im Fokus der Öffentlichkeit zu stehen?

Wir haben im VIP-Raum der RED DEVILS mit Frank Stäbler und seiner Frau Sandra über den Werdegang vom jungen „Franky“ aus Musberg zum gereiften PR-Profi und über den Umgang der beiden mit dem plötzlichen Promi-Status gesprochen.

Frank, du warst heute eigentlich zum Ringen in Heilbronn. Nach dem Kampf wurdest du von Kindern umringt und hast massig Autogramme gegeben. Hier im VIP-Raum hast du gerade noch Selfies mit Sponsoren gemacht, und jetzt stehst während deines Nachtschicks auch noch das Gespräch mit uns an. Nervt das nicht irgendwann mal?

Frank Stäbler: Nerven würde ich jetzt nicht sagen, aber es ist natürlich schon anstrengend. Aber ich freue mich immer, wenn so viele Fans und vor allem Kinder kommen und ich ihnen eine Freude machen kann. Wenn es geht, nehme ich mir da gerne die Zeit, auch wenn ich eigentlich kaputt bin und keine Lust habe. Aber es ist so einfach, jemanden glücklich zu machen – und es ist eben ein Teil des Jobs.

Wie hat sich das bei dir eigentlich entwickelt mit dem Promi-Status? Im Fußball ist das ja noch halbwegs nachvollziehbar, aber für eine Randsportart wie das Ringen ist es eher ungewöhnlich...



Sandra Stäbler hält sich gerne im Hintergrund.



Im Gespräch mit sportheilbronn-Redakteur Ralf Scherlinzky gibt Frank Stäbler einen Einblick hinter die Kulissen des „Promis“. Fotos: Marcel Tschamke (2)

Frank Stäbler: Das war bei mir ein schleicher Prozess über viele Jahre. Der Umgang mit den Medien hat 2012 bei den Olympischen Spielen in London begonnen. Da stand man als Athlet plötzlich im Fokus der Welt und musste viele Interviews geben. Mit meinem ersten Weltmeistertitel 2015 in Vegas brach dann ein wahrer Ansturm über mich herein, der nur noch durch das Zwischenschalten eines professionellen Managements bewältigt werden konnte. Der Promi-Status, wie du es nennst, kam dann mit „Big Brother“. Da haben mich viele Millionen Menschen zwei Wochen lang täglich im Fernsehen gesehen. Und dann hat der zweite WM-Titel im letzten Sommer noch sein Übriges dazu getan.

Sandra, wie war das für dich, als du Frank täglich bei „Big Brother“ im Fernsehen gesehen hast? Da gab es ja den Flirt mit Bachelorette Jessica Paszka, der für die Boulevardpresse ein gefundenes Fressen war und einige für dich sicherlich unangenehme Schlagzeilen geliefert hatte.

Sandra Stäbler: Es war klar, wenn Frank in das „Big Brother“-Haus reingeht, würde er für Unterhaltung bei den Zuschauern sorgen wollen. Deshalb haben wir uns im Vorfeld entsprechend abgestimmt. Dass es sich dann in diese Richtung entwickeln würde, wussten wir beide nicht. Das hatten wir unterschätzt. Ich selbst wusste, zu wem er gehört. Deshalb habe ich mir auch keine Sorgen gemacht. Diese wurden dann eher von außen an mich herangetragen – und plötzlich macht man sich dann doch Gedanken. Aber wir haben danach gleich darüber gesprochen, und dann war das auch kein Thema mehr.

Frank Stäbler: Ich würde sogar behaupten, dass diese Sache unsere Beziehung gestärkt

und uns noch mehr zusammengeschweißt hat – sozusagen verbunden für die Ewigkeit...

Und nachdem du aus dem „Big Brother“-Haus herausgewählt wurdest, ging es auch für dich richtig los, oder?

Frank Stäbler: Die zwei Wochen nach Big Brother waren heftig. Ich wurde plötzlich überall erkannt, alle wollten Autogramme und Selfies, überall um mich rum waren Kameras. Am Krassesten war es dann, als wir nach der Meisterschaft mit Weingarten auf Malle waren. Am Ballermann war ich der Star, dort war genau das Publikum, das vorher „Big Brother“ geschaut hat. Ich konnte keine fünf Meter gehen ohne dass ich fotografiert wurde. Die Leute haben gar nicht verstanden, dass ich nur als Touri dort war und die große Bühne gar nicht wollte. Das war dann auch mir fast zu viel.

Und nicht nur Frank war plötzlich in den Schlagzeilen, sondern auch „Frank Stäblers Verlobte Sandra“...

Sandra Stäbler: Ja, und dabei wollte ich das alles gar nicht. Frank wollte in die Medien, und plötzlich war ich auf dem Titelbild. Das hat mich ehrlich gesagt sehr gestört und ich war damit auch etwas überfordert. Aber gottseidank war das nur von relativ kurzer Dauer. Inzwischen kennt man mich nur noch, wenn ich zusammen mit Frank unterwegs bin. Und da ist gut so.

Sandra, du bist schon seit der Schulzeit mit Frank zusammen und kanntest ihn schon, bevor der ganze Rummel um seine Person losging. Hat ihn das Ganze als Mensch verändert?

Frank Stäbler: Sag jetzt nichts Falsches...;-)

Sandra Stäbler: Klar gab es eine Veränderung. Aber er hat sich in den über zehn Jahren

sehr zum Positiven verändert, ist reifer und selbstbewusster geworden. Es ist faszinierend, dass er so reden kann und sich so in den Medien präsentiert. Davor ziehe ich meinen Hut. Ich selbst bleibe da lieber im Hintergrund.

Dieser Aussage könnte man fast entnehmen, dass Frank Stäbler nicht immer der extrovertierte „Showman“ war, der sich in der Öffentlichkeit so gut wie kaum ein anderer zu präsentieren weiß und um eine schlagfertige und humorige Antwort nie verlegen ist...

Frank Stäbler: Das war tatsächlich so. Ich war eigentlich nie der Typ für die Öffentlichkeit. Bis vor sechs, sieben Jahren hatte ich große Schwierigkeiten vor anderen zu sprechen. Noch in der Berufsschule habe ich mich schwer damit getan, vor der Klasse etwas vorzulesen. Das war der blanke Horror für mich.

GEWINNE EINES VON DREI HANDSIGNIERTEN MAGAZINEN

Frank Stäbler hat 3 Exemplare der sportheilbronn-Ausgabe 4 signiert. Ihr wollt eines davon gewinnen? Dann schickt **bis 1.3.18** eine Mail mit dem Betreff „Frank Stäbler“ und eurem Namen und Adresse an redaktion@sport-heilbronn.de

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Daten der Teilnehmer werden nicht an Dritte weitergegeben und nach erfolgter Verlosung gelöscht.



Kaum einer weiß sich so gut in Szene zu setzen wie er: Frank Stäbler posiert nach seinem Titelgewinn bei der Weltmeisterschaft in Paris mit seinem WM-Gürtel vor dem Eiffelturm. Foto: Jens Körner



Wie kam dann die Wandlung zum PR-Prof?

Frank Stäbler: Das Selbstvertrauen kam mit dem Erfolg. Mein persönlicher Durchbruch war 2012, als ich Europameister wurde. Ich habe mich selbst gefragt, wovor ich jetzt noch Angst haben sollte, und da habe ich beschlossen mich zu öffnen. Anfangs dachte ich noch, dass ich ein Rhetorik-Training brauche, um professioneller aufzutreten. Aber mein Manager Jens Zimmermann und meine Familie haben mir davon abgeraten und gesagt, ich solle lieber authentisch bleiben. Heute stelle ich mich vor 2.000 Führungskräfte von Unternehmen und mache Managementseminare – und das bin alles zu hundert Prozent ich selbst. Darauf bin ich stolz!

Dass du so authentisch bist, schätzen auch deine Fans...

Frank Stäbler: Genau. Ich sehe mich als Botschafter des Ringsports in Deutschland und versuche dieser Rolle gerecht zu werden. Die Tatsache, dass ich auf Facebook und in Instagram über 25.000 Fans habe, zeigt mir, dass das Interesse da ist, unseren Sport auf das nächste Level zu hieven. Und sie wissen und schätzen es, dass alles, was ich dort poste, authentisch ist und von mir selbst kommt. (RS)

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





Foto: Sporthalle Massenbachhausen

EIN EFFIZIENTER WEG ZU MEHR „ICH“

Fang an Verantwortung zu tragen. Es macht überhaupt keinen Sinn, Dinge als gegeben, unveränderbar und schlecht darzustellen, wenn du nichts dagegen unternommen hast. 100% Verantwortung für alles. Steh hinter dem, was du denkst, isst, trinkst und tust. Es ist absolut OK, großartig zu sein.

Lektion Nr.1 – Es ist an der Zeit

Zeitmanager versuchen, den Alltagswahrnehmung von zeitlicher Unordnung, Zeitwidersprüchen und Zeitkollisionen, den wir gemeinhin „Leben“ nennen, in ein Zahlenkorsett zu zwingen. Dieses Korsett heißt wohlbekannt UHRZEIT. Dabei vergessen wir jedoch oftmals die wichtigste Komponente, nämlich uns selbst. Wir belegen den Zeitbegriff mit eher negativen Assoziationen und vermitteln unserer Umwelt und vor allem dem eigenen Gehirn, einen Mangel, dieser so wertvollen, modernen Währung. Doch Tempo zeichnet sich grundsätzlich dadurch aus, dass es variabel sein kann. Genauso das Tempo deines Lebens.

Spiel das 2€-Spiel.

Du wirst niemals erfolgreicher in dem, was du machst bzw. kommst deinen Zielen ein Stück näher, wenn du Andere für deinen fehlenden Erfolg verantwortlich machst. Nimm dir einen großen Behälter und beschrifte ihn mit KEINE AUSREDEN, KEINE BESCHWERDEN, KEINE BESCHIMPFUNGEN. Jedes Mal, wenn du dich dabei erwischst Ausreden zu suchen, dich über etwas zu beschweren oder jemanden zu beschimpfen, dann wirf 2€ in den Behälter. Werde dir darüber im Klaren, dass Ausreden Kosten produzieren. Konzentriere dich auf das Wesentliche.

Entscheide dich.

Sich zu entscheiden ist nichts Schlimmes. Folgende SPH-Grundsatzfragen können dir dabei helfen, Licht ins Dunkle zu bringen bzw. Wege zu sehen, Lösungen zu finden.

FRAGE 1: HAST DU EIN PROBLEM?

Antwort: NEIN. Dann brauchst du dir keine Sorgen machen.

FRAGE 2: HAST DU EIN PROBLEM?

Antwort: JA. Kannst du es lösen? JA. Dann brauchst du dir keine Sorgen machen.

FRAGE 3: HAST DU EIN PROBLEM?

Antwort: JA. Kannst du es lösen? NEIN. Dann brauchst du dir keine Sorgen machen.

Wir sind ein Funke in der Existenz des Universums. Entscheide dich.

Selbstvertrauen, BABY.

Der Weltbevölkerung wird beigebracht klein zu bleiben, sich einzuordnen und seine Aufgabe zu erfüllen. Bloß nicht aus der Reihe tanzen, einen soliden Posten im System einnehmen und lautlos funktionieren. Verdammte, NEIN. Sei eine Inspiration. Für deine Familie, für deine Freunde, für Fremde und vor allem für dich selbst.

Ich kann.

Entscheidend ist nicht das WIE. Sobald du dich entschieden hast, eine Sache zu tun, ein Ziel zu erreichen, das Bild in deinem Kopf entstanden ist, ist ALLES möglich. Das ist keine Floskel, die sich schlaue Menschen überlegt haben, um weniger Schlaue in den Ruin zu stürzen. Der Fokus einer Sache gegenüber entscheidet über die Qualität der Ausführung.

Was ist das „WARUM“ hinter allem, was du tust?

Hinterfrage, was dich antreibt. Es macht wenig Sinn zu tun, ohne zu denken, nicht mal, wenn du Geld dafür bekommst. Einfachheit ist die notwendige Bedingung für Zufriedenheit. Komplexität fühlt sich selten frei an.

Es ist NIE zu spät, etwas zu ändern.

Starte mit der Wahrheit.

Nico Lang

DANKE & BITTE

„Diesen Grundsatz verfolge ich in einem Maße, der in der Gegenwart häufig vergessen wird. Natürlichkeit von Bewegung, wissenschaftliche Basis und moderne Trainingskonzeption sind unsere Säulen. Jedoch ist es uns wichtig, dass der Wert hinter dem Vorhaben erkannt wird. Es geht um authentisches Arbeiten. Es geht um die beste Lösung. Es geht um den Ausgleich von Ungleichgewicht und Dysbalance. Ehrlich kommuniziert. Diese Art ist wertvoll. Für jeden!“

www.sporthalle-mbh.de





Ueltzhöfer



lokal · authentisch ·
ökologisch

www.edeka-uelzhoefer.de

Wir unterstützen:



www.uelzhoefer.edekadrive.de fb.com/edeka.uelzhoefer



* Rundschaue für den Lebensmittelhandel, Ausgabe Juni 2016



** Rundschaue für den Lebensmittelhandel, Ausgabe März 2015

WERBAGENTUR

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



Bahnhofstraße 21 | 74348 Lauffen am Neckar
Tel. 071 33-9658 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



EDUARD POPP: „WAS ICH MIR FÜR DEN SPITZENSORT WÜNSCHE..“

Liebe Sportfreunde, es ist mir schon seit längerer Zeit ein Anliegen, meine Gedanken zum Thema Spitzensportförderung in der Öffentlichkeit an- und auszusprechen, und ich freue mich, dass ich dies nun im sportheilbronn-Magazin machen kann.

Spitzensport zu betreiben, bedeutet nicht nur im Rampenlicht zu stehen und von Erfolg zu Erfolg zu eilen. Es bedeutet vor allem harte Arbeit, den Verzicht auf viele angenehme Dinge des Lebens sowie nicht zuletzt eine finanzielle Gratwanderung.

Wer den Erfolg sucht, muss viel Zeit investieren. Zeit, die er bei einem Acht-Stunden-Arbeitstag nicht hat – und hier beginnt die Spirale, in die viele Spitzensportler geraten. Habe ich einen guten Job, kann ich keinen Spitzensport betreiben. Betreibe ich Spitzensport, habe ich keine Zeit für einen guten Job und bin dadurch finanziell nicht abgesichert. Das Ergebnis daraus ist, dass wir in Deutschland viele Spitzensportler an die Wirtschaft verlieren und im Medaillenspiegel bei den Olympischen Spielen hinter anderen Ländern zurück bleiben.

Ein sehr guter Schritt, um hier Abhilfe zu schaffen, ist die Förderung von Spitzensportlern durch die Bundeswehr, die auch mich weitgehend absichert. Doch diese kommt nur vergleichsweise wenigen Sportlern zugute.

Ein weiterer Schritt in die richtige Richtung ist – zumindest theoretisch – die gezielte Förderung von Topathleten an den Olympiastützpunkten. Doch so gut sich diese Maßnahme auch anhören mag, so schlecht kann sie für etablierte Athleten sein, die 2020 in Tokio Edelmetall für Deutschland holen könnten. Das beste Beispiel für eine Olympiasiegerin, die durch diese Bündelung auf Olympiastützpunkte ihren Wohnsitz hätte wechseln müssen und u.a. deshalb ihre Karriere beendet hat, ist unsere Heilbronner Olympiasiegerin Carina Bär.

Für mich war immer klar, dass ich zu der Re-

gion stehe, in der ich aufgewachsen bin. Ich habe hier meine Familie gegründet, bin hier verwurzelt, fühle mich in dem für mich perfekten Umfeld rundum wohl und kann hier meine maximale sportliche Leistung abrufen. Aus der Region Heilbronn wegzuziehen, käme für mich vorerst nicht in Frage – zumal ich es schon mal für ein Jahr in Schifferstadt probiert und dabei umso mehr gemerkt habe, dass hier in Heilbronn der Platz ist, wo ich hingehöre.

Wie aber kann sich ein Athlet die Rahmenbedingungen schaffen, um an seinem Wohnort dauerhaft so trainieren zu können, dass er seine Leistung verbessern und erfolgreich sein kann?

Auch das ist harte Arbeit und passiert nicht von alleine! Dazu gehört viel Kreativität, Zeitinvestment und Überzeugungskraft. Mit einigen Leuten aus meinem Verein starteten wir das Projekt „Together for Gold“ und konnten Unternehmen aus der regionalen Wirtschaft dafür gewinnen. Zusätzlich hat sich daraus das Privileg entwickelt, dass ich während meiner Vorbereitung auf die Olympischen Spiele zum einen eine Ausbildung bei der Kreissparkasse Heilbronn machen konnte und zum anderen die ersten Monate und Jahre nach der Geburt meines Sohnes aus der Nähe statt aus der Ferne erleben durfte.

Andere Spitzensportler aus der Region haben dieses Privileg nicht – und dies ist der Grund, weshalb ich mich auf diesem Weg an die regionale Wirtschaft wenden möchte.

Während der Handwerksbetrieb um die Ecke oder der Mittelständler aus dem Stadtteil sich durch den persönlichen Bezug leichter damit tut einen Athleten zu unterstützen, haben die meisten Großunternehmen scheinbar wenig emotionalen Bezug zum Sportler. Für sie zählen meist nur die Finanzen, was sie davon abhält, den Spitzensport zu fördern. An diese Unternehmen möchte ich appellieren, über den Tellerrand hinaus zu schauen.

Ihre Mitarbeiter leben mit ihren Familien

Familienmensch Eduard Popp mit Sohn Jakob. Im März erwarten Eduard und Annika Popp ihr zweites Kind. (Foto: Mirjam Dick)



hier in der Region. In den Unternehmen gibt es Mitarbeiterprogramme für Weiterbildung, Gesundheit und Motivation – Werte, die wir Spitzensportler wahrscheinlich besser verkörpern und vermitteln können als jeder andere. Lasst uns beides unter dem Deckmantel der Regionalität zusammenführen!

Natürlich geht es bei meinem Anliegen um das Sponsoring der Athleten. Aber Sponsoring kann mehr sein als „Ich gebe dir mein Geld und du klebst mein Logo auf dein Trikot“. Sponsoring kann auch bedeuten „Ich stelle dir eine Ausbildungsstelle zur Verfügung, die dir dennoch dein Training ermöglicht“ – genauso wie „Ich engagiere dich, um meinen Mitarbeitern durch Vorträge und Seminare die Werte eines Spitzensportlers zu vermitteln“. Hier gibt es viele Möglichkeiten einer Zusammenarbeit, die bei den Firmen leider oftmals nicht einmal die Chance bekommen angehört zu werden.

Mir ist es einfach wichtig, diese Botschaft an die Unternehmen zu transportieren, denn sonst laufen wir Gefahr, immer mehr große Talente aus der Region zu verlieren.

Ich wünsche mir, dass ich nach dem Karriereende von Carina Bär nicht der einzige Sportler aus der Region bin, der Deutschland bei Olympia vertritt.

Ich wünsche mir, dass unsere Heilbronner Talente in der Region bleiben und hier für Olympia trainieren können.

Ich wünsche mir, dass die Heilbronner Talente gemeinsame Momente bei Olympia erleben dürfen – so wie es bei Carina Bär und mir 2016 in Rio der Fall war.

Ich wünsche mir, dass sich die Unternehmen der Region nicht nur im Teamsponsoring engagieren, sondern auch Einzelsportler unterstützen.

Ich wünsche mir, dass sie durch ihre Unterstützung weitere sportliche Vorbilder schaffen, an denen die jungen Nachwuchs- und Breitensportler aufschauen können – um womöglich selbst einmal zu Vorbildern zu werden.

Euer



Schwergewichts-Ringer Eduard Popp wurde beim damaligen VfL Neckargartach groß und ringt für die RED DEVILS Heilbronn in der Bundesliga. Bei den Olympischen Spielen in Rio belegte der dreifache Deutsche Meister und Unterländer Sportler des Jahres 2016 den fünften Platz. (Foto: Marcel Tschamke)

Kein Fitnessstudio.

sporthalle®
massenbachhausen

stilbruch
menswear



FOTO: NOWADAYS

Sülmerstr. 14, Heilbronn | Telefon 07131 84056 | info@stilbruch.hn | Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 10 bis 18.30 Uhr | Samstag von 10 bis 16 Uhr

CLOSED

Antonia Mattel
9.5.4

DRAKEWOOD

add

BLONDE No.8

AVANT TOI

 DENHAM

KOI

NOWADAYS

 HAMAKI-HO

BOMBOOGIE

 greb

MAJESTICFILATURES
deluxe fashion

JULIANE ASCHENBRENNER + DANIEL LEPSKI: ERSTE DEUTSCHE MEISTER DES ATC BLAU-GOLD

Mit dem Gewinn der Deutschen Juniorenmeisterschaft in den Standardtänzen haben Juliane Aschenbrenner und Daniel Lepski vom ATC Blau-Gold in der TSG Heilbronn 2016 den größten Erfolg der 56-jährigen Vereinsgeschichte erzielt. Doch die beiden 16-jährigen Gymnasiasten stehen erst am Anfang ihrer Laufbahn und wollen mehr. Wir haben uns mit den beiden unter anderem über ihre Ziele unterhalten.

Mit dem Gewinn des Deutschen Meistertitels habt ihr beim ATC Blau-Gold Geschichte geschrieben. War das von Anfang an euer Ziel?

Juliane Aschenbrenner: Natürlich haben wir auf die Deutsche Meisterschaft gezielt hingearbeitet und ziemlich lange dafür trainiert. An dem Tag selbst haben wir uns aber nicht unter Druck gesetzt. Wichtig war uns, dass wir alles geben und unsere Leistung abrufen. Und wenn das dann klappt, ist es umso schöner.

Wie groß ist dabei der Trainingsaufwand, den ihr Woche für Woche bringen müsst?

Daniel Lepski: Vor großen Turnieren trainieren wir fünf bis sechsmal pro Woche für zwei bis drei Stunden, und in den Ferien sind wir auch öfter mal zum Training in Italien. Zwischendurch gibt es aber auch Phasen, in denen wir nur viermal in der Woche trainieren.

Wie lässt sich dieser hohe Trainingsaufwand mit Schule und Freizeit verbinden? Es geht ja bei euch beiden auch so langsam in Richtung Abitur...

Juliane Aschenbrenner: Klar, es ist schon schwer und man hat wenig Freizeit. Aber wenn man sich für diesen Weg entschieden hat, dann bekommt man das auch hin. Außerdem werde ich von meiner Schule entsprechend unterstützt. Die Lehrer und meine Mitschüler stehen alle hinter mir. Sie finden es alle gut, was wir machen.

Daniel Lepski: Bei mir weiß die Hälfte meiner Klasse gar nicht, dass ich tanze. Sie sind dann teilweise ganz schön überrascht, wenn sie mich mal tanzen sehen. Das erwarten wohl die Wenigsten von mir.

Juliane Aschenbrenner: In meinem Freun-

deskreis ist es auch so, dass es zwar alle toll finden, wie ich tanze – aber selber machen würde es niemand von ihnen. Allgemein wird der Tanzsport eher etwas kritisch gesehen. Sie halten sich lieber an andere Sportarten.

Wie kommt man eigentlich zum Tanzsport – und hab ihr gleich zusammen angefangen?

Juliane Aschenbrenner: Ich bin ganz in der Nähe der Alten Kelter in Sontheim, in der wir unseren Trainingsraum haben, aufgewachsen und kannte die Trainerin. Da habe ich als Kind manchmal beim Training zugeschaut und mir gesagt, das will ich auch.

Daniel Lepski: Wir haben nicht von Anfang an zusammen getanzt. Ich hatte davor eine andere Tanzpartnerin, und auch Juliane hatte einen anderen Partner. Dann hat uns irgendwann unsere Jugendwartin zusammengebracht, und das klappt bis heute sehr gut.

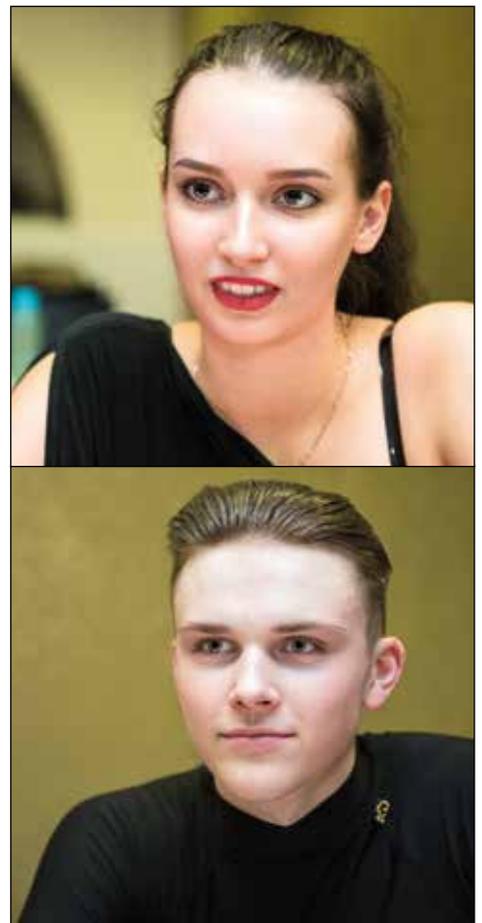
Ist es für zwei Achtjährige schwierig sich aneinander zu gewöhnen, wenn es heißt, dass sie ab sofort zusammen tanzen sollen?

Juliane Aschenbrenner: In dem Alter denkt man noch nicht viel darüber nach. Man macht es einfach und wächst rein. Inzwischen tanzen wir jetzt schon seit acht Jahren zusammen und sind quasi wie Geschwister miteinander aufgewachsen. Man sieht sich fast jeden Tag und es wird zur Normalität.

Wenn nun im April die Deutschen Meisterschaften in Heilbronn stattfinden, ist das dann für euch ein Highlight?

Juliane Aschenbrenner:

In jedem Fall! Da kommen ja die ganze Familie und die



Freunde, das ist nochmal etwas ganz anderes als wenn wir woanders in Deutschland sind. So ein gewisser Druck ist da schon da. Deshalb bereiten wir uns auch jetzt schon darauf vor.

Welche Chancen rechnet ihr euch aus? Ihr seid ja 2017 altersmäßig von der Junioren- in die Jugendklasse aufgestiegen und hattet dort als eines der jüngsten Paare bei der DM in der Kombination über zehn Tänze gleich den dritten Platz erreicht.

Daniel Lepski: Wir wollen in jedem Fall unter die besten sechs kommen und im Idealfall auch gewinnen. Denn als beste Deutsche würden wir uns für die Weltmeisterschaft qualifizieren. Das ist unser großes Ziel, und wir werden auch nicht aufgeben, bis wir es erreicht haben. Wenn es dieses Jahr nicht klappt, dann eben im nächsten Jahr.

Juliane Aschenbrenner: Bei unserer Deutschen Meisterschaft 2016 hatten wir hierbei Pech – denn da hatte die Weltmeisterschaft vor der Deutschen stattgefunden, sonst wären wir da schon bei der WM gewesen.

Wir wünschen euch für euer Vorhaben viel Erfolg und werden euch im April vor Ort in der Halle die Daumen drücken.

(RS)



ATC BLAU-GOLD RICHTET DEUTSCHE TANZSPORT-MEISTERSCHAFTEN 2018 AUS

Ein echtes Highlight für Freunde des Tanzsports gibt es am 21. und 22. April 2018 in der großen Halle des Hofwiesenzentrums in Heilbronn-Sontheim, wenn der ATC Blau-Gold in der TSG Heilbronn die Deutschen Meisterschaften ausrichtet.

„Samstags werden die Junioren in der Kombination über zehn Tänze sowie die Senioren in den lateinischen Tänzen antreten, bevor dann sonntags die Kombination der Jugend mit Juliane Aschenbrenner und Daniel Lepski ansteht“, erklärt Siegfried Schropp. Der 77-Jährige ist seit 1981 Abteilungsleiter des ehemals eigenständigen Tanzsportvereins, der seit 2001 zur TSG Heilbronn gehört, aktuell rund 300 Mitglieder hat und mit seinen sieben Vorstandsmitgliedern bereits im Herbst 2017 mit den Vorbereitungen auf die Deutschen Meisterschaften begonnen hat.

Mit dem Meisterschafts-Highlight im April möchte der ATC Blau-Gold nicht nur der Öffentlichkeit hochklassigen Leistungssport bieten, sondern auch neue Freunde für den Tanzsport gewinnen. „Im September haben wir einen Tag der offenen Tür gemacht und dabei schon einige neue Interessenten für

unsere Breitensportgruppen gewonnen“, so Siegfried Schropp. „Denn wir machen ja nicht nur Leistungssport, sondern haben auch sechs Gruppen mit Mitgliedern, die sich einmal in der Woche für eine Stunde Training einfinden und damit die Basis unseres Vereins – und damit die Grundlage für unsere erfolgreiche Nachwuchsarbeit – bilden.“

Zwar habe der Tanzsport in Heilbronn medial nicht dieselbe Bedeutung wie Fußball, Ringen oder Handball, doch sei der ATC Blau-Gold in Baden-Württemberg einer der führenden Nachwuchsvereine im Tanzsport.

„Die Kinder beginnen bei uns im Alter von sechs Jahren und lernen, vereinfacht gesagt, erstmal, was der linke und was der rechte Fuß ist. Dann dauert es in der Regel zwei Jahre, bis sie zum ersten Mal auf ein Turnier gehen“, so Schropp weiter. „Danach kommt es auf den Trainingsfleiß und natürlich auch auf das Talent an, wie weit sie kommen. Generell gilt die Faustregel, dass ich rund 30 Paare brauche, die mit dem Tanzsport anfangen, um ein einziges Paar wie Juliane und Daniel nach oben bringen zu können. Vor allem die Pubertät ist eine schwierige Phase. Da blei-

ATC-Abteilungsleiter
Siegfried Schropp.
Fotos: Marcel Tschamke



ben leider viele Paare auf der Strecke.“

Wichtig ist es Siegfried Schropp, das Gerücht aus der Welt zu räumen, dass das Tanzen eine elitäre Sportart sei: „In den 60er-Jahren hatten wir unsere Mitgliederversammlung auch tatsächlich im Smoking und im langen Kleid im Insel Hotel abgehalten, aber die Zeiten sind schon lange vorbei. Tanzen ist inzwischen ein Volkssport.“

Bei den Deutschen Meisterschaften im April hat der ATC Blau-Gold die beste Gelegenheit, um mit dieser Legende Schluss zu machen und die Heilbronner für den Tanzsport zu begeistern.

Wir werden uns in der nächsten Ausgabe des sportheilbronn-Magazins nochmal ausführlich mit einer Vorschau auf die Deutschen Meisterschaften am 21./22.4. beschäftigen. (RS)



www.LAUBE.HN

DENISE KREBS: MEIN PERSÖNLICHER RÜCKBLICK AUF 2017

Es ist ein wunderschöner Sommertag über dem Steigerwaldstadion in Erfurt. Es weht ein kleines Lüftchen, was das Wetter angenehm macht. Das Stadion ist an diesem zweiten Wettkampftag recht gut besucht und ich bin hochmotiviert. Es ist kurz nach Mittag und wir zwölf Finalistinnen über 1500 Meter betreten das pompöse Stadion zur Aufstellung. Schnell noch ein oder zwei Steigerungen und dann beginnt auch schon der Wettstreit um die deutsche Meisterschaftskrone...

Ich weiß, ich habe eine gute Form, doch seit Wochen bremsen mich Rückenprobleme so sehr aus, dass mir meine Beine bei starker Belastung einschlafen und ich deshalb bis dahin keine Saison absolvieren konnte. Doch heute spielt das keine Rolle, denn ich konzentriere mich ganz auf mein Finale. Der Plan meines Trainers und mir: Alles mutig mitlaufen! „Sei mutig und überrasch mich“, sagte Tono Kirschbaum vor dem Rennen zu mir und ich gab mein Versprechen.

Der Startschuss fällt und Diana Sujew, Konstanz Klosterhalfen und ich laufen rasant an. Wir passieren die 400 Meter, sowie die 800 Meter auf WM-Norm Kurs.... „Weiter geht es, bleib drauf“, denke ich mir! Es ist eines der einsamsten Rennen, die ich je gelaufen bin, denn mittlerweile konnte sich Konstanz problemlos absetzen. Dahinter kommt Diana und mit kurzem Abstand ich... Über die Videoleinwand überprüfte ich immer wieder meinen Abstand zur restlichen Gruppe... 1000 Meter in 2:45 Minuten, „Wahnsinn, weiter auf Kurs“....1200 Meter... ich werde langsamer und blicke immer wieder auf die Videowand, um

zu sehen wie weit die Gruppe hinter mir weg ist.

Wusstet ihr, dass eine Leinwand im Stadion „zeitversetzt“ ist? Ne?! Ich auch nicht... Ich versuche alles zu geben, merke, dass die Form da ist, jedoch die Wettkampfhärte fehlt und deshalb meine Beine nicht so schnell laufen können, wie ich noch Luft habe – und so passiert es, dass mich am Ende noch zwei weitere Läuferinnen überholen. Nun stehe ich im Ziel – enttäuscht. Es ist keine Medaille geworden. Dennoch bin ich stolz. Hier und heute habe ich eines meiner mutigsten Rennen gezeigt und versuche mich auch damit zu trösten. Mein Trainer nimmt mich auf dem Einlaufplatz in den Arm und bescheinigt mir meinen Mut!

BACHELORARBEIT

Wochen vergehen und ich trainiere brav weiter. Ende August möchte ich beim großen ISTAF in Berlin beweisen, was in mir steckt. Allerdings wollen meine Rückenprobleme einfach nicht verschwinden und deshalb entschließe ich mich, eine Woche vor dem Start meinen Startplatz frei zu geben und mich auf eine andere Aufgabe zu konzentrieren: Meine Bachelorarbeit steht an, und damit mit ein wertvoller Meilenstein in meinem Leben. Eine schwere Entscheidung für mich, aber eine vernünftige. So verabschiedete ich mich in die Saisonpause.

Nach Abgabe meiner Arbeit beginne ich im September wieder mit dem Training; motiviert und gleichzeitig motivationslos. Das Problem: Seit Jahren trainiere ich eigentlich alleine. Mein Trainer und ich fassen den Entschluss, uns nach einem neuen Reiz umzusehen. Ein neues

Trainingskonzept und eine Gruppe mit gleich starken Mädels soll es sein. Meine Wahl fiel auf meinen Bundestrainer Sebastian Weiß in Leverkusen und er stimmte zu.

WECHSEL ZU BAYER 04 LEVERKUSEN

Nun ist es also so gekommen, dass ich mir Anfang 2018 nach zehn Jahren wieder ein rotes Trikot – nun aber mit der Aufschrift „Bayer 04 Leverkusen“ – übergestreift habe. Doch so ganz habe ich mich von Wattenscheid nicht getrennt, denn Tono Kirschbaum bleibt mir als Berater und ich meinem Verein, dem TV Wattenscheid 01, als Mitglied treu. Zudem bleibe ich auch in der Stadt wohnen. Es fühlt sich wie ein Neuanfang an und das Trikot gibt zusätzlich neue Motivation! Mal sehen, vielleicht hilft es ja?!

Die Situation ist aber auch wie ein Déjà-vu, denn vor genau zehn Jahren, nach Abschluss meiner Ausbildung, tat ich das Gleiche und ging nach Wattenscheid. Und das mit Erfolg! Also braucht man doch manchmal einfach nur ein bisschen Mut um Dinge zu verändern....?!

Ein Highlight durfte ich im Jahr 2017 aber doch noch genießen. Ich startete ein paar Tage vor Weihnachten bei den Cross-Europameisterschaften in Samorin mit der Staffel. Es war ein tolles Gefühl nach der unzufriedenen Saison doch noch im Nationaltrikot starten zu dürfen.

Mein Ziel und Motto für 2018: Zufriedenheit und überrasch dich selbst!

Eure



Foto: Marcel Tschamke





Daniel Wörz (hintere Reihe, 4. von links) feierte mit dem KTV Straubenhardt die Deutsche Mannschafts-Meisterschaft. Foto: Yannick Bodemer

TURNER DANIEL WÖRZ: ERST BÄNDERRISS, DANN LÄNDERKAMPF UND MEISTERTITEL

Die erste Jahreshälfte 2017 endete für den Heilbronner Turner Daniel Wörz zwar durch eine Verletzung äußerst ungünstig, doch dann wurde das Spätjahr umso erfolgreicher.

Durch einen doppelten Bänderriss verpasste der 17-Jährige, der am Olympiastützpunkt Berlin trainiert und zur Schule geht, erst die Deutsche Jugendmeisterschaft und dann auch noch die Qualifikation zu den EYOF (European Youth Olympics Festival) Sommerspielen.

Zur Vorbereitung auf den Deutschlandpokal war Daniel Wörz während der Weltmeisterschaft von Bundestrainer Jens Milbradt zusammen mit sechs anderen Nachwuchsturnern nach Kanada eingeladen worden, wo er live bei der WM-Eröffnung dabei sein konnte.

Beim Deutschlandpokal in Cottbus – dem nach der Deutschen Jugend-Meisterschaft zweitwichtigsten Wettbewerb – startete der bei der TG Böckingen groß gewordene Youngster dann für den Schwäbischen Turnerbund und belegte sowohl im Einzel als auch in der Mannschaft den dritten Platz. Mit seinen dort gezeigten Leistungen qualifizierte er sich für den U18-Länderkampf gegen Italien, der im November in der Nähe von Mailand stattfand. Dort musste sich das deutsche Team zwar geschlagen geben, Daniel Wörz zeigte aber eine gute Leistung und erturnte sich an Barren und Reck jeweils die zweithöchste Wertung. Ein weiteres Highlight folgte dann Anfang Dezember mit dem Finale der Deutschen Turn-Liga, in dem sein Bundesliga-Team KTV Straubenhardt gegen die TG Saar Deutscher Mannschaftsmeister wurde.

2018 hat Daniel Wörz das große Ziel, sich für die Jugend-Europameisterschaft zu qualifizieren, die in der zweiten August-Woche stattfindet. Die Qualifikation erfolgt über verschiedene Wettkämpfe wie den Juniorteam Cup im April und die Deutsche Jugend-Meisterschaft im Juli.

Gutscheine unserer Werbepartner für sportheilbronn-Leser – einfach ausschneiden und beim Partner vorlegen!



10 € GUTSCHEIN

Auf eine Smartphone-Reparatur Ihrer Wahl!

Unsere Reparaturmöglichkeiten finden Sie unter www.mocos.de unter dem Menüpunkt »Reparaturen«. Keine Barauszahlung möglich, keine Kombination mit anderen Gutscheinen oder Rabatten. Nur gültig für eine Smartphone-Reparatur.



Bahnhofstr. 21 | 74348 Lauffen a. N. | Tel. 0 71 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
 Mittwoch Nachmittag geschlossen

Gültig bis 31.12.2018

1 Gutschein pro Person/Abend
 einzulösen in der **Gartenlaube**
1 RENNBIERLE

GUTSCHEIN

Sportpark 18-90

14 Tage kostenlos trainieren!

Sinsheimer Straße 59 in Heilbronn – T: 07131 1208380 – www.tg-boeckingen.com

Gültigkeit bis 31.3.2018. Pro Person nur ein Gutschein einlösbar.

PHYSION
 PHYSIOTHERAPIE, NACHHALTIG. NAH.
GUTSCHEIN
 über 20 Minuten klassische Massage

Erhardgasse 17 74072 Heilbronn | www.physion.hn | willkommen@physion.hn | Telefon 0 7131 / 899 19 19

GUTSCHEIN
 ÜBER
 1 WOCH
FORTSCHRITT

Komm vorbei. Teste uns.
www.sporthalle-mbh.de

sporthalle
 massenbachhausen

GUTSCHEIN BUY 1 - GET 2
 Lege beim Ticketkauf diesen Gutschein vor und nimm kostenlos einen neuen Fan mit zu einem Heimspiel in die Halle.

tsb Horkheim
 Pro Person nur 1 Gutschein pro Abend. Keine Barauszahlung möglich.

ENNI WIELSCH: SHORTTRACK-ERFOLGE STATT „ENNI TESTET“

Wer die Ausgaben 5 und 6 des sportheilbronn-Magazins aufmerksam gelesen hat, kann sich mit Sicherheit an unser Experiment „Enni testet“ erinnern, in dem Enni Wielsch verschiedene Sportarten ausprobiert hat. Im Winter muss „Enni testet“ nun pausieren, denn seit die Eiszeit begonnen hat, geht die inzwischen 13-Jährige auf den verschiedensten europäischen Shorttrack-Bahnen auf Zeitenjagd – mit Erfolg, wie uns die Horkheimerin Ende 2017 geschrieben hat:

„Bei den D-Cups in Rostock und Dresden konnte ich meine Bestzeiten deutlich verbessern und beim Starclass in Bergamo habe ich es zum ersten Mal in die Top Acht von Westeuropa geschafft. Meinen bislang größten Erfolg habe ich Ende November in Bormio erreicht, wo ich nicht nur meine 500-Meter-Bestzeit um mehr als eine halbe Sekunde auf jetzt 50,455 Sekunden runterschrauben konnte, sondern auch meine erste Starclass-Medaille holte: Über 1000 Meter habe ich Silber gewonnen! Nach zwei von drei Starclass-Wettkämpfen

liege ich damit in der Starclass-Gesamtwertung auf Platz sieben und somit gut im Rennen, um die Qualifikation zum Europacup-Finale in Ventspils (Lettland) zu schaffen. Ende März treffen dort die acht besten Osteuropäerinnen (aus der „Danubia“-Serie) und die acht besten Westeuropäerinnen (aus der „Starclass“-Serie) aufeinander. Trotz eines Sturzes im Training, bei dem ich mir eine Schulterverletzung zuzog, trainiere ich dennoch sehr hart sowohl zu Hause in Horkheim als auch bei meinem Verein Mannheimer ERC. #trainhardorgohome



Enni Wielsch (Nummer 65) beim Start in Bormio. Foto: Martin Kisker



Foto: Trollingler Marathon

V. HÄHNLE-POHL NACH ACHILLESSEHNEN-OP WIEDER IM TRAINING

„Es ist schrecklich, nicht richtig trainieren zu können“, berichtet uns Veronica Hähle-Pohl, die sich zu Beginn des neuen Jahres nach einer Achillessehnen-Operation wieder an den Leistungssport herankämpft.

„Ich hatte schon zwei Risse der Achillessehne und wurde nun am 14. Oktober in Pforzheim operiert. Da wurde quasi die Ferse abgesägt und abgesetzt, dann die Sehne geglättet und danach alles wieder zusammengesetzt – das war schon ein großer Eingriff“, erinnert sich die Siegerin des Heilbronner Trollingler Marathons von 2016 und 2017, die wegen der Operation die Deutsche Marathon-Meisterschaft in Frankfurt verpasste.

Doch trotz der Schwere der Operation stieg die Läuferin der TSG Heilbronn schnell wieder ins Training ein. „Nach drei Tagen habe ich mit alternativem Training begonnen und bin auf dem Fahrrad gesessen. Vier Wochen nach der OP hab ich – noch mit Schmerzen – mit dem Lauftraining begonnen, und seit Mitte Dezember trainiere ich wieder richtig“, so die 32-Jährige, die noch zweimal wöchentlich in Behandlung ist.

Sie sei jetzt positiv in das Jahr 2018 gestartet und wolle, sofern die Gesundheit und die Familie mitspielen, nochmal alles aus sich herausholen was geht: „Es ist wichtig neue Reize zu setzen, weshalb ich den Trainer gewechselt habe und jetzt bei Gerold Zipse bin. Im März fahren wir ins Trainingslager nach Portugal und wollen danach dann einen Frühjahrsmarathon laufen. Dann folgt im April der Düsseldorf Marathon und am 6. Mai der Heilbronner Trollingler Marathon – denn den laufe ich einfach gern. Mein langfristiges Ziel ist die Deutsche Halbmarathon-Meisterschaft. Im Idealfall würde ich auch gerne an meine Bestzeit von 1:14:27 Stunden herankommen, also mindestens eine 1:15 laufen.“

SPORTHEILBRONN WIRD AUCH IN KANADA GELESEN



Foto: privat

Grüße aus Kanada schickte uns der Heilbronner Eishockey-Goalie Louis Busch, über den wir in der letzten Ausgabe berichtet hatten. Er bekam im Herbst Besuch von seinen Eltern – und diese hatten das sportheilbronn-Magazin mit im Gepäck, das Louis gleich in der Eishalle an sich nahm und „studierte“.

Louis Busch spielt in der kanadischen Juniorenliga Greater Metro Hockey League bei seinem Team West Nipissing Lynx.



TSG 1845 HEILBRONN E.V.

Der größte
Sportverein
der Region

Neue Homepage:
www.tsg-heilbronn.de

Mit dem **TSG-Sportfinder**
aus über 200 Sportangeboten
im gesamten Stadtgebiet
das richtige finden!



TSG 1845 Heilbronn e.V.
Telefon: 0 71 31 - 50 70 75
info@tsg-heilbronn.de
www.tsg-heilbronn.de

HOLGER FREUDENBERGER: NEUE LUST AUF LEISTUNG

Relativ ruhig war es 2017 um Holger Freudenberger von der TSG Heilbronn. Der Langstreckenläufer, der in den letzten fünf Jahren fünf Deutsche Meistertitel, sechs Vizemeisterschaften und rund 20 Baden-Württembergische Titel gesammelt hatte, hatte sich in der zweiten Jahreshälfte eine Auszeit genommen.

„2017 habe ich fast keinen Sport gemacht“, erzählt der Mathe- und Gemeinschaftskunde-Lehrer, der seiner Arbeit am Eppinger Hartmanni-Gymnasium nachgeht. „Fast kein Sport“ bedeutet im Falle des 40-Jährigen die Teilnahme am Boston Marathon sowie die Silbermedaille bei den Deutschen Halbmarathon-Meisterschaften der Altersklasse M40.

Eigentlich hätte gerade der Boston Marathon ein Highlight werden sollen. „Ich hatte mich gefreut, dass ich dort nicht nur einen Startplatz, sondern sogar auch ein kleines Antrittsgeld bekommen hatte“, berichtet Holger Freudenberger. „Aber irgendwie hat mir dann meine Gesundheit einen Strich durch die Rechnung gemacht. Ich bin ein paar Tage früher angereist und habe mir vorher auch noch New York angeschaut. Bei der Ankunft war es kühl, dann plötzlich zwei Tage warm – irgendwie hat das meinem Kreislauf nicht gefallen. Ich bin dann natürlich gestartet, habe mich aber nicht gut gefühlt und hatte mir nach zehn Kilometern sogar überlegt, ob ich aussteigen soll. Das habe ich zwar nicht gemacht, bin aber ab dort nur noch überholt worden und konnte mich erst nach 35 Kilometern stabilisieren. Dafür bin ich dann noch halbwegs aufrecht als Einhundertster und immerhin noch bester Deutscher in meiner Altersklasse ins Ziel gekommen.“

Wäre er gesund gewesen, so Holger Freudenberger, hätte es zu einem Platz unter den ersten Zehn der Altersklasse M40 reichen müssen. „Das war schon bitter, und ab da lief es im letzten Jahr nicht mehr wirklich. Ich bin zwar zwei Wochen später noch in Heidelberg den Halbmarathon gelaufen, aber ich habe mich gesundheitlich komisch gefühlt und habe deshalb alles zurückgefahren.“

Jetzt, zum Start ins Jahr 2018, hat es den Bad Rappenauer wieder gepackt: „Ich habe wieder Lust auf Leistung bekommen. Jetzt möchte ich erst wieder fit werden, dann im Frühjahr einen der Halbmarathons in Düsseldorf oder Hannover laufen und danach bei der Deutschen Marathon-Meisterschaft dabei sein. Und wenn viele Dinge positiv laufen und ineinander greifen, würde ich gerne noch die 2:20 Stunden im Marathon in Angriff nehmen.“



Foto: Markus Herkert

BETTINA ENGLISCH: DEUTSCHE MARATHON-MEISTERIN MIT MONSTER-BLASEN UND AUSSENBANDRISS AM KNÖCHEL

Liebe sportheilbronn-Leser, in der letzten Ausgabe stand ich kurz vor meinem wichtigsten Lauf des Jahres – den deutschen Marathon-Meisterschaften in Frankfurt. Im Vorfeld wurde ich bereits durch vorher noch nie da gewesene Monster-Blasen an den Füßen ausgebremst. Dadurch war ich gezwungen wichtige Trainingseinheiten ausfallen zu lassen. Eigentlich denkt man, Blasen seien etwas Banales – bei mir haben sie sich allerdings invasionsartig ausgebreitet. Mein Start in Frankfurt war daher massiv gefährdet.

Nachdem ich dieses Problem dann glücklicherweise in allerletzter Sekunde kurz vor dem Lauf durch spezielle Pflaster versorgt bekam, dachte ich, nichts kann mich mehr von meinem Traum, dem deutschen Meistertitel in der Königsdisziplin (Altersklasse 35) stoppen. Ich fühlte mich mega gut und fit wie selten vor einem Rennen... und dann kam sogleich der mega Dämpfer:

Ich knickte durch Unachtsamkeit zehn Minuten vor dem Startschuss extremst um und merkte direkt, dass es was Ernsteres sein könnte. Allerdings habe ich mich nicht ewig auf dieses Event vorbereitet, um dann als Zuschauer am Streckenrand zu stehen. Dies war selbst in dieser Situation keine Option.

Also – Augen zu und durch! Adrenalin ist ja bekanntlich die beste Schmerztablette. An der Startlinie lässt sich so etwas gut ausblenden.

Der Lauf selbst war dann nicht optimal, da ich zudem noch Schwierigkeiten mit meinen Kontaktlinsen bekam und daher zum Schluss nur noch schemenhaft sehen konnte – aber das ist eine andere Geschichte ;-)

Trotz allem ist zum Ende eine persönliche neue

Bestzeit und der Titel raus gesprungen, was mich noch immer mega stolz und happy macht!

Die Zielzeit von 2:47:36 Minuten ist unter diesen Umständen mehr als sie aussagt, auch unter Anbetracht des stürmischen Wetters – unter perfekten Umständen war Schnelleres geplant.

Danach konnte ich mich auf meinen Ägypten-Urlaub freuen, zu dem ich mich mit meinem Mann direkt von Frankfurt aus aufmachte.

Leider heilte mein extrem geschwollener Knöchel nach einer Woche Schonfrist auf der Liege und regelmäßigen Umschlägen nicht wie gewohnt ab. Das Ergebnis nach dem MRT: Außenband zum Großteil gerissen, sechs bis acht Wochen Pause, Schiene...

Inzwischen habe ich wieder langsam mit dem Training begonnen. Der Knöchel schmerzt noch immer und schwillt weiterhin an :-)

In der Zwischenzeit habe ich Einiges an Alternativtraining versucht – was mit Laufen allerdings nicht vergleichbar ist. Das merkte ich vor allem, nachdem ich die Laufschuhe wieder geschnürt hatte. Nach meiner ersten etwas längeren Runde fühlte ich mich wie vom Bus überfahren. Die unmöglichsten Stellen haben geschmerzt und ich konnte mich am nächsten Tag kaum bewegen. Mein Körper musste sich erst wieder an alles gewöhnen.

Zeit und Geduld sind nicht gerade meine Stärken – vor allem, da ich meine Leistungen weiter steigern möchte und mich die Verletzung ziemlich zurück geworfen hat. Doch solange das schmerzfreie Laufen noch nicht möglich ist, muss ich mich wohl weiter darin üben.

Ich hoffe mein Training bald wieder richtig aufnehmen zu können, um 2018 wieder voll durch-

Mit bandagiertem Knöchel im Ägypten-Urlaub. Fotos: privat



zustarten. Ich habe noch einiges vor. Es gibt noch viel zu erreichen und ich möchte meine im letzten Jahr aufgestellten Bestzeiten knacken!!!

Außerdem gilt: Nach dem Titel ist vor dem nächsten Titel ;-)

*Eure
Bettina Englisch*

ERFOLGREICHES JAHR FÜR BIBERACHER KUGELSTOSSERIN KATHARINA SCHIELE

Die 17-jährige Kugelstoßerin Katharina Schiele aus Heilbronn startete 2017 für den TSV Biberach bei regionalen und deutschen Meisterschaften im Freien sowie in der Halle in den Altersklassen U18 und U20. Die



Hallensaison 2017 begann für Katharina mit der baden-württembergischen Vizemeisterschaft in der Altersklasse U20. Bei den deutschen Hallenmeisterschaften der U20 konnte sie sich den 11. Platz sichern.

Vor dem Beginn der Freiluftsaison konnte sie beim Deutschen Turnfest in Berlin zum zweiten Mal hintereinander deutsche Meisterin im Steinstoßen werden.

Bei den baden-württembergischen U18-Meisterschaften in Heilbronn schaffte sie es, vor heimischem Publikum ihre persönliche Bestweite zu steigern und sich den dritten Platz zu sichern. Bei den darauf folgenden baden-württembergischen U20-Meisterschaften in Mannheim holte sie Bronze. Auf dem Weg zu den deutschen Meisterschaften in Ulm standen nur noch die süddeutschen Meisterschaften der U18 auf dem Programm.

Mit einem guten vierten Platz konnte sie guten Gewissens Richtung deutsche Meisterschaften blicken. Im August stand dann der Saisonhöhepunkt in Ulm an. Die deutschen Meisterschaften der Altersklasse U20 boten einen spannenden Wettkampf und Katharina Schiele konnte sich bei ihren zweiten deutschen Meisterschaften mit einem siebten Platz belohnen. Auf der U20-Bestenliste von 2017 steht Katharina auf dem zehnten Platz und ist auch weiterhin Mitglied des baden-württembergischen Landeskaders.

Die Ziele für 2018 stehen auch schon fest. Das begonnene Studium an der Uni Stuttgart und das Training unter einen Hut zu bringen, den Titel im Steinstoßen zu verteidigen und die Aufnahme in den Bundeskader zu meistern. Ein besonderes Ziel ist, Deutschland bei einem internationalen Wettkampf zu vertreten.

MENISKUS – WAS IST DAS EIGENTLICH?

Wer schon einmal Schmerzen im Knie hatte, hat bestimmt bereits das Wort gehört – Meniskus. Was ist eigentlich ein Meniskus? Wofür ist der überhaupt da? Warum kann er weh tun? Und was mache ich, wenn er gerissen ist?

Im Kniegelenk unterscheiden wir zwei Menisken. Den Innen- und Außenmeniskus. Beide sind vereinfacht gesagt halbmondförmige Scheiben zwischen Ober- und Unterschenkel. Sie dienen als Führungsschiene für den Oberschenkel auf dem Unterschenkelplateau, dämpfen somit Bewegungen ab und entlasten den Knorpel. Menisken bestehen aus kollagenem, knorpelähnlichem Bindegewebe.

Der relativ starre Innenmeniskus ist mit der Gelenkkapsel am Innenbandkomplex verwachsen und ist somit empfindlich für Verletzungen. Der Außenmeniskus ist deutlich mobiler und daher nicht ganz so anfällig. Wir unterscheiden ein Vorderhorn, einen mittleren Anteil und ein Hinterhorn. Besonders ist die Durchblutung, welche im Laufe seines Lebens leider abnimmt. Es werden 3 Zonen differenziert, die gelenksnahe Weiß-Weiße-Zone, die mittlere Rot-Weiße-Zone und die Rot-Rote-Zo-

ne, welche an der kapsulären Verbindung vorhanden ist. Letztere ist die blutreichste Zone.

Wie entsteht so ein Riss?

Wir unterscheiden hierbei degenerative und traumatische Risse. Degenerative Risse entstehen durch den normalen Verschleiß der Meniskusstruktur. Das Knie ist ein Drehscharniergelenk, so dass es zu einer ständigen komplexen Belastung der Menisken führt. Kommen dann noch ungünstige Bewegungen dazu, wie zum Beispiel aus der tiefen Hocke mit Drehbewegung aufstehen kann sich ein degenerativer Riss recht schnell bilden. Man kann sich das ungefähr so vorstellen wie ein Einmachgummi, welches ständig unter Belastung ist und irgendwann spröde wird und reißt.

Traumatische Risse entstehen bei einer unfallbedingten Verletzung des Kniegelenkes. Sie können isoliert, aber auch mit Begleitverletzungen, wie z.B. einem Kreuzbandriss, vorkommen.

Welche Symptome sprechen für einen Meniskusriss?

Bei den degenerativen Rissen können die Symptome plötzlich, aber auch langsam auftreten. Typischerweise besteht ein stechender Schmerz über der Innen- oder Außenseite. Häufig besteht ein Schmerz bei Belastung und beim Drehen des Gelenkes. Eine Schwellung kann zusätzlich auftreten. Auch Blockierungen sind möglich, wenn Rissanteile im Gelenk einklemmen. Nächtliche Schmerzen sind nicht selten.

Traumatische Risse zeigen häufig eine akute Schwellung und Bewegungseinschränkung des betroffenen Gelenkes.

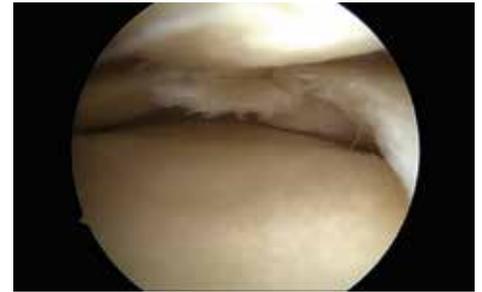
Durch die Angaben des Patienten und die klinische Untersuchung des betroffenen Gelenkes kann der Verdacht schon recht genau gestellt werden. Die zusätzlich dann durchgeführte MRT-Untersuchung bringt dann häufig Klarheit, aber leider auch keine Garantie. Der Goldstandard zur Diagnostik von Meniskusrissen ist weiterhin die Gelenkspiegelung (Arthroskopie).

Muss ich denn immer operiert werden bei der Diagnose Meniskusriss?

Ganz klare Antwort: Je! Traumatische Risse die zu Bewegungseinschränkungen oder Blockierungen führen, sollten zeitnah operativ versorgt werden. Hier ist es dann möglich, das Meniskusgewebe zu nähen. Vor allem wenn die Risse in der Rot-Roten-Zone liegen, sind die Heilungschancen recht hoch. Degenerative Risse, die anhaltende Beschwerden über mehrere Wochen oder gar Monate machen, sollten



Intakter Innenmeniskus in der Mitte des Bildes



Lappenriss des Innenmeniskus



Radiärer Riss im Innenmeniskus

ebenfalls operativ versorgt werden. Hier gibt es zum einen die Möglichkeit der Teilresektion des Risses oder, wenn möglich, auch der Meniskusnaht. Bei einer Teilresektion entfernt man nur den gerissenen Anteil, also so wenig wie möglich. Grund dafür ist den Knorpel so wenig wie möglich zusätzlich zu belasten. Wichtig zu wissen: nach einer Naht kommt eine mehrwöchige Teilbelastung und je nach Sport eine mehrmonatige Pause auf den Menschen zu. Die Heilungsrate nach Meniskusnähen beträgt ca. 60-80%.

Meniskusrisse, die keine anhaltenden Probleme oder Einschränkungen machen, können erst einmal beobachtet werden. Zusätzlich sollte die Muskulatur am betroffenen Bein aufgebaut werden. Bei erneut auftretenden Beschwerden ist es dann auch im weiteren Verlauf möglich das betroffene Gelenk zu spiegeln.

Sie haben sich beim Sport verletzt oder wünschen eine ärztliche Untersuchung, weil Sie immer wieder die gleichen Probleme und Einschränkungen bei ihrem geliebten Sport haben? Kontaktieren Sie Nils Haupt per Email an sport@medicross-zentrum.de

Nils Haupt



Nils Haupt ist als Facharzt für Orthopädie/Unfallchirurgie selbständig beim Medicross Zentrum in Neckarsulm tätig. Von Anfang an hat der gebürtige Mönchengladbacher seine ärztliche Karriere auf das Sportliche ausgelegt. Durch seine Tätigkeiten im Sportkrankenhaus Hellersen in Lüdenscheid sowie in der Sportorthopädie in Markgröningen hat er in den letzten Jahren viel Erfahrung im Sektor Sport gemacht und führt sowohl konservative als auch operative Behandlungen selbst durch. Sein Know-how im Sport wendet er regional als Mannschaftsarzt bei den Eisbären Heilbronn in der Praxis an. Von 2011 bis 2017 betreute Nils Haupt mit drei weiteren Kollegen außerdem den SV Wehen Wiesbaden (3. Liga Fußball).

BEHINDERTENSSPORT – EIN STIEFKIND DER HEILBRONNER VEREINE?



Irina Richter...

...steht als Inklusionsbeauftragte der Stadt Heilbronn tagtäglich mit Menschen mit Behinderung in Kontakt. Sie sieht einen großen Bedarf darin, Übungsleiter flächendeckend im Umgang mit behinderten Teilnehmer/innen zu schulen und einen inklusiven Teil als Pflichtelement in jede Übungsleiter-Ausbildung einzubauen, um Trainer in ihrer Arbeit zu sensibilisieren.



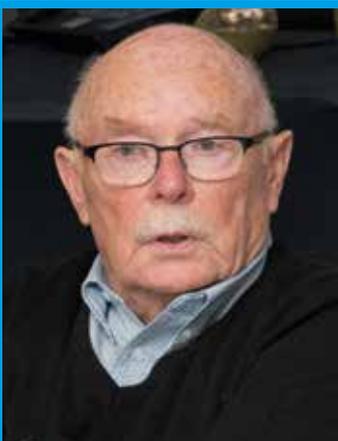
Annegret Schneider...

...ist Juniorenweltmeisterin im paralympischen Weitsprung und Mitglied des Heilbronner Inklusionsbeirates. Sie berichtet von einem Verein, der sie als Kind wieder nach Hause geschickt hat, weil sich die Trainer unsicher waren, was sie mit ihr anfangen sollten. Diese Berührungspunkte abzubauen, sei das A und O bei der Inklusion von Jugendlichen in Sportvereine.



Nicola Steinmetz...

...ist als „Fußgängerin“ die erste Vorsitzende des Rollstuhlsportvereins Heilbronn. Obwohl sie mit dem RSV viele Schulen besucht hat und bei Infoveranstaltungen aktiv dabei war, geht die Zahl der aktiven Mitglieder stetig zurück. Seit zwei Jahren gibt es beim RSV nur noch eine Breitensportgruppe mit acht bis zehn Aktiven, die sich einmal in der Woche trifft.



Herbert Tabler...

...berichtet als Vorsitzender der TG Böckingen von aktuellen Bestrebungen, um Angebote für Behinderte im Verein zu implementieren. Das Bewegungszentrum „Sportpark 18-90“ ist behindertengerecht eingerichtet, doch sieht er zu Recht eine Schwierigkeit darin, als Sportverein an die ca. 11.200 behinderten Heilbronner „heranzukommen“.

Seit zwei Jahren verfolgt der Stadtverband für Sport mit dem sportheilbronn-Magazin die Heilbronner Sportszene. Zwei Jahre, in denen wir einen Großteil der Vereine kennenlernen durften und uns einen sehr guten Überblick über die Sportangebote in der Stadt machen konnten. Ein Thema mussten wir dabei jedoch fast mit der Lupe suchen: den Behindertensport – und dies, obwohl gut ein Zehntel der Bevölkerung als schwerbehindert gilt. Bei unserem ersten Kontakt mit dem Rollstuhlsportverein Heilbronn mussten wir dann erfahren, dass die aktive Beteiligung an den Sportangeboten immer weniger wird. In unserer sechsten Ausgabe berichtete uns die dreifache paralympische Juniorenweltmeisterin Annegret Schneider, dass sie einst erst nach längerer Suche einen Verein fand, der sie aufgenommen hat. Dies hat uns nun zum Nachforschen veranlasst, woran es liegt, dass der Heilbronner Behindertensport in der Öffentlichkeit quasi nicht existent ist. Deshalb haben wir acht Persönlichkeiten zu einer Gesprächsrunde in den Sportpark 18-90 der TG Böckingen eingeladen, die alle aus unterschiedlichen Blickwinkeln mit dem Thema Behindertensport Kontakt haben. Gemeinsam haben wir über zwei Stunden lang Ursachenforschung betrieben und gleichzeitig Ansätze ausgearbeitet, um den Sport für Menschen mit Handicap aus seinem Dornröschenschlaf zu wecken und nachhaltig zu fördern.

„Grundsätzlich war immer Interesse da, wenn wir unseren Verein und den Rollstuhlsport bei Gelegenheiten wie ‚Heilbronn bewegt sich‘ präsentiert haben, aber die Leute sind dann trotzdem nicht zu uns gekommen“, berichtet Nicola Steinmetz, die Vorsitzende des RSV Heilbronn. „Rollstuhlbasketball gibt es leider nur noch auf dem Papier, und auch die Handbiker treffen sich nur noch sporadisch. Obwohl wir rund 100 Mitglieder haben, sind nur noch acht bis zehn davon in der Breitensportgruppe am Montagabend aktiv.“

Wie aber kann man Menschen, die im Rollstuhl sitzen, dazu motivieren, dass sie sich bei einem Verein sportlich betätigen? „Das Problem geht weit über die Motivation des Einzelnen hinaus“, weiß Wolfgang Heiler. Der Bezirksgruppenleiter des Blinden- und Sehbehindertenverbandes Baden-Württemberg macht vor allem die oftmals unzureichenden Verbindungen des Öffentlichen Nahverkehrs als zentrales Problem aus: „Auf 18 Uhr zum Sport zu fahren, ist dabei nicht das Thema. Problematisch



wird dann aber die Rückfahrt. Je später der Abend, desto länger muss man warten bis der Bus oder die Stadtbahn kommt. Muss man dann auch noch umsteigen, ist man schnell mal ein paar Stunden unterwegs oder kommt gar nicht mehr nach Hause. Ohne eine zuverlässige Begleitperson ist es deshalb kaum möglich, am Abend noch Sport zu treiben. Außerdem bedeuten Begleitpersonen, Taxifahrten etc. oftmals einen zusätzlichen finanziellen Aufwand – ein weiteres Hindernis für die sportliche Betätigung.“

Auch für **Carsten Hummel** ist die Mobilität ein wichtiger Punkt. Der Vater eines Jungen mit Down-Syndrom spricht aus der Sicht von Menschen mit geistiger Behinderung und stellt fest, dass die meisten seiner Klienten Schwierigkeiten mit der Orientierung haben und mit der Komplexität des öffentlichen Nahverkehrs überfordert sind und deshalb ebenfalls auf ihre Eltern oder andere Personen als „Taxi“ angewiesen sind.

Das zentrale Thema der Gesprächsrunde spricht Carsten Hummel an, als er von seinem Sohn berichtet: „Er treibt super gerne Sport, kommt dabei aber oft an die Grenzen der Übungsleiter, die teilweise mit den unterschiedlichen Anforderungen der Kinder in ihrer Trainingsgruppe überfordert sind.“

Für **Annegret Schneider** sind die Trainer nicht unbedingt überfordert, sondern einfach nur unsicher im Umgang mit Teilnehmern mit Handicap. „Bei mir geht das noch. Ich kann in der Leichtathletik-Trainingsgruppe bei der TSG Heilbronn fast alles mitmachen und melde mich, wenn etwas nicht geht“, so die 17-jährige Leistungssportlerin, die mit einer halbseitigen Zerebralparese geboren wurde und zusätzlich auch noch einen steifen rechten Arm hat. „Ich wurde als Kind aber dennoch mal von einem Verein weggeschickt, weil sie nicht wussten, was sie mit mir im Training anfangen sollten.“

Dass hier zwischen Einzelsport und beispielsweise Gymnastikgruppen mit 15 Teilnehmern zu unterscheiden ist, bei denen drei oder vier Leute mit Behinderung dabei sind, gibt der Vorsitzende der TG Böckingen, **Herbert Tabler** zu bedenken. „Da verliert ein Übungsleiter schnell den Überblick, vor allem, wenn er nicht entsprechend geschult ist“, sagt der langjährige Heilbronner Stadtrat und ertet dabei die Zustimmung von **Irina Richter**. „Eine fundierte und praxisnahe Schulung für Trainer ist immens wichtig, um Berührungängste von Anfang an abzubauen“, so die städtische Inklusionsbeauftragte, die anregt, ein Netzwerk für Trainer zum Erfahrungsaustausch einzurichten.

Uwe Kaiser, der gemeinsam mit Irina Richter das inklusive „Golfturnier mit Handicap“ in Talheim initiiert hat, würde sogar noch einen Schritt weitergehen und einen vereinsübergreifenden Trainer als Inklusionsbegleiter installieren, der andere Übungsleiter in den Umgang mit behinderten Sportlern einweist. „Das ist gar nicht unbedingt nötig“, kontert **Carsten Hummel** und macht den Heilbronner Sportvereinen ein attraktives Angebot: **„Die Vereine können ihre Übungsleiter jederzeit bei den Offenen Hilfen zu einer kostenfreien Fortbildung anmelden.** Diese findet immer

Monika Lichte...

...vom Schul-, Kultur- und Sportamt berichtet, dass von 65 eingetragenen Sport- und 110 Freizeitvereinen nur 8 Behinderten- und Rehasport anbieten. Ein Manko beim Behindertensport sieht sie darin, dass ältere Sportstätten oft nicht barrierefrei und damit nur bedingt für Sport mit Handicap geeignet sind. Bei der Planung neuer Sportstätten werde die Barrierefreiheit mit berücksichtigt.



Wolfgang Heiler...

...ist Bezirksgruppenleiter des Blinden- und Sehbehindertenverbandes für den Kreis Heilbronn und sieht in den zeitlichen Beschränkungen des Öffentlichen Nahverkehrs eine der größten Schwierigkeiten. Behinderte, die auf den ÖNV angewiesen sind, kommen aufgrund der Zeitlimits in den Fahrplänen nicht mehr von ihren Aktivitäten zurück.



Carsten Hummel...

...von den Offenen Hilfen Heilbronn arbeitet seit 1986 mit Menschen mit geistiger Behinderung.

Sein Vorschlag ist, dass die Heilbronner Sportvereine ihre Übungsleiter beim Fortbildungsprogramm der Offenen Hilfen für den Umgang mit Menschen mit Handicap schulen – ein Angebot, das zumindest 2018 noch kostenfrei ist!



Uwe Kaiser...

...ist freischaffender Journalist und führt u.a. gemeinsam mit den Offenen Hilfen inklusive Projekte durch. Einen Ansatz, wie man Menschen mit Behinderung zum aktiven Sport führen kann, zeigte seine Initiative zum inklusiven „Golfturnier mit Handicap“ der Stadt Heilbronn, in dem passionierte Golfspieler gemeinsam mit Teilnehmern mit Behinderung Golf spielten.





am Samstagvormittag statt und umfasst neben dem Umgang mit Menschen mit Behinderung unter anderem ein Praxistraining im Rollstuhl sowie Informationen zu Themen wie Transportsicherung und logistische Maßnahmen.“

Dass die nötige Sozialkompetenz beim inklusiven Sport nicht nur von den Übungsleitern, sondern durchaus auch von den Teilnehmern selbst ausgeht, haben **Irina Richter** und **Uwe Kaiser** beim Golfturnier im Oktober festgestellt. „Wir haben Pärchen zusammengestellt, die jeweils aus einem erfahrenen Golfer und einem Partner mit Behinderung bestanden“, berichtet Irina Richter. „Das hat super geklappt und jeder Teilnehmer war sich seiner Verantwortung bewusst. Die anfänglichen Hürden wurden ganz unbürokratisch abgebaut und es sind sogar neue Freundschaften entstanden.“

Genau diese Vermittlung von Sozialkompe-

tenz sei dabei die Aufgabe der Menschen mit Handicap, fügt **Carsten Hummel** hinzu und geht dabei auf die Erzählung von **Wolfgang Heiler** ein, dass die sehenden Teilnehmer seiner Wirbelsäulengymnastik-Gruppe dazu aufgefordert wurden während der Übungen die Augen zu schließen, um nachfühlen zu können „wo es bei mir klemmt“. „Da hat Herr Heiler die Gruppe Sozialkompetenz gelehrt. Dafür zahlen Firmen oft tausende Euro“, lacht Carsten Hummel.

Auch das exklusive Training – Sportler mit Handicap sind dort unter sich – hat laut **Annegret Schneider** durchaus Vorteile: „Im Trainingslager der Nationalmannschaft sind ausschließlich Sportler mit Einschränkung und alle können einschätzen, was alles möglich ist. Dort probiere ich immer wieder Dinge, die mir meine Trainerin daheim nicht zutraut und die ich noch nie gemacht habe. Und siehe da, sie funktionieren! Meine Heimtrainerin staunt da immer wieder und freut sich, dass wir diese Dinge dann auch in unser Training einfließen lassen können.“

Einen Grund für die geringe Zahl an behinderten Sportlern in Heilbronn macht die Gesprächsrunde am Thema Alter fest.

„Bei meinen Beratungen erlebe ich oft, dass aufgezeigte Perspektiven mit dem Hinweis ‚das macht meine Frau oder mein Mann‘ in den Wind geschlagen werden“, berichtet **Wolfgang Heiler**. „Stirbt dann der Partner oder man trennt sich, stehen sie als ältere Leute wieder auf der Matte, und dann ist es sehr schwierig, ein Angebot für sie zu finden, denn dann sind sie verwöhnt und haben Schwierigkeiten damit, auf fremde Leute angewiesen zu sein.“

Nicola Steinmetz führt dazu noch das Schul-

system an: „In den Grundschulen werden behinderte Kinder noch inkludiert, die nächste weiterführende Schule ist dann aber in Neckargemünd. Da kommen die Kinder abends nach Hause und haben keine Möglichkeit mehr zum Sport zu gehen.“

„Dort war ich auch“, pflichtet ihr **Annegret Schneider** bei. „Ich wurde morgens um halb sieben abgeholt und kam um halb sechs nach Hause. Das Vereinstraining hat um sechs begonnen, das habe ich meist nicht geschafft und habe stattdessen später mit meinen Eltern trainiert. Hätte ich damals nicht schon Leistungssport gemacht hätte, hätte ich mich nicht mehr motivieren können.“

Eine zusätzliche Hürde auf dem Weg zur Förderung des Behindertensports macht **Monika Lichte** vom Schul-, Kultur- und Sportamt aus: „Um Sportler mit Handicap zu inkludieren, müssen die Sportanlagen barrierefrei sein. Und das ist bei weitem nicht überall gegeben.“

NÄCHSTE SCHRITTE

Alle Beteiligten der Gesprächsrunde waren sich einig, dass es möglich ist, an den Schwachpunkten anzusetzen, um dem Behindertensport in Heilbronn in Zukunft einen höheren Stellenwert zu geben. Im ersten Schritt soll eine Befragung der Heilbronner Vereine zu diesen Themen durchgeführt werden:

- Welche Sportanlagen sind barrierefrei?
- Welche Vereine haben eine gute Anbindung an den Öffentlichen Nahverkehr?
- Welche bestehenden Sportangebote eignen sich für Menschen mit Handicap?
- Welche Vereine arbeiten bereits mit Menschen mit Behinderung und haben entsprechende Erfahrungen gemacht?
- Welche Vereine sind Mitglied im WBRS (Württembergischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband)?
- Welche Vereine möchten ihre Übungsleiter über das kostenlose Förderprogramm der Offenen Hilfen weiterbilden?

Parallel wird die Möglichkeit geprüft, eines der nächsten „Heilbronner Sportgespräche“ zum Thema Inklusion im Sport durchzuführen.

Ein Ziel der Arbeitsgruppe wird es sein, das inklusive Spiel- und Sportfest, das bislang jährlich in Flein stattgefunden hat (**Nicola Steinmetz**: „Ich war als Kind dort immer dabei, der Umgang mit behinderten Menschen war für mich deshalb immer ganz normal.“) und im Februar 2019 erstmals in der Heilbronner Mönchseehalle veranstaltet wird, um weitere sportliche Angebote zu erweitern.

Der Stadtverband bleibt mit dem sportheilbronn-Magazin an dem Thema „dran“. Gerne könnt ihr uns eine Mail mit euren Gedanken und Erfahrungen zum Thema Behindertensport an redaktion@sport-heilbronn.de schicken. (RS)



wuerttembergische.de

Aktiv leben. Unbeschwert sein. Mit unserer privaten Unfallversicherung.

Unsere private Unfallversicherung:

Bietet Ihnen schnelle Hilfe und finanzielle Sicherheit.

Gerne beraten wir Sie!

Versicherungskontor Kummer

Paul-Goebel-Str. 1 · 74076 Heilbronn
Telefon 07131 177553 · Telefax 07131 163479
info@versicherungskontor-kummer.de

württembergische
Ihr Fels in der Brandung.

~~Ich bin müde~~
~~Es ist zu kalt~~
~~Es ist zu heiß~~
~~Es regnet~~
~~Es ist zu spät~~
Los geht's

**KEINE AUSREDEN
MEHR!
JETZT ZUM PREIS
VON 10 € PRO
WOCHE TRAINIEREN***

**Sportpark
18-90**



*Laufzeit 8 Wochen oder 12 Wochen. Zahlung des jeweiligen Pakets per Vorkasse. Trainingsbeginn vor 31.03.2018.

Sportpark 18-90 / TG Böckingen
Sinsheimer Straße 59 – 74080 Heilbronn
07131/1208380
www.tg-boeckingen.com

MEDI CROSS

Orthopädie | Unfallchirurgie | Chirurgie
Neckarsulm

Herr Dr. med. B. Brand
Herr Dr. med. R. Giacin

Herr Facharzt N. Haupt
Frau Dr. med. M. Möller

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

Sprechstundenzeiten

Mo - Do 08.00 - 18.00 Uhr
Freitag 08.00 - 12.00 Uhr

Unsere Leistungen

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

MEHR SPORT IM NEUEN JAHR? DER KAMPF MIT DEM INNEREN SCHWEINEHUND!

Zu Beginn eines neuen Jahres haben wir oft den Drang, unliebsame Gewohnheiten und Verhaltensweisen zu ändern. Mithilfe von Neujahrsvorsätzen möchten wir dafür sorgen, dass von nun an alles besser wird: Aufhören mit dem Rauchen, mehr Zeit für die Familie, alte Freunde anrufen, gesunde Ernährung, weniger Smartphone-Konsum, abnehmen, die Fitness verbessern.

Mit bester Absicht gehen wir also ans Werk und versuchen, unsere Vorsätze in die Tat umzusetzen. Doch häufig begegnen wir schon nach wenigen Wochen einem alten Weggefährten – dem inneren Schweinehund. Er redet uns gut zu, das regelmäßige Laufprogramm im Heilbronner Stadtwald doch zu unterlassen, da es in unserer Komfortzone auf der heimischen Couch doch viel gemütlicher ist.

Wie kommt es dazu, dass wir trotz der festen Absicht, im neuen Jahr häufiger Sport zu treiben, diesen Wunsch zwar kurzfristig umsetzen, langfristig aber wieder aufgeben?

Die Sportpsychologie hält für dieses bekannte Phänomen einige Erklärungsansätze bereit. Grundsätzlich müssen wir zwischen der Motivation (eine Absicht haben) und der Volition (der Wille; lat. volo: ich will) unterscheiden. Nicht jede Absicht führt also zu einer gewünschten Verhaltensweise. Der Motivationsforscher Heinz Heckhausen hat diese Erkenntnisse in seinem Rubikonmodell zusammengefasst. Der Name ist angelehnt an die Überschreitung des Rubikon-Flusses im antiken Rom durch die Truppen unter Caesar.

Beispiel: Ich nehme mir vor, am nächsten Morgen um 6 Uhr fünf Kilometer zu laufen. Am nächsten Morgen – Nieselregen, 3 Grad, steife Brise aus Südost – treten plötzlich Hindernisse auf, die meine ursprüngliche Absicht gefährden. So stelle ich mir vor, wie angenehm es doch wäre, noch eine Weile im Bett liegen zu bleiben oder mit einer Tasse Kaffee die Tageszeitung zu lesen.

Eine hohe Motivation genügt in diesem Fall nicht, die Absicht zum konkreten Handeln zu führen; es bedarf des Willens. Willensprozesse sind dafür verantwortlich, dass Ziele und Absichten in Taten übersetzt werden. Der Einsatz des Willens ist besonders dann erforderlich, wenn es sich um Tätigkeiten handelt, die uns eigentlich keinen Spaß machen. Handlungen, die in erster Linie willentlich gesteuert werden, sind im Vergleich zu häufig unbewusst ablaufenden, motivationalen Tätigkeiten (z.B.

mit dem Mountainbike einen Flow-Trail fahren) leider sehr störanfällig. Sie sind häufig begleitet von unangenehmen Gefühlen, einem langsamen Zeiterleben (die Zeit „kriecht“), wir sind dabei eher abgelenkt, müssen die Handlung ständig mit unseren Gedanken kontrollieren und überwachen, um bloß nicht in Versuchung zu kommen, aufzugeben. Letztlich funktioniert unser Wille wie ein Muskel, er ist irgendwann erschöpft. Doch ebenso wie ein Muskel können wir unseren Willen auch trainieren!

PRAXISTIPPS:

- **Mit zunehmendem Können entsteht ein Mehr an Genuss!** Bleiben Sie also dran, denn wenn Sie Ihre Fähigkeiten in einer sportlichen Aktivität verbessern, so macht diese nach einigen Wochen auch mehr Spaß. Irgendwann ersetzt der Motivator „Freude an der Bewegung“ die ursprünglich

durch den Willen gesteuerte Laufband-Einheit im Fitnessstudio.

- **Sozialen Druck aufbauen!** Dies gelingt, indem Sie sich mit Freunden zum Sport verabreden. Dann wird das Sporttreiben verbindlich, eine Absage ist eher unangenehm und stellt erfahrungsgemäß eine hohe Hürde dar. Auch sollten Sie Ihre sportlichen Ambitionen öffentlich kundtun, zum Beispiel im Kreis Ihrer Arbeitskolleginnen und -kollegen. Dies schafft eine subjektiv empfundene, innere Verpflichtung – ein Rückzieher wird unwahrscheinlicher.

- **Bleiben Sie flexibel!** Seien Sie nicht zu hart zu sich. Ein zu starres und zwanghaftes Festhalten an Trainingsplänen führt häufig zu Verkrampfung und kann auch gefährlich sein. Insbesondere bei fiebrigen Erkältungen sollten Sie auf Ihren Sport verzichten. Die Formel für einen langfristigen Erfolg: Eine ausgewogene Mischung aus Gelassenheit und Zielstrebigkeit, aus Spaß und Disziplin.

- **Schaffen Sie ein „Warum“!** Welchen ganz individuellen, wichtigen Grund gibt es für Ihr Leben, wofür es sich lohnt, Ihre (sportlichen) Lebensgewohnheiten zu ändern. Moderat betriebener Sport ist gesund – doch das reicht nicht aus, um den inneren Schweinehund zu besiegen. Wesentlich konkreter ist es, wenn Sie sich vornehmen, die Halbmarathon-Distanz beim Heilbronner Trollinger-Marathon zu laufen, oder in den nächsten sechs Monaten fünf Kilo abzunehmen, um endlich mit den Enkeln wieder Fußballspielen zu können.

- **Werden Sie konkret!** Formulieren Sie Ihre Ziele möglichst greifbar und anschaulich, stellen Sie sogenannte „Wenn-Dann-Pläne“ auf. Aus einem „In der nächsten Woche treibe ich mehr Sport“ wird ein „Wenn ich nächste Woche am Montag und am Donnerstag mit der Bahn zur Arbeit fahre, dann jogge ich jeweils um 17.00 Uhr, nach der Arbeit, nach Hause. Sporttasche und Laufschuhe habe ich heute schon eingepackt“.

- **Machen Sie den Sport zur Gewohnheit!** Anfangs ist es wichtig, möglichst häufig und regelmäßig „am Ball“ zu bleiben. Dies können auch sehr kurze Einheiten sein, beispielsweise ein 20minütiger, strammer Spaziergang bei miesem Wetter. Ihr Gehirn gewöhnt sich so an die tägliche Aktivitäts-Dosis, der Wille spielt dabei kaum noch eine Rolle.

Prof. Dr. Dirk Schwarzer



Duale Hochschule BW Heilbronn / Studiengangleiter im Studiengang BWL-Dienstleistungsmanagement/Sportmanagement (seit 2011)

Sportpsychologische Beratung und Betreuung von Leistungs- und Spitzensportlern (darunter auch Olympiateilnehmer)

Mitglied der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie in Deutschland (asp)

Mitglied im Lehr-Team des Deutschen Tennisbundes e.V.

Sportlicher Leiter beim Tennis-Weltranglistenturnier INTERSPORT HeilbronnOpen von 2005 bis 2014.



Reifen-Discount

Alle Reifen zu absoluten Sonderpreisen

*** Große Alufelgen-Schau ***

Kundendienst

für alle KFZ-Marken



Klima-, Bremsen und Ölservice für alle PKW

Scheibenservice

Abrechnung mit allen Versicherungen



Achsvermessung

Berührungslos und die modernste in der Region

KFZ-Werkstatt für alle Marken

und Suzuki Vertragswerkstatt



Automeister pischinger + Autohaus pischinger

74172 Neckarsulm · Heiner-Fleischmann-Str. 3
07132 / 9388-0 · www.automeister-pischinger.de

Der neue
SWIFT



Fahrspaß

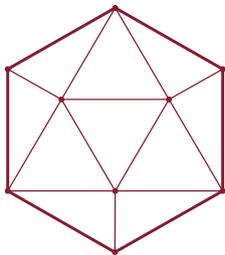
ab 14.790,- EUR¹



1.2-Liter-DUALJET-Motor mit 66 kW (90 PS),² optional mit ALLGRIP AUTO Allradantrieb³
1.0-Liter-BOOSTERJET-Motor mit 82 kW (111 PS),⁴ optional mit 6-Stufen-Automatikgetriebe⁵

Kraftstoffverbrauch: kombinierter Testzyklus 5,0 4,3 l/100 km;
CO₂-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 114 97 g/km (VO EG 715/2007)

Abbildung zeigt Sonder- und Zubehöerausstattung. ¹Endpreis für einen Suzuki Swift 1.2 Club (Kraftstoffverbrauch: innerorts 5,4 l/100 km, außerorts 3,7 l/100 km, kombinierter Testzyklus 4,3 l/100 km; CO₂-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 98 g/km (VO EG 715/2007)). ²Gilt nur für Ausstattungslinien Basic, Club und Comfort. ³Gilt nur für Ausstattungslinie Comfort gegen Aufpreis. ⁴Gilt ab Ausstattungslinie Comfort. ⁵Gilt nur für Ausstattungslinie Comfort* gegen Aufpreis.



PHYSION

PHYSIOTHERAPIE. NACHHALTIG. NAH.

**KLASSISCHE PHYSIOTHERAPIE
SCHMERZTHERAPIE
ÄSTHETISCHE THERAPIE**



PHYSION GmbH
Erhardgasse 17
74072 Heilbronn

www.physion.hn
willkommen@physion.hn
0 7131 / 899 19 19

RUDI CHRISTIANSEN: ERST ABITUR, DANN PROFI- ODER COLLEGETENNIS

Den Tennisexperten in Deutschland geht sein Name schon seit ein paar Jahren locker von den Lippen, und inzwischen ist er auch den meisten sportinteressierten Heilbronnern geläufig. Die Rede ist von Rudi Christiansen, einem 16-jährigen Tennis-Talent aus dem Heilbronner Osten, das beim TC Heilbronn am Trappensee groß wurde und in seiner Altersklasse in Deutschland inzwischen auf Platz fünf geführt wird. Wir haben uns mit dem Württembergischen U16-Meister von 2017 und seiner Mutter Katja Christiansen getroffen und haben einen fokussierten jungen Mann kennengelernt, der nach seinem Schulabschluss den Sprung nach Übersee wagen und testen möchte, wie weit er im Tennisgeschäft kommen kann.



An normalen Tagen sei er von 6.00 bis 19.30 Uhr unterwegs, berichtet uns Rudi Christiansen, der seit September die elfte Klasse der Johann-Friedrich-von-Cotta-Schule in Stuttgart besucht. „Um halb sieben steige ich in den Zug nach Stuttgart, wo dann um acht Uhr die Schule beginnt. Wenn diese um 13.10 Uhr zuende ist, fahre ich nach Stammheim zum Olympiastützpunkt des Württembergischen Tennis-Bundes, wo um 15.30 Uhr das Training beginnt. Wir trainieren dort dann bis 18.30 Uhr, und da holt mich meine Mutter ab und wir sind gegen 19.30 Uhr wieder zuhause“, so der 16-Jährige, der sich dann meist noch bis 22 Uhr auf den nächsten Schultag vorbereitet.

„Natürlich ist der Aufwand nicht gering“, bestätigt Katja Christiansen, die Tag für Tag nach Stuttgart fährt, um ihren Sohn abzuholen. „Bis letzten Sommer war das aber alles noch umständlicher. Da ist er in Heilbronn zur Schule gegangen und ich habe ihn vier Jahre lang nachmittags zum Training gefahren und musste drei Stunden in Stuttgart warten, ehe wir wieder nach Hause fahren konnten. Da ist das jetzt schon eine Erleichterung.“

In der Cotta-Schule wandelt Rudi Christiansen unter anderem in den Fußstapfen von Fußball-Nationalspieler Mario Gomez, der wie er einst die Sportförderklasse besucht hat. „Dort bin ich mit Gleichaltrigen aus den Sportarten Fußball, Handball, Speedskating, Schwimmen, Hockey, Wasserball, Tanzen und Leichtathletik zusammen, die allesamt Leistungssport betreiben und am dortigen Wirt-

schaftsgymnasium das Abitur machen wollen“, so Rudi Christiansen.

„Mit drei Jahren hatte er zum ersten Mal einen Tennisschläger in der Hand“, erinnert sich Katja Christiansen. „So richtig ging es dann mit den Ferienfreizeiten der Tennisschule von Metehan Cebeci los, an denen er mit einer Ausnahme genehmigung schon mit fünf statt mit sechs Jahren zum ersten Mal teilnehmen durfte. Cebi hat dabei gleich sein Talent erkannt, und dann war der Weg quasi vorgezeichnet.“

Bezirksskader, Verbandskader, Oberliga, ITF (International Tennis Federation) Future-Turniere – so lautet der bisherige Weg des Talents, das mit einem Wechsel in die Vereinigten Staaten nach dem Abitur liebäugelt. „Natürlich ist es mit 16 Jahren noch

schwer zu sagen, ob man es im Profi-Tennis schaffen wird oder nicht. Ich möchte es aber in jedem Fall probieren und habe bereits Kontakt zu Scouting-Agenturen, über die ich einen College-Platz bekommen könnte“, gibt uns Rudi Christiansen einen Einblick in seine Zukunftspläne. „Wenn ich aber sehe, es wird nichts, dann werde ich es schnell wieder sein lassen“, ergänzt er und erntet damit die Zustimmung seiner Mutter. „Es gibt viele Spieler, die bis Ende 20, Anfang 30 an dem Traum

festhalten ohne eine Ausbildung zu haben – das würden wir auch nicht unterstützen. Man muss realistisch bleiben“, sagt Katja Christiansen, die bei Rudis Spielen laut eigener Aussage nervöser ist als er selbst.

Einen Vorgeschmack auf das Level, das er erreichen muss, um eine Chance auf eine Profikarriere zu haben, bekam Rudi Christiansen beim NECKARCUP 2017: „Da habe ich eineinhalb Stunden bei gefühlten 40 Grad zusammen mit dem 19-jährigen Alexander Bublik

trainiert, der kurz vor den Top 100 der Weltrangliste steht. Das war schon nochmal ein ganz anderes Tempo, und das konstant und ohne nachzulassen. Da besteht schon noch ein großer Unterschied zu meinem aktuellen Level.“

In der abgelaufenen Saison spielte er auf Position zwei beim Oberligisten TC

Heilbronn am Trappensee (Katja Christiansen: „Das war noch eine Nummer zu groß, er hat sich aber gut geschlagen.“) und sammelte erste Weltranglistenpunkte beim ITF-Turnier in Schweden. Letzteres bezeichnet Rudi Christiansen gleichzeitig als sein bisheriges Karriererhighlight: „Mir war es nur darum gegangen, vielleicht zwei, drei Runden zu überstehen und ein paar Punkte zu holen. Am Ende konnte ich das Turnier gewinnen. Daran möchte ich 2018 gerne anknüpfen.“ (RS)

„Schon als Rudi mit fünf Jahren zum ersten Mal bei der Tennisfreizeit dabei war, habe ich in seinen Augen gesehen, wie gierig er auf die gelbe Filzkugel war und welchen Ehrgeiz er hatte. Er wird von mir in jedem Fall in näherer Zukunft die Chance für eine NECKARCUP-Teilnahme bekommen.“

Metehan Cebeci, NECKARCUP-Turnierdirektor und „Entdecker“ von Rudi Christiansen

Katja und Rudi Christiansen im Gespräch mit sportheilbronn-Redakteur Ralf Scherlinzky. (Fotos: Marcel Tschamke)





**CHALLENGER
TOUR**



Sieger 2015
Alexander Zverev
ATP Ranking 3

Sieger 2017
Filip Krajinovic
ATP Ranking 33

Sieger 2014
Jan-Lennard Struff
ATP Ranking 44

Sieger 2016
Nikoloz Basilashvili
ATP Ranking 51



5. Heilbronner NECKARCUP

ATP Challenger

12. – 20. Mai 2018

Weltklasse Tennis hautnah!

MEDIENPARTNER

KOOPERATIONSPARTNER



AssenheimerMulfinger

www.neckarcup.de



WASSERBALL BEIM SCHWIMMVEREIN – DAS SOLEO ALS FESTUNG IN DER 4. LIGA

Es ist Dienstagabend kurz vor 19.00 Uhr im Soleo-Hallenbad in Heilbronn. Das Foyer füllt sich immer mehr, bis am Eingang Jens Boysen auftaucht und die unzähligen Kinder mit ihren Einlassbändern fürs Training versorgt. Das Schwimmbad füllt sich dadurch schnell.

Im Sportbecken tummeln sich auf 3 Bahnen die Schwimmer, am Sprungturm haben die Turmspringer ihr Training gerade beendet. Kurzerhand wird dort ein halbes Wasserballfeld für das Jugendtraining aufgebaut, während auf der verbleibenden Wasserfläche Heilbronner Bürger ihre Bahnen ziehen. Parallel lernen zahlreiche Kleinkinder im Lehrschwimmbecken das Schwimmen und kommen nach und nach auch mal nach oben, um Erfahrungen im großen Becken zu machen.

„Das ist das alltägliche Bild hier im Soleo. Wir würden gerne noch mehr Schwimmkurse und Trainingszeiten anbieten, doch dazu fehlen einfach die Wasserzeiten. Die Heilbronner Bürger wollen nach Feierabend auch noch ihre Bahnen schwimmen und etwas dem hektischen Alltag entfliehen.“

Jens Boysen, Vorstand des Schwimmvereins Heilbronn 98, kennt das Problem der

Schwimmvereine in Heilbronn nur zu gut.

„Durch den Zusammenschluss zur Schwimm-StartGemeinschaft SSG Heilbronn haben wir das Wasserzeitenproblem etwas entschärft und konnten damit unsere Trainingszeiten etwas optimieren. Für die Zukunft wäre ein zusätzliches Schul- und Vereinsbecken in Heilbronn dennoch sehr wünschenswert. Für die Wasserballer ist dies für die Zukunft sogar dringend notwendig, um die Sportler – vor allem den Nachwuchs – entsprechend ausbilden zu können. Dieser Sport steht und fällt mit der Schwimmfähigkeit der Spieler“, stellt Boysen gleich zu Beginn seine größten Sorgen und Nöte heraus.

Die Wasserballer sind innerhalb des SVH, des mit über 500 Mitgliedern größten Schwimmvereines in Heilbronn, neben dem Schwimmen und Turmspringen die dritte große Säule. Neben dem Männerteam in der Verbandsliga treten noch zwei Jugendmannschaften in den Altersklassen U10 und U16 im Meisterschaftsbetrieb an. Aber auch in der U12 kann der SV 98 an einigen Turnieren teilnehmen, mit Verstärkung aus der U10.

Anfang Dezember sind die Wasserballer



mit einem 33:5-Kantersieg über den Aufsteiger SV Göppingen in die neue Saison in der Verbandsliga Baden-Württemberg gestartet. Doch Boysen kann den Auftakterfolg in die 4. Liga korrekt einschätzen. „Während die Göppinger gerade erst aufgestiegen sind und mit einem kleinen Kader anreisen, konnten wir aus dem vollen Schöpfen und mit unserer Erfahrung dagegenhalten. Das Soleo ist in der Verbandsliga eine Festung, bei uns gewinnen nicht viele Teams.“

Die Heilbronner Wasserballer gehören zu den Favoriten und haben das Ziel „einen der Medaillen-Plätze zu erreichen. Wir sind in den letzten Jahren immer zwischen Platz 3 und 6 gelegen und möchten dieses Jahr an der Spitze mitspielen“. Für die Zukunft sieht Boysen die Wasserballer gut aufgestellt. „Als wir vor 4 Jahren mit der konsequenten Jugendarbeit begonnen haben, hatten wir gerade mal 4 Kinder. Heute planen wir für die kommende Saison mit den U16-Spielern schon eine zweite Herrenmannschaft in der Kreisliga an den Start zu schicken. Die Jugendarbeit bei uns ist sehr gut, auch wenn Trainingszeiten ab 19 Uhr gerade für die U10 nicht gerade positiv sind.“

Der SVH ist innerhalb der SSG der einzige Verein, der Wasserball anbietet, allerdings „profitieren wir natürlich von den Schwimmabteilungen der Partner. Wir haben Schwimmer der TSG, des ASV und des DJK. Aber auch Schwimmer aus Biberach verstärken immer



Platz 1 bis 3 ist das Ziel der Wasserballer der SSG Heilbronn. Der Eintritt zu den Heimspielen ist frei.
Fotos: Irina Roll (2)

mal wieder unsere Wasserballer.“

Der Kader der Wasserballer wurde für diese Saison etwas vergrößert. Mit Tibor Spiry und Augustin Stanusic verstärken nun zwei 15-jährige Eigengewächse den Flügel in der Verbandsliga-Mannschaft. Vom Bundesligaabsteiger SV Cannstatt wechselte Jakob Zühl zu seinem Heimatverein zurück, den er während seines Studiums verlassen hatte. Dass er mit seiner individuellen Klasse eine große Verstärkung für die Mannschaft ist, stellte Zühl gleich im ersten Spiel mit sieben Treffern und zahlreichen guten Anspielen an seine Mitspieler unter Beweis. Den drei Neuzugängen stehen nur zwei Abgänge gegenüber.

Dass Wasserball ein Sport für alle Altersklassen ist, zeigt ein Blick auf den Mannschaftskader. Zwischen Torhüter Rainer Sonnek (Jahrgang 1962) und den Neuzugängen Spiry und Stanusic (2002) liegen stolze 40 Jahre. Doch genau dieser Mix macht die Heilbronner zu einem Team. Die „Jungen“ profitieren von der Erfahrung der „Alten“, während die jugendliche Leichtigkeit und Schnelligkeit die erfahrenen Spieler immer wieder anspricht fit zu bleiben. Das Gefüge passt und die Mannschaft schwimmt als geschlossene Einheit von Tor zu Tor. Das honorierten auch die rund 50 Zuschauer im Soleo bei der ersten Partie gegen Göppingen.

Bei den Spielen der Wasserballer ist der Eintritt grundsätzlich frei. „Gebt einfach an der Kasse Bescheid, dass ihr zum Wasserball möchtet. Die Damen erklären euch dann den Weg auf die Tribüne“, erklärt Boysen den Einlass ins Schwimmbad bei den Heimspielen.



Zweite Säule neben dem Wasserball ist das klassische Schwimmen, das in drei Trainingsgruppen angeboten wird. In der Leistungsgruppe trainieren die Athleten unter Trainerin Sabrina Süßenbach bis zu vier Mal die Woche. Gemeinsam mit Lisa Schiefer und Annette Herbst bereitet sie die Sportler auf die Bezirksmeisterschaften, die Württembergischen Meisterschaften und die Deutsche Meisterschaft vor.

Während die Nachwuchsschwimmer bei Kreis- und Regionalmeisterschaften sowie auf Nachwuchssportfesten aktiv sind, trainiert die Mastersgruppe wöchentlich nach dem Motto „Schwimmen hält fit“. Und das sogar bis ins hohe Alter. Die Mastersschwimmer nehmen aber nicht nur an regionalen Schwimmwettkämpfen teil, sondern treten in ihren Altersklassen auch bei Europa- und sogar FINA-Weltmeisterschaften an.

Unter der Leitung von Kurt Eicher trainieren die Wasserspringer, als dritte Säule des SVH, regelmäßig auf der Sprunganlage des Soleo und im Sommer in der Neckarhalde. Die Nachwuchsspringer treten dabei oft auf Landesebene und den Süddeutschen Meisterschaften an. Bei den Mastersspringern, die auf internationaler Ebene starten, sind die Heilbronner regelmäßig sehr erfolgreich. Gemeinsam mit seinem Dresdner Partner Erik Seibt gelang dem Heilbronner Alexej Schulz erneut der große Coup. Im Synchronspringen vom 10m-Turm holten die beiden Springer die Goldmedaille und sind damit Weltmeister in der Altersklasse 45+. Herzlichen Glückwunsch! (MR)

Heimspiele Wasserball im Soleo ohne Gewähr

- 27.01.2018, 20:00 Uhr: SSG Heilbronn – VfL Kirchheim
- 03.02.2018, 20:00 Uhr: SSG Heilbronn – SV Heidenheim
- 03.03.2018, 20:00 Uhr: SSG Heilbronn – WF Gemmingen
- 13.03.2018, 20:45 Uhr: SSG Heilbronn – TSG Weinheim
- 14.04.2018, 20:00 Uhr: SSG Heilbronn – PSV Stuttgart II
- 28.04.2018, 20:00 Uhr: SSG Heilbronn – SSG Reutlingen/Tübingen
- 05.05.2018, 20:00 Uhr: SSG Heilbronn – WBG Villingen/Schwenningen
- 16.06.2018, 20:00 Uhr: SSG Heilbronn – SSG Weil am Rhein

MÜLLER & BUCHER

www.gewerbeimmobilien.hn

Seit über 20 Jahren
Ihr Partner für
Gewerbeimmobilien
in der Wirtschaftsregion
Heilbronn-Franken

Tom Bucher
Tom Bucher

KOMPETENZ, ZUVERLÄSSIGKEIT, VERTRAUEN & PERSÖNLICHE BERATUNG

Müller & Bucher Immobilien-Treuhand GmbH · **Telefon 07131 7878-0** · info@mueller-bucher.de

VERZÖGERUNGEN BEIM CLUBHEIM-NEUBAU VERHINDERN DAS WINTER-MOTOCROSS 2018

Es war zunächst ein gewagter Plan des MCC Frankenbach. Nach dem Abriss des alten Vereinsheimes hat der Aufbau der neuen Heimat in Frankenbach längst begonnen. Die Bodenplatte ist gegossen und bis zum Winter-Motocross Anfang März 2018 sollte die Fläche im Rohbau genutzt werden können.

„Das ist die größte Aufgabe unseres Vereines, der nur wegen der Pachtverlängerung des Geländes im Pfauenhof für die nächsten 25 Jahre realisiert werden konnte“, resümiert Peter Mayer, Pressesprecher des MCC Frankenbach, die Grundlagen für den Neubau. „Wir haben uns intern aufgeteilt, so kümmern sich einige um den Bau, die anderen konzentrieren sich voll auf den Sportbereich. Anders wäre das gar nicht zu stemmen.“

Doch Verzögerungen beim Neubau des Vereinsheimes verhindern nun die 48. Auflage des Winter-Motocross. Der Plan, parallel den Bau und das Großevent zu stemmen, musste begraben werden.

„Eigentlich sollte das Winter-Motocross 2018 zur großen Einweihungsfeier für das neue Clubhaus werden. Die Siegerehrung war be-



Die große Baustelle auf dem Vereinsgelände verhindert die Austragung des diesjährigen Frankenbacher Winter-Motocross. Foto: MCC Frankenbach

reits auf der neuen Dachterrasse vorgesehen“, zeigt sich MCC-Vorstand Michael Blaurock enttäuscht.

Doch zum einen verzögerten sich die aufwändigen Baggerarbeiten für das Fundament, zum anderen verhinderte der enorme bürokratische Aufwand ein schnelleres Vorankommen. All dies war für Macher des MCC nicht vorhersehbar, so dass dem MCC Frankenbach Anfang Januar nichts anderes übrig blieb als das Winter-Motocross 2018 schweren Herzens abzusagen.

„Ohne das Clubhaus nutzen zu können, ist ein Großevent wie das Winter-Motocross undenkbar. Zudem benötigt die Baustelle sehr

viel Platz, der uns für den Aufbau unserer Infrastruktur, vor allem im Fahrerlager fehlt“, erklärt Peter Mayer die Gründe der Absage der eigentlich für den 11. März geplanten Veranstaltung. Ein „Baustellen-Rennwochenende“ würde dem exzellenten Ruf des Rennens mehr schaden, als die nun erfolgte Absage des Rennens.

Während der Trend im Motocross-Sport zu immer spektakuläreren und riskanteren Strecken geht, will man in Frankenbach diesen Weg allerdings nicht mitgehen. Peter Mayer hat dazu eine klare Haltung. „Wir wollen eine anspruchsvolle, aber sichere Strecke haben. Mit dem großen Sprung am Steilhang haben wir eine sehr spektakuläre Stelle im Streckenplan. Wir sind stolz darauf, dass wir in den vergangenen Jahren keine schweren Unfälle auf der Strecke, noch Vorkommnisse rings um die Strecke hatten!“

Das soll auch in Zukunft so bleiben! (MR)

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®
GARANTEERT LEBENSQUALITÄT

Winter-Motocross in Frankenbach

Seit 1969 gehört das Winter-Motocross in Frankenbach fest in den Rennkalender der Motocross-Veranstaltungen in Deutschland. Lediglich während des Streckenumbaus Ende der 80er Jahre und wegen des Dauerregens 1999 musste das Rennen abgesagt werden. Jedes Jahr sind zahlreiche Spitzenfahrer am Start, aber auch unzählige Nachwuchspiloten, die noch am Anfang ihrer Karriere stehen. Mit Gaston Rahier (Sieger 1977, 1979 und 1981) oder Heinz Kinigadner (Sieger 1982) gewannen sogar spätere Weltmeister

bereits in Frankenbach. Nach seinem zweiten Platz 2016 war im vergangenen Frühjahr der Kämpfelbacher Dennis Ullrich nicht zu schlagen und gewann souverän das Superfinale 2017.





TOP ANGEBOT

Speedytex –
Ihr Spezialist für
Arbeitsschutz-,
Berufs- und
Teamkleidung
in Heilbronn!

Jetzt bestellen!
Hotline*: 07131 | 6424661

BUNDHOSE SPEKTRUM



DASSY >>>
professional workwear

Sonderangebot
54,95
statt 74,95!

Größen: 42 – 67

Farben: blau-grau, braun-grau, grau-schwarz, schwarz-grau

Material: 250g/m² schweres Gemisch aus 65%Polyester und 35% Baumwolle, Verstärkung Nylon Cordura, wasserabweisender Stoff, mechanischer Stretch, Industriell waschbar

Ausstattung: verdeckter Knopf und Reissverschluss, Taschen verstärkt mit Cordura, 2 Schubtaschen, 2 Gesäßtaschen ohne Patte, Schenkeltasche, Zollstocktasche, Handytasche, Ausweishalter, reflektierende Optik, verstellbare Rückenelastik, figurbetonter Schnitt, 3-fach Kappnähte

SHORT COSMIC



Sonderangebot
44,95
statt 59,95!

Größen: 42 – 67

Farben: blau-grau, braun-grau, grau-schwarz, schwarz-grau

Material: 250g/m² schweres Gemisch aus 65%Polyester und 35% Baumwolle, Verstärkung Nylon Cordura, wasserabweisender Stoff, mechanischer Stretch, Industriell waschbar

Ausstattung: verdeckte, Knopf und Reissverschluss, Taschen verstärkt mit Cordura, 2 Schubtaschen, 2 Gesäßtaschen ohne Patte, 2 Schenkeltasche, Stiftefach, Zollstocktasche, 3 Cordura Werkzeugschlaufen, Handytasche, Ausweishalter, reflektierende Optik, verstellbare Rückenelastik, figurbetonter Schnitt, 3-fach Kappnähte

JUSTIN MAYLAN: „IN KANADA TRÄUMT JEDER JUNGE SPIELER VON DER NHL“

Sie gehören zum deutschen Eishockey wie das Käthchen zu Heilbronn. Ihre technische Stärke und ihre gesunde Härte sind aus den Eishallen des Landes nicht mehr wegzudenken, sie sind das Salz in der Suppe jedes Eishockeyspiels. Die Rede ist von kanadischen Eishockeyprofis, mit deren Leistung der Erfolg eines Teams steht und fällt. Allein im Team der Heilbronner Falken stehen acht Spieler, die ihre Wurzeln in Kanada haben. In der gesamten DEL2 spielen gar weit über 50 Kanadier, auf denen der Druck des Erfolgreichsein-Müssens lastet und die deshalb oftmals während der Saison einfach ausgetauscht und durch einen anderen Landsmann ersetzt werden. Wir haben uns schon lange gefragt, mit welcher Mentalität die oftmals als „Legionäre“ bezeichneten Kanadier ausgestattet sind, was sie dazu antreibt in Deutschland zu spielen, welche Träume sie haben und welche Wendungen ihre Karrieren genommen haben, um sie dorthin zu führen, wo sie jetzt sind. Unser Redakteur Ralf Scherlinzky hat sich deshalb in der Kabine der Heilbronner Falken mit dem am weitesten gereisten Falken-Spieler Justin Maylan getroffen und hat dabei einen sehr sympathischen und bodenständigen Menschen kennengelernt, der den sportheilbronn-Lesern einen tiefen Einblick in seine Eishockey-Vita gibt.

In Deutschland hält sich hartnäckig das Gerücht, dass kanadische Jungs bereits mit Schlittschuhen an den Füßen zur Welt kommen. Jetzt haben wir endlich die Chance zu fragen, ob da etwas Wahres dran ist...

Justin Maylan: Also zumindest in meinem Fall war es nicht so. Ich habe zwar schon mit drei Jahren zuhause in Calgary in der Küche mit dem Schläger hantiert, mein Vater hat mich aber erst mit vier, fünf Jahren zum ersten Mal auf Schlittschuhe gestellt und hat schnell bemerkt, dass ich ein gewisses Talent hatte. Eishockey ist in Kanada Sportart Nummer eins und wir haben ein sehr gutes Ausbildungssys-

tem für alle Leistungsklassen. Da ich immer bei den größten Talenten gespielt habe, ist mein Vater, als ich 14 Jahre alt war, mit mir nach Vancouver gegangen, wo ich weiter gefördert wurde. Kurz darauf wurde ich dann von den Moose Jaw Warriors aus Saskatchewan in der ersten Runde des Drafts für die Western Hockey League gezogen. Das war der Moment, an dem ich dachte, hoppla, das könnte etwas werden mit der Karriere als Eishockeyspieler. Ab da habe ich auf die NHL hingearbeitet und habe den Traum gelebt, den jeder junge Eishockeyspieler in Kanada träumt.

Sprich, Tausende von jungen Spielern kämpfen um ein paar wenige Plätze in den NHL-Organisationen. Klingt nach einem steinigen Weg...

Justin Maylan: Oh ja, der Weg ist wirklich steinig, und ob du es schaffst oder nicht, hängt nicht nur vom Talent ab. Da müssen alle Umstände passen – ein Fakt, an dem mein Traum von der NHL letztlich gescheitert ist. Bei den Moose Jaw Warriors hatte ich keinen guten Start. Ich wusste noch nicht wirklich, wie das Leben funktioniert, und die Gastfamilie, bei der ich lebte, war nicht besonders nett. Deshalb war ich froh, dass ich nach British Columbia zu den Price George Cougars getradet wurde. Dort war meine Gastfamilie super, das Team war aber ziemlich schlecht und ich kam in 31 Spielen nur auf 14 Scorerpunkte, weshalb ich nicht für die nächst höhere Juniorenklasse gedraftet wurde.

Wann hast du dann gemerkt, dass es nichts wird mit der NHL-Karriere?

Justin Maylan: Das hat noch recht lange

gedauert, zumal ich der NHL doch noch recht nahe kam. Als ich 18 war, wurde ich innerhalb der WHL zu den Prince Albert Raiders getradet, und ab da lief es für mich. Für den NHL-Draft war ich zwar zu alt, ich habe dann aber mit 21 einen Vertrag beim Farmteam der Phoenix Coyotes, den Portland Pirates, bekommen. Doch als ich in Portland angekommen bin, hatten sie gerade eine Siegesserie gestartet und ich hatte keine Chance ins Team zu kommen und konnte nur ein Spiel machen. In dieser Phase war ich schon kurz davor nach Europa zu gehen, weil ich wusste, dass mein Spielstil gut nach Europa passen würde. Doch dann kam kam ein super Angebot aus der ECHL, also bin ich in Nordamerika geblieben. 2013/14 gab es eine weitere – meine letzte – Chance auf die NHL, als mich die Oklahoma City Barons, das Farm Team der Edmonton Oilers, in die AHL geholt hat. Doch in einem AHL-Team gibt es nur sechs Plätze für technische Spieler wie mich, über die man sich für die NHL empfehlen kann – und darum reißen sich Spieler aus der ganzen Welt. Ich war zwar gut, aber nicht gut genug für die ersten beiden Reihen. Das war der Zeitpunkt, wo mir klar war, dass es mit der NHL nichts mehr wird.

Wie kam dann der Wechsel zu Herning Blue Fox in Dänemark zustande?

Justin Maylan: Das spielte sich innerhalb weniger Stunden ab. Ich habe meinem Agenten gesagt, dass ich jetzt nach Europa möchte, und nur wenig später kam er mit dem Angebot aus Dänemark, das ich gleich annahm – auch wenn ich bis zu diesem Zeitpunkt noch



Justin Maylan (rechts) im Falken-Trikot.
Foto: Heilbronner Falken GmbH

nicht mal gewusst hatte, dass in Dänemark auch Eishockey gespielt wird. Als mein Coach in South Carolina davon gehört hat, schmiss er mich sofort raus und ich musste innerhalb weniger Stunden meine Wohnung räumen. Gottseidank war ich zu diesem Zeitpunkt Single, also war ich da flexibel und konnte quasi direkt in den Flieger nach Dänemark steigen.

War Europa dann eine große Umstellung?

Justin Maylan: Erstmal schon. Ich hatte in Herning ein kleines Zimmer, war allein, hatte kein Auto, es regnete ständig, ich habe die Sprache nicht gesprochen und das Training glich im Gegensatz zu Nordamerika eher einem Bootcamp. Zwischendurch habe ich mich gefragt, was ich dort eigentlich mache, doch am Ende der Saison wurde mir bewusst, dass mich das alles sowohl als Spieler als auch als Mensch weitergebracht hat.

Und von dort ging es dann über zwei Stationen in Italien und über Ungarn nach Heilbronn...

Justin Maylan: Genau, und seit Italien genieße ich Europa in vollen Zügen. Ich habe dort im ersten Jahr meine Freundin getroffen, die dann mit mir nach Ungarn gekommen und jetzt glücklicherweise auch in Heilbronn an meiner Seite ist. Ich kenne Spieler, die hier in Europa spielen und deren Frau und Kinder in Kanada sind. Das könnte ich nicht, so weit von den geliebten Menschen weg zu sein.

Wie gefällt es dir in Heilbronn?

Justin Maylan: Meine Freundin und ich sind uns einig, dass Heilbronn bislang die schönste und modernste Stadt ist, in der wir gelebt haben. Heilbronn erinnert mich sehr an zuhause und ich fühle mich hier pudelwohl, zumal auch fast jeder Englisch spricht. Auch die Fans sind fantastisch. Ich könnte mir nicht vorstellen, als Fan ein Team zu unterstützen, das drei, vier Jahre lang immer am Tabellenende stand. Aber sie sind uns treu geblieben, und wir hoffen, dass wir ihnen in dieser Saison einiges zurückzahlen und die Playoffs erreichen können.

Spürst du als einer von vier Spielern im Team, die mit einer Ausländerlizenz spielen, einen besonderen Leistungsdruck?

Justin Maylan: Ja, natürlich. Als Importspieler wirst du geholt, damit du für das Team Spiele gewinnst. Gewinnt das Team, ist alles gut. Verliert es aber, wird zuerst auf die Imports geschaut. Sind sie ihr Geld wert oder gibt es bessere Optionen für ihren Job? Aber das ist Teil des Geschäfts. Wenn man den Vertrag unterschreibt, weiß man, dass man mit dem Druck umgehen muss. Aber ich verhalte mich auf und neben dem Eis professionell und gebe



immer mein Bestes, so dass ich mir glaub ich keine Sorgen machen muss. Und falls es mich doch irgendwie treffen sollte, bin ich Profi genug um damit leben zu können.

Du bist jetzt 26 Jahre alt. Wie sehen deine Zukunftspläne aus?

Justin Maylan: Zunächst einmal möchte ich weiterhin von Verletzungen verschont bleiben und noch zehn bis 15 Jahre als Profi Eishockey spielen. Natürlich würde ich gerne in Heilbronn bleiben, es reizt mich aber auch unheimlich, mal noch in Japan zu spielen. Und da ich mich damals in Kanada für Profi-Eishockey und gegen das College entschieden habe, möchte ich noch während meiner aktiven Zeit die Grundlage für das Leben nach dem Eishockey legen. Beruflich würde mich der Aktienmarkt, aber auch die Modebranche interessieren. In England bieten sie Ausbildungsprogramme für Profis an, das werde ich definitiv in ein paar Jahren machen. Bis dahin bin ich für alles offen und möchte, mit meiner Freundin an meiner Seite, gerne noch viel von der Welt sehen. Ich könnte mir vorstellen, dass wir uns nach der Karriere dann in ihrer Heimat Italien niederlassen. (RS)

PROFI-EISHOCKEY IN HEILBRONN

EISHOCKEY

HEILBRONNER FALKEN



Erlebe die schnellste Mannschaftssportart der Welt in der Kolbenschmidt-Arena in Heilbronn und unterstütze die **Heilbronner Falken** beim Kampf um die Teilnahme an den Playoffs 2018!

UNSERE HEIMSPIELE 2018

So.	28.01.18	18:30	Bad Nauheim
Fr.	02.02.18	20:00	Freiburg
Fr.	09.02.18	20:00	Weisswasser
So.	18.02.18	18:30	Ravensburg
So.	25.02.18	18:30	SC Riessensee
Fr.	02.03.18	19:30	Frankfurt

www.heilbronner-falken.de



Heilbronner Falken GmbH

Hospitalgrün 2 | 74072 Heilbronn
07131-6448110 | info@heilbronner-falken.de

FUSSBALLWELT HEILBRONN – NACHWUCHSFÖRDERUNG IN DER BREITE

Vor etwa drei Jahren startete Viktor Enns, lizenziertes DFB-Elite-Jugend-Trainer, am Standort Frankenstadion Heilbronn sein Projekt Fußballwelt Heilbronn. „Ich wollte in Heilbronn etwas für Kinder und Jugendliche anbieten, als Nachfolgeprojekt des Fußball-Nachwuchs-Zentrums des FCU Heilbronn. Die Förderung der Kinder, egal welcher Herkunft, sollte im Vordergrund stehen und nicht der Geldbeutel der Eltern“, zeigt Enns sehr schnell die Grundgedanken der Fußballwelt Heilbronn auf.

So trainieren am Heilbronner Frankenstadion unzählige Kinder, aus vielen verschiedenen Vereinen, im Alter von sechs bis 13 Jahren, um ihre fußballerischen Grundtechniken zu verbessern. „Wir wollen den Kindern mit Spaß und Freude den Sport näherbringen, fördern und entwickeln. Unser Training dient als Zusatzangebot für alle Vereine aus der Heilbronner Region“, erklärt Hüseyin Kandazoglu, Trainer der Fußballwelt, die Aufgaben und Ziele im Training.



Bunte Truppe mit viel Spaß am Sport – die Kinder und Trainer der Fußballwelt Heilbronn. Fotos: Marcel Tschamke

Das Ganze startete als Projekt beim FC Union Heilbronn, war aber von Anfang an für alle Fußballer aus Heilbronn offen. Doch die Erweiterung auf einen zweiten Trainingsabend ließ nicht lange auf sich warten. Der SC Amorbach kam auf Enns zu und wollte eine zusätzliche Förderung seiner Spieler. Das Projekt wurde auf den Standort Amorbach ausgeweitet und im vergangenen Jahr kamen noch Standorte beim TSV Neuenstadt und SV Heilbronn am Leinbach dazu.

Wetter. Dabei ist es völlig egal wo die Kinder herkommen. Aus allen Nationen, aus vielen Vereinen, ja sogar ohne im Verein zu spielen kommen die Eltern mit ihrem Nachwuchs zu uns. Wir fördern jeden Spieler – auch unsportliche Kinder sind bei uns jederzeit willkommen. Wir machen ein Angebot für alle in der Region, und das sozialverträglich. Mit einem Mitgliedsbeitrag zwischen 19 und 24 Euro im Monat liegen wir sehr weit von den Preisen der professionellen Fußballschulen weg. Das kann sich jede Familie leisten.“

Enns ist die Sozialverträglichkeit des Beitrages sehr wichtig, denn „es geht hier um die Kinder, um menschliche Aspekte nicht um Profit“. Die Mitgliedschaft in der Fußballwelt ist dabei nicht an lange Kündigungsfristen gebunden, sondern läuft nur von Monat zu Monat. Sämtliche Beiträge werden für die Aufwandsentschädigungen der Trainer und für gemeinsame Aktivitäten aller benutzt.

Im sportlichen Bereich geht es in der Fußballwelt vor allem um die individuelle Schulung von Grundlagen. „Wir vermitteln den Kindern grundsätzlich keine Spieltaktik. Es geht uns um die Verbesserung der Grundlagen, Motorik, Koordination und fußballerische Grundtechniken wie Ballannahme, Passen, Schießen. Aber auch Lauftechnik, individuelles Positionstraining und vor allem Persönlichkeitsfindung stehen ganz oben auf unsere Liste.“

Kandazoglu und Enns ist vor allem letzterer Punkt sehr wichtig. „Softskills wie Willenskraft, Teamfähigkeit und Zuverlässigkeit werden den Kindern heutzutage viel zu selten vermittelt. In vielen Vereinen geht es um den Erfolg, dass man die oder jede Mannschaft unbedingt schlagen muss. Wir legen bewusst den Fokus auf Grundwerte wie Fairness, Solidarität, Spaß und Freude.“ (MR)

Immer wieder trudeln bei Enns weitere Standort-Bewerber ein. „Aktuell sind wir an der Kapazitätsgrenze angelangt“, erläutert Enns, Assistententrainer des Verbandsligisten FSV Hollenbach, die aktuelle Situation. „Wir sind dabei unsere Strukturen zu überarbeiten, geeignete Trainer zu finden, auszubilden und zu qualifizieren“ – für Enns ist dies die wichtigste Baustelle derzeit. Der dreifache Familienvater hat die zeitliche Belastungsgrenze erreicht. Halbtags arbeiten, die Fahrten nach Hollenbach ins Training, die Organisation der Fußballwelt, alles verschlingt immens an Zeit. „Ich bin meiner Frau sehr dankbar, dass sie mich in alldem so unterstützt. Auch wenn es nicht immer einfach ist, alles unter einen Hut zu bringen.“

Enns lebt für den Fußball und die qualifizierte Ausbildung der Nachwuchsfußballer. Dabei ist ihm die Herkunft der Kinder völlig egal. „Es macht so unglaublich viel Spaß zu sehen, wie sie beim Training glücklich sind, wie sie trainieren, bei jedem Wind und



Viktor Enns lebt für seine Fußball-Kids.

peugeot.de/flat-rate

DIE FLAT-RATE SONDERMODELLE.

IMPRESS YOURSELF.

- ✓ 0 € ANZAHLUNG
- ✓ INKL. ÜBERFÜHRUNGSKOSTEN
- ✓ INKL. WARTUNG & VERSCHLEISS*

KEINE VERSTECKTEN KOSTEN

LEASING

Abb. enthält Sonderausstattungen.

€ 109,- mtl.*

z. B. für den PEUGEOT 108 FLATRATE TOP! PURETECH 82 5-TÜRER

- Touchscreen
- Audioanlage mit Bluetooth
- Klimaanlage manuell
- Lederlenkrad
- Stoffverdeck elektrisch
- Sitzheizung

AUTOHAUS FREIER GMBH

Heilbronn · Lise-Meitner-Str. 28 · Tel. 07131-94380
Heilbronn · Karl-Wüst-Str. 21 · Tel. 07131-943860
<http://www.autohaus-freier.de>

*Für einen PEUGEOT 108 Flatrate TOP! PureTech 82 5-Türer, Laufleistung 10.000 km/Jahr, Laufzeit 24 Monate. Ein Kilometerleasingangebot der PSA Bank Deutschland GmbH, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg. Beinhaltet eine monatliche Rate für einen optiway Full-Service-Vertrag, mit 2 Jahren Leistungen gemäß den Bedingungen des optiway Full-Service-Vertrages der PEUGEOT DEUTSCHLAND GmbH, für Privatkunden, gültig bis 31.12.2017. Widerrufsrecht gem. § 495 BGB. Weitere Informationen finden Sie auf peugeot.de.

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 5,4; außerorts 3,7; kombiniert 4,3; CO₂-Emission (kombiniert) in g/km: 99. CO₂-Effizienzklasse: B. Nach vorgeschriebenen Messverfahren in der gegenwärtig geltenden Fassung.

barho

teile - service - technik

AUTOFAHRER-FACHMARKT MIT MEISTERWERKSTATT

 BATTERIE

 BREMSE

 SERVICE

 FAHRWERK

 TRANSPORT-SYSTEME

 ABGASANLAGE

 PFLEGEMITTEL

 ÖLWECHSEL

 ZUBEHÖR

 REIFEN

 KLIMA

 HU/AU



Heilbronn · Karl-Wüst-Straße 3 · Telefon 07131 763650

JUGENDSPORTBEGEGNUNG IN SOLOTHURN: SPORTLICHER VERGLEICH UND NEUE FREUNDE



Gruppenbild der Mannschaften aus beiden Städten vor dem Solothurner Rathaus. Foto: Stadtverband für Sport Heilbronn

Vom 19. bis 22. Oktober 2017 fand im Schweizerischen Solothurn die Jugendsportbegegnung der Partnerstädte Heilbronn und Solothurn statt. Zu dem sportlichen Austausch, der zuletzt 2014 in Heilbronn veranstaltet worden war, reiste ein Heilbronner Team der Jahrgänge 2002 und jünger an, das aus 36 Jugendlichen und sechs betreuenden Trainern bestand.

Neben dem sportlichen Vergleich ging es bei der Jugendsportbegegnung vor allem um den kulturellen Austausch und um das Schließen neuer Freundschaften.

Während der vier Tage fanden Wettkämpfe in den Sportarten Fußball (Jungen), Leichtathletik (Mädchen), Tischtennis (Jungen) und Schwimmen (Mädchen und Jungen) statt,

über die die Trainer im Anschluss Folgendes zu berichten wussten:

FUSSBALL

Mit zwölf Spielern angereist, bestritten die Heilbronner Fußball-Jungs zwei Spiele. In der ersten Partie ging es über zweimal 25 Minuten gegen die U16/U17 des FC Solothurn, die das Team von Trainer Kevin Häußler nach Toren von Fabio Sipos, Niklas Nöckler und Hajrulla Rezepi verdient mit 3:0 gewinnen konnte.

Eine ganze Nummer stärker war dann nach einer Pause von einer knappen Stunde im zweiten Spiel eine überregionale Solothurner U16-Auswahlmannschaft. Zwar startete das Heilbronner Team sehr engagiert, aufgrund der schwindenden Kräfte in der zweiten Be-

gegnung konnten die Schweizer am Ende aber einen klaren 4:0-Sieg feiern.

LEICHTATHLETIK

Gleich in sieben Disziplinen durften sich die Heilbronner Leichtathletik-Mädchen mit den starken Sportlerinnen aus Solothurn messen.

Angefeuert von den aus Fußballern, Schwimmern und Tischtennisspielern bestehenden Zuschauern wuchsen die Heilbronnerinnen in allen Disziplinen über sich hinaus, wobei Tabea Töpfner und Julia Wörner im Weitsprung sogar die ersten beiden Plätze belegten. Im 80-Meter-Sprint, beim Kugelstoßen, in der 6 x 80 Meter Pendelstaffette, beim Kugelstoßen und dem 800-Meter-Lauf musste man den Starterinnen aus Solothurn den Vortritt lassen.

Zum Schluss wurden die Teams aus Solothurn und Heilbronn für die „Nationenstaffel“ gemischt, so dass die bisherigen Gegner in gemeinsamen Teams antreten konnten.



TISCHTENNIS

Tobias Beck, Justin Müller, Leon Schick und Cedric Ort – das waren die vier Heilbronner Tischtennis-Cracks, die sich vor einer tollen Kulisse von 100 Zuschauern gegen die Jungs aus Solothurn durchsetzen konnten. Im wohl spannendsten Spiel des Tages war Tobias Beck im entscheidenden fünften Satz bereits mit 9:10 zurück gelegen, bewies dann aber Nervenstärke und konnte den Satz am Ende mit 13:11 für sich entscheiden. Am Ende stand ein 8:2-Sieg für das Heilbronner Team zu Buche.

SCHWIMMEN

Das Heilbronner Schwimmteam setzte sich aus zehn Jugendlichen der Vereine SV Heilbronn 98 und TSG Heilbronn zusammen. Sowohl in der Gesamtwertung der Mädchen als auch der Jungs belegten die Heilbronner Schwimmerinnen und Schwimmer jeweils mit Abstand den ersten Platz.

Anstelle der ursprünglich als letzten Wettkampf geplanten Mixed-Lagenstaffel wurde spontan ein gemischter Staffel-Wettkampf durchgeführt, in dem Schwimmerinnen und Schwimmer aus Solothurn und Heilbronn jeweils gemeinsam in einer Mannschaft an den Start gingen. (RS)

Herzlich willkommen
in Ihrem SELGROS Cash & Carry Heilbronn



Der SELGROS Cash & Carry für Sie!

SELGROS-Großhandelsmärkte sind auf die Bedürfnisse von Gastronomen, Kiosken, Einzelhändlern und anderen Gewerbetreibenden ausgerichtet und der ideale Profi-Partner für Sie! Wir unterstützen Sie täglich mit Angeboten, die Sie konkurrenzfähig machen sowie mit vielen Serviceleistungen von Profis für Profis.

Vielfalt für Sie!

Bei uns finden Sie mehr als 50.000 Artikel aus dem Food- und Non Food-Bereich. Sie können Ihren gesamten Warenbedarf bei uns abdecken – individuell, bequem, zeitsparend und zu fairen Preisen!

Zutritt nur für Gewerbetreibende mit gültigem Einkaufsausweis.
Den Ausweis erhält man sofort, wenn man eine gültige, amtliche Bescheinigung des angemeldeten Gewerbes vorlegt.

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

Wir sind für Sie da:
Mo. – Fr. 6 – 22 Uhr
Sa. 7 – 20 Uhr

**Der Vereinspartner
in Ihrer Region!**

www.selgros.de

BARACK OBAMA

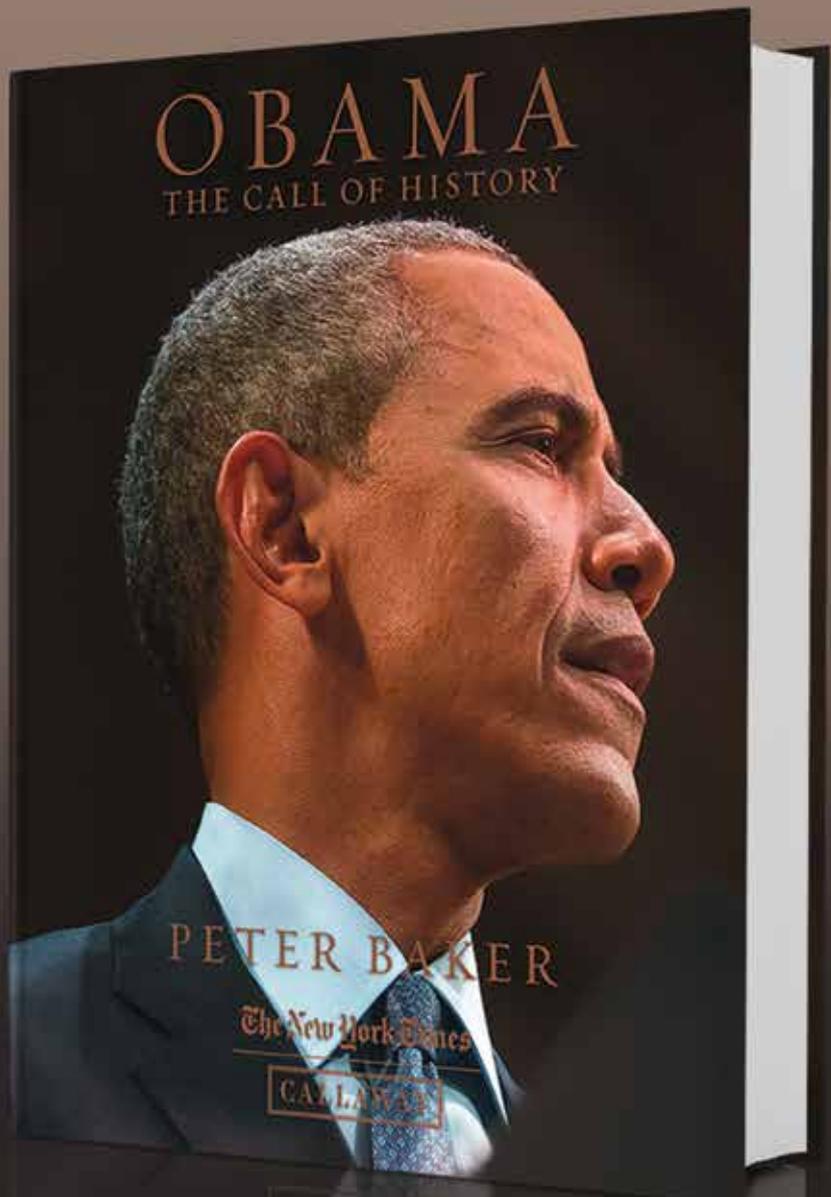
Ein Rückblick auf acht Jahre Amtszeit

SONDERPREIS
für die Freunde
des Sports
32,00 €
Jetzt bestellen!

Peter Baker
OBAMA – The Call of History
The New York Times / Callaway
In Zusammenarbeit mit Callaway
Arts & Entertainment
24,2 x 30,2 cm
320 Seiten
Hardcover mit Schutzumschlag
ISBN 978-3-942924-26-9



Einfach **QR-Code scannen** und
gleich online bestellen!



Sein erster Eintrag in den Geschichtsbüchern fand bereits am Tag seiner Wahl zum ersten afroamerikanischen Präsidenten statt, aber er war entschlossen, dem Oval Office mehr als nur eine neue Hautfarbe zu bieten.“ Dies schreibt Peter Baker, Chefkorrespondent der New York Times im

Weißen Haus über den 44. Präsidenten der Vereinigten Staaten. In seinem anschaulichen und reich illustrierten Bericht über Barack Obamas Dienstjahre beschreibt Baker eine Zeit der großen Hoffnung, des Tumults, der Errungenschaften, aber auch des Scheiterns.

BESTELLUNG:

POST: Status Verlag GbR, Kriegsbergstraße 14, 71336 Waiblingen
FAX: 07151 2018-17, E-MAIL: e.ottmueller@w-mg.com
ONLINE-SHOP: www.status-verlag.de/produkt/obama-call-history/

Die Amerikanische Originalausgabe
ist erhältlich bei:

EDITION CANTZ

im status verlag

DATENSCHUTZ – WICHTIG, ABER KAUM BEACHTET / FOTOS IM INTERNET

Eine der wenig beachteten Aufgaben im Verein ist die Gewährleistung des Datenschutzes. Wie für fast alles andere ist auch hierfür letztendlich der Vorstand verantwortlich.

Am 25.05.2018 tritt die neue Datenschutzgrundverordnung in Kraft. Wer sich als Vorstand bisher nicht mit dem Datenschutz im Verein auseinandergesetzt hat, sollte sich schnellstens damit beschäftigen. Auf dieser Seite kann dabei nur ein kleiner Überblick gegeben werden.

Jeder Mensch kann über seine personenbezogenen Daten selbst bestimmen. Damit sind alle Daten gemeint, mit denen eine Person identifizierbar ist. Sie dürfen von anderen grundsätzlich nur verwandt werden, wenn hierzu die Einwilligung gegeben wurde.

Die Daten dürfen nur für die im Voraus konkret festgelegten Zwecke erhoben und gespeichert werden. Es muss im Interesse des Vereins liegen, die (Zweck gebundene) Einwilligung klar und deutlich zu dokumentieren. Der Verein darf die Daten nur so verwenden, wie sie

für den eigenen Sportbetrieb erforderlich sind. Ungefragt Daten zu Werbezwecken weiter zu geben, ist nicht erlaubt.

Jedes Mitglied kann Auskunft darüber verlangen, was zu welchem Zweck mit den Daten gemacht werden soll. Selbstverständlich sind die Daten auf dem neuesten Stand zu halten.

Darüber hinaus muss über die Dauer der Speicherung bzw. die Kriterien der Löschung informiert werden – verbunden mit dem Hinweis, dass das Mitglied einen zeitnahen Auskunftsanspruch über seine gespeicherten Daten hat, seine Einwilligung jederzeit widerrufen kann sowie ein Beschwerderecht bei der Aufsichtsbehörde hat.

Soweit es zu Datenschutzverletzungen gekommen ist, z.B. durch unbefugten Zugang zu den Daten durch Dritte, ist der Betroffene zu benachrichtigen und gegebenenfalls die Aufsichtsbehörde zu informieren.

Ein eigener Datenschutzbeauftragter ist auf jeden Fall zu bestellen, wenn mindestens zehn Mitarbeiter im Verein mit der Verarbeitung von Daten beschäftigt sind.

Selbst wenn – wie in den meisten Fällen – ein eigener Datenschutzbeauftragter nicht nötig ist, muss im Verein klar geregelt werden, wer für den Datenschutz wie verantwortlich ist.

Im Zweifel sollte ein äußerst zuverlässiger Verantwortlicher im Verein benannt bzw. gewählt werden, der im besten Fall außerdem noch die „Technik“ beherrscht.

Insgesamt sollten aber alle Verantwortlichen im Verein für das Thema sensibilisiert werden. Die Versendung von E-Mails mit offenem Verteiler kann schon eine Datenschutzverletzung sein, wenn es hierfür keinen plausiblen Grund gibt.

Müßig zu erwähnen, dass Verstöße gegen Bestimmungen des Da-

Rechtsanwalt Harald Krusenotto



Harald Krusenotto ist seit vielen Jahren in der Heilbronner Sportszene tätig. Als langjähriges Hauptauschussmitglied des Stadtverbands für Sport Heilbronn und aktueller Vorstand des TSB TC Horkheim e.V. kennt er die rechtlichen Probleme der Vereine.

tenschutzes mit Bußgeld geahndet oder auch bestraft werden können.

Ein etwas anderes Thema ist der Umgang mit Fotos und deren Veröffentlichung. Fotos sind keine Daten, aber jeder Mensch hat sein Recht am eigenen Bild. Rechtliche Grundlage ist das Kunsturhebergesetz, § 22 KUG, wonach Fotos nur mit Einwilligung des Abgebildeten verbreitet oder öffentlich zur Schau gestellt werden dürfen. Einwilligung heißt, dass die Zustimmung vor dem Foto eingeholt werden muss.

Zwar gibt es hiervon gesetzliche Ausnahmen. Im Zweifel sollte der Betroffene aber lieber gefragt werden, ob er mit einer Veröffentlichung – sei es auch nur auf der Vereinshomepage – einverstanden ist.

INFO: Da die neue Datenschutzverordnung, die im Mai 2018 in Kraft treten wird, für Vereine viele Fallstricke enthalten kann, werden wir vom Stadtverband für Sport Heilbronn den Datenschutz rechtzeitig nochmal thematisieren und werden auch in der April-Ausgabe des sportheilbronn-Magazins gemeinsam mit unserem Juristen Harald Krusenotto näher auf die Neuerungen eingehen.



RIEDEL
Fenster, Glas & Türen

**WIR schützen
Ihr Zuhause
vor dem ...**



Kälte

-Einbruch

KEINBRUCH



Unser Betrieb ist im Adressennachweis von Errichterunternehmen für mechanische Störungsanordnungen des Landesverbandes Baden-Württemberg eingetragen.

RIEDEL GmbH | Fenster, Glas & Türen
Glockenstr. 21 | 74080 Heilbronn-Böckingen
Tel.: 07131 / 38 10 35 | Fax: 07131 / 38 10 37
www.riedel-fensterbau.de

 /riedel.fensterbau
 /+RIEDELFensterbauHeilbronn
 Riedel Fensterbau

ERSTE-HILFE-KURS FÜR SPORTHEILBRONN-LESER

...UNBEDINGT
ANMELDEN!

Beim Training in der Halle oder beim Joggen im Grünen bricht ein Sportler neben dir zusammen – es gilt keine Zeit zu verlieren, du bist der Einzige, der helfen kann. Doch weißt du, welche Handgriffe nötig sind um den Patienten zu retten?

Wir sind uns sicher, dass bei vielen Mitgliedern der Heilbronner Sportvereine der letzte Erste-Hilfe-Kurs schon lange zurückliegt und sie in Sachen „Erste Hilfe“ nicht richtig fit sind. Aus diesem Grund bietet die sporthheilbronn-Redaktion nun gemeinsam mit ih-

rem Werbepartner Arbeiter-Samariter-Bund Baden-Württemberg e.V., Region Heilbronn-Franken einen Erste-Hilfe-Kurs für Heilbronner Sportler an, der sich über drei Freitage erstreckt und u.a. auch für den Trainer- und Führerschein gültig ist.



(c) Fotolia.com | ronnarong

WANN?

Freitag, **23.02.2018**, 16 - 19 Uhr (Teil 1)
Freitag, **02.03.2018**, 16 - 19 Uhr (Teil 2)
Freitag, **09.03.2018**, 16 - 19 Uhr (Teil 3)

WO?

Hofwiesenzentrum bei der TSG Heilbronn im Turnraum 1. OG (Gebäudeeingang rechts)

PREIS?

25 € pro Person, Bezahlung bar vor Ort beim Kursleiter des ASB

ANMELDUNG?

Bis **spätestens Freitag, 16.2.2018** bei Ralf Scherlinzky, Tel. 0172-2117869 redaktion@sport-heilbronn.de



Ihr Telekommunikationsfachhändler

✓ Alarmanlagen

- Einbruchmelde-, Smarthome- und Videoüberwachungslösungen



✓ Geschäftskundenbetreuung Mobilfunk:

- 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

✓ Privatkundenbetreuung Mobilfunk

- Handys, Smartphones, Pads aller Hersteller
- Tarife mit und ohne Vertragsbindung



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

EISBÄREN-SPENDENAKTION FÜR „LOLO'S FRIENDS“ AM 4. FEBRUAR



Eisbären gegen Zweibrücken – die Neuauflage des letztjährigen Finales ist am 4. Februar gleichzeitig das Benefizspiel für „Lolo's Friends“.
Foto: Thomas Kircher

Wenn die Eisbären Heilbronn am 4. Februar um 17 Uhr die Zweibrücker Hornets in der Kolbenschmidt Arena empfangen, wird dies kein normales Eishockeyspiel werden – denn an diesem Tag führen die Eisbären Heilbronn ihre diesjährige Spendenaktion durch!

Anders als in den vergangenen Jahren haben sich die Organisatoren keine einzelne Familie ausgesucht. Stattdessen werden die Eisbären mit der diesjährigen Aktion Spenden für den Verein „Lolo's Friends“ aus Leingarten sammeln, der Familien mit „besonderen“ Kindern Therapien und Hilfsmittel ermöglicht, welche die Krankenkassen aufgrund der gesetzlichen Vorgaben nicht übernehmen können.

„An uns waren nach den erfolgreichen Spendenaktionen der vergangenen Jahre diesmal mehrere Familien mit der Frage herangetreten, ob wir unsere diesjährige Aktion für sie machen könnten. Aber hier zu entscheiden, wer unsere

Unterstützung mehr verdient hätte als der andere, war für uns ethisch nicht machbar. Wie hätten wir über diese Familien urteilen können?“, erklärt die zweite Eisbären-Vorsitzende Kerstin Plume. „Deshalb haben wir uns nun für Lolo's Friends entschieden, denn darüber haben wir die Möglichkeit, mehrere Familien wie die von Joel Ullrich und Noah Malicki zu unterstützen, für die wir in den letzten beiden Jahren zusammen über 75.000 Euro gesammelt haben. Ursprünglich hatten wir ehrlich gesagt nicht vor, eine Organisation zu unterstützen. Da Lolo's Friends aber rein ehrenamtlich organisiert ist, wissen wir, dass das gesammelte Geld eins zu eins bei den Familien ankommt.“

Die Bankverbindung für die Spendenaktion lautet:
BW-Bank Stuttgart
EHC Eisbären Heilbronn e.V.
IBAN: DE10600501010002989222
BIC: SOLADEST600
„Spende Lolo's Friends“

sportheilbronn

DAS SPORTHEILBRONN-MAGAZIN BEQUEM IM ABO !!!

Ihr wollt keine Ausgabe vom **sportheilbronn**-Magazin mehr verpassen? Dann könnt ihr unser Magazin im Abo beziehen und erhaltet jede Ausgabe bequem in euren Briefkasten. **sportheilbronn** erscheint vierteljährlich (Januar/April/Juli/Oktober). Die Verteilung erfolgt kostenlos über die Heilbronner Sportvereine, Werbepartner und weitere Auslagestellen. Wenn ihr sicher gehen wollt, dass ihr auch wirklich jede Ausgabe bekommt, gibt es **sportheilbronn** im Abo:

ABONNEMENTSPREIS JÄHRLICH (4 AUSGABEN) 23,80 € INKL. 19 % MWST. UND VERSANDKOSTEN.

Für mehr Infos zum Abo sendet uns eine E-Mail mit dem Betreff „sportheilbronn-Abo“ an redaktion@sport-heilbronn.de.



magazin.sportheilbronn.de

5. HEILBRONNER NECKARCUP IM MAI: PREISGELDERHÖHUNG AUF 85.000 EURO + HOSPITALITY

Bereits zum fünften Mal findet vom **12. bis zum 20. Mai 2018** der Heilbronner NECKARCUP statt. Wie in den vergangenen Jahren können die Zuschauer auch in diesem Jahr auf der Tennisanlage am Trappensee wieder Weltklasse-Tennis hautnah mit Spielern erleben, die auf dem Sprung in die Top 100 der Welt stehen.

Spielten die Cracks um den letztjährigen Sieger Filip Krajinovic 2017 noch um 64.000 Euro Preisgeld, so können sie sich in diesem Jahr über 85.000 Euro plus Hospitality freuen.

Erneut wird das „Spiel des Tages“ im Rahmen der „Night Sessions“ erst nach 19 Uhr bei Flutlicht ausgetragen, bevor die Besucher im Eventzelt mit gastronomischer Verpflegung Entertainment-Highlights erleben können.

Das ATP Challenger-Turnier beginnt mit zwei Qualifikationstagen, an denen der Eintritt frei ist. An den Tagen vom 14. bis 18. Mai kostet der Eintritt für Erwachsene 10 Euro, für Schüler und Studenten 8 Euro. Der Eintritt zu den Night Sessions an diesen Tagen ab 18.30 Uhr liegt bei jeweils 5 Euro. Für Halbfinale und Finale am 19. und 20. Mai bezahlen Erwachsene

15 und Schüler/Studenten 12 Euro. Dauerkarten für alle Turniertage kosten 70 Euro bzw. 50 Euro. Eintrittskarten gibt es im Vorverkauf bei den Ticketcentern der Heilbronner Stim-

me sowie beim Tennisshop am Trappensee. Sie berechtigen ab drei Stunden vor Veranstaltungsbeginn zur kostenlosen Nutzung aller HNV-Verkehrsmittel.

Vorjahressieger Filip Krajinovic kam als Nummer 239 der Weltrangliste zum NECKARCUP 2017 und musste sich über die Qualifikationsrunde ins Turnier spielen. Nach seinem NECKARCUP-Sieg ging es für den Serben steil bergauf: Mitte Januar 2018 war er bereits die Nummer 35 der Welt! Foto: Marcel Tschamke



EINFACH MAL DURCHSTARTEN



DEIN SOZIALES JAHR BEIM ASB

- > Offene Behindertenhilfe
- > Behindertenfahrdienst
- > Krankentransport
- > Erste Hilfe Ausbildung
- > Ambulante und stationäre Pflege

INFORMATIONEN ZUM FSJ,
BFD UND SOZIALEN PRAKTIKUM UNTER
TEL. 07131/97 39 116

Wir helfen
hier und jetzt



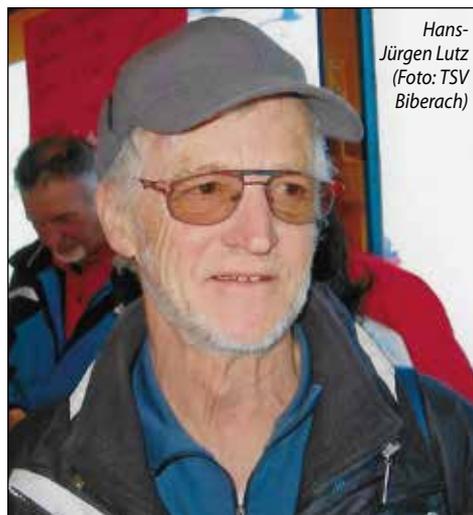
Arbeiter-Samariter-Bund
Baden-Württemberg e.V.
Region Heilbronn-Franken

info@asb-heilbronn.de · www.asb-heilbronn.de
www.facebook.de/asb.heilbronn

BIBERACHER LEICHTATHLETIK-PIONIER: HANS-JÜRGEN LUTZ SAGT „ADIEU“

Mit Hans-Jürgen Lutz, besser bekannt unter dem Namen „Jacky“, hat sich Ende 2017 der Vater der Leichtathletik in Heilbronn-Biberach aus seinen Ämtern verabschiedet.

1960 gründete er die Leichtathletik-Abteilung und übernahm in einer Person die Funktion als Abteilungsleiter, Trainer und Kassierer. Nahezu 34 Jahre (von 1973 bis 2016) fungierten H.J. Lutz und Abteilungsleiter Josef Haagen als eingespieltes Team. Er war Mitbegründer der 1969 zusammengeschlossenen ULG



Hans-Jürgen Lutz
(Foto: TSV Biberach)

(Unterländer Leichtathletik-Gemeinschaft).

Hans-Jürgen Lutz organisierte zahlreiche, unvergessliche Ausflüge, Skiausfahrten und Freizeitwochenenden. Als Inhaber der B-Trainer-Lizenz betreute und förderte er viele Athleten und brachte so manches Talent hervor. Ihm war dabei keine Zeit zu schade – er verkürzte seinen Schützlingen zuliebe sogar den Urlaub.

Veranstaltungen wie landesoffene Wettkämpfe in der Halle, am Förstle und später im Biberacher Stadion organisierte er federführend mit, ebenso die Ausrichtung diverser Meisterschaften – darunter auch württembergische DSMM Endkämpfe. Besonders in Erinnerung ist ihm der Schüler-Länderkampf 1991 in der Böllingertal Halle. Die Teilnehmer waren aus Württemberg, Hessen und Sachsen.

Zusätzliche Ämter, wie Kassenwart des WLV Kreis Heilbronn sowie Pressewart der Leichtathletik-Abteilung hielt er inne. Hans-Jürgen Lutz ist Ehrenmitglied des TSV Biberach und erhielt im Laufe der Jahre sämtliche Ehrennadeln und Auszeichnungen von TSV über WLSB, WLV und DLV.

Seinen Sportgeist werden die Nachfolger der Abteilung, Abteilungsleiter Philip Zanon und Trainer Andreas Haagen, in seinem Sinne weiter führen.

RÜCKBLICK AUF DIE JUDO-STADTMEISTERSCHAFTEN BEI DER TSG HEILBRONN

Zehn Judo-Vereine aus der Region kämpften im Dezember um den Pokal der Stadtmeisterschaften 2017. Ausrichter war diesmal die TSG 1845 Heilbronn.

Mit 56 Startern war der JC Kano am stärksten vertreten. Die TSG Heilbronn stellte mit 25 Kämpfern das zweitstärkste Team mit ihren Trainern Bettina Springer, Ferdi Filiz, Uwe Seyboth und Cassandra Seyboth und Jörg Ziefle.

Zusammen mit den Sportclubs der Gemeinden Möckmühl, Lauffen, Kirchhausen, Ilsfeld, Züttlingen, Affaltrach, Öhringen und Ilsfeld waren insgesamt 181 Judo-Kämpfer gemeldet. Die Anmeldungen lagen nur knapp unter den Erwartungen des technischen Leiters Ferdi Filiz.

Mit 40 teilnehmenden Frauen in allen Altersklassen ergab sich ein rundes Bild für den Judo Sport.

Aus den Alterklassen von sieben Jahren bis zur Altersklasse Männer über 18 Jahre ergaben sich insgesamt 62 auszutragende Kampflose. In einem Kampflos kämpfen zwei bis fünf Judo-Kämpfer in ihrer Alters- und Gewichtsklasse nach dem K.O.-System, jeder gegen jeden. In ein paar wenigen Gewichtsklassen fanden sich leider keine Gegner. Die Sportler gingen jedoch nicht kampflös nach Hause, sondern konnten mit Freundschaftskämpfen ohne Wertung ihre Turnierfahrung vertiefen.

Die Stimmung in der Hofwiesenhalle war gut, die Angehörigen und Trainer feuerten die Kämpfer kräftig an. Die Kämpfe fanden gleichzeitig in drei Kampfkreisen statt. Hierzu hatten die Helfer Judo-Matten aus der Trainingshalle des Bewegungskindergartens in die Hofwiesenhalle gebracht. Die Eltern unterstützten die Jugendlichen mit dem Verkauf von Speisen und Getränken und halfen an der Wertungs- und Zeitmessung mit.

In der jährlich stattfindenden Stadtmeisterschaft erhalten die Gewinner bis zum vierten Platz eine Urkunde und Medaille. Unter den teilnehmenden Vereinen werden die Siege nach Punktezahl bewertet und die Wanderpokale für die ersten drei Plätze vergeben.

Den erste Platz der Stadtmeisterschaft 2017 konnte der JC Kano Heilbronn für sich gewinnen.

Der Wanderpokal für den zweiten Platz ging an die Judokas der TSG Heilbronn. Mit acht Goldmedaillen, sieben mal Silber und zehn Drittplatzierten haben sich die Judokas zum Erfolg gekämpft.

Ausrichter der Judo-Stadtmeisterschaften 2018 wird der FC Seiko Kirchhausen sein.

DIE PINK PEARLS – PADDELN GEGEN BRUSTKREBS – MIT NEUEM HEIMATHAFEN

Das Thema „Sport nach Krebs“ gewinnt stetig an Bedeutung in der modernen Medizin und benötigt neue und innovative sportliche Anreize. Reha-Sport muss attraktiver werden – auch für jüngere Erkrankte. Drachenbootfahren bringt hier Bewegung und Spaß auf einen gemeinsamen Nenner.

Die Vision der Pink Pearls ist es, als Bestandteil der ganzheitlichen Krebstherapie anerkannt zu werden. Dann wird vom Arzt paddeln auf Rezept verordnet. Mit Sport werden die Heilungschancen erhöht und einem Rezidiv vorgebeugt. Speziell das Drachenbootfahren unterstützt den Lymphabfluss bei brustkrebserkrankten Frauen und fördert das Selbstbewusstsein und Wohlbefinden.

Zum Zwecke der Weiterentwicklung war es für die Pink Pearls nötig, ihren alten Verein zu verlassen und sich einen neuen Hafen zu suchen. So kam es, dass nach vielen Gesprächen und einer knackigen Organisationsphase die Pink Pearls – Paddeln gegen Brustkrebs Heilbronn nun bei der Kanu- und Skiabteilung TSG 1845 Heilbronn e.V. weiterpaddeln.

Für die etwas Wasserscheuen und jene, die

in der kälteren Jahreszeit nicht aufs Wasser wollen, bieten die Pink Pearls zukünftig Trockengymnastik an. Diese findet montags ab 17 Uhr für eine Stunde im Gymnastikraum des TSG Wassersportzentrums an den Wertwiesen statt. Nähere Infos zur Gymnastik unter Telefon 0151 / 55577112.

Dort haben die Pearls für eine pinke Zukunft ihren Anker geworfen und genießen neben den neuen Trainingsanlagen des Bootshauses nach dem Training auch mal das schöne Ambiente direkt am Wasser.



Foto: Pink Pearls

TRAINERFORTBILDUNG BEI REAL MADRID

Das Trainings-Camp der Real Madrid Fußballschule auf dem Gelände der Turngemeinde Böckingen 1890 e. V. war im April 2017 nach drei Wochen ausgebucht. Aus diesem Grund wurden zwei Vereinsverantwortliche von der Foundation Real Madrid Clinics (FRMC) zu einer Trainerfortbildung eingeladen.

Harald Janoschka, sportlicher Leiter Kinderfußball, und Stefan Zwickl, Jugendleiter, reisten somit Ende November nach Madrid.

Der erste Fortbildungstag bestand aus einem Theorie- und Praxisteil. Hier wurden Neuerungen der Camps für das Jahr 2018 vorgestellt. Unter anderem eine Video-Tracking-Technik mit dem Namen „BePro11“. Diese Spielform wird mittels einer Kamera aus fünf Metern Höhe aufgezeichnet. Die Video-Tracking-Technik kommt bereits bei vielen Bundesligavereinen

zur Anwendung und erweitert das letztjährige Programm.

Am Nachmittag stand das Ligaspiel von Real Madrid gegen den CF Malaga im „Estadio Santiago Bernabeu“ auf dem Programm.

Der zweite Fortbildungstag wurde in der „La Fábrica“ (Jugendakademie von Real Madrid) in Valdebebas begonnen. Ein sehenswerter Akademiereich mit 13 Fußballplätzen.

Auch im Jahr 2018 ist die TG Böckingen mit dem Trainings-Camp an Ostern wieder mit 96 Kindern ausgebucht.



Fotos: TG Böckingen



REV BENENNT ROLLSPORTSTADION NACH KARL-HEINZ LOSCH

Der REV Heilbronn hat beschlossen, dem Rollsportstadion an der Mannheimer Straße den Namen seines berühmten Ehrenmitglieds zu geben und es Karl-Heinz-Losch-Rollsportstadion zu nennen. Damit sollen die überragenden Leistungen des fünffachen Rollkunstlauf-Weltmeisters Karl-Heinz Losch, der im Dezember 2017 seinen 75. Geburtstag gefeiert hätte, gewürdigt werden. Seinen ersten Weltmeistertitel gewann „Karlo“ 1958 bereits mit 15 Jahren. Im Oktober 1966 wurde er mit einer triumphalen Kür in Essen zum fünften Mal Weltmeister. 1962 wurde er mit dem Silbernen Lorbeerblatt ausgezeichnet, der höchsten Ehrung, welche die Bundesrepublik an Sportler zu vergeben hat. Karl-Heinz Losch war überraschend im Februar 2012 verstorben.



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

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





TC Restaurant
am Trappensee

Food Gallery

sky – SPORT-ERLEBNISSE 1 Uhr
Fußball Champions League, Bundesliga, Boxen

WILLKOMMEN IM
TENNISCLUB RESTAURANT
AM TRAPPENSEE

KINDERKOCHEN AB JANUAR
Innerhalb Sonntags 12-15 Uhr für bis zu 15 Kinder. Spielend Ernährung und Kochen lernen. 15 Euro p.P. inkl. Essen & Trinken.



MITTAGSTISCH AB 6,50 EURO
Wochentlicher Wechsel aus sieben griechischen, mediterranen und gutbürgerlich schwäbischen Gerichten von Montag bis Freitag.



BUCHEN SIE BEI UNS IHRE INDIVIDUELLE VERANSTALTUNG! weihnachtsfeier schon gebucht?

 HOCHZEIT

 GEBURTSTAG

 FAMILIENFEIER

 FIRMFEST

 SEMINARE

TC Restaurant • Krumme Steige 4 • 74074 Heilbronn • Tel. 07131/76797 • info@tc-restaurant.de
Montag - Sonntag 10.00 - 22.00 Uhr • Mittagstisch 11.30 - 14.00 Uhr • Dinner 18.00 - 21.30 Uhr

von Bülow & Kollegen Rechtsanwälte



Harald Krusenotto
Rechtsanwalt

Tanja Habertzettl-Prach
Fachanwältin für Strafrecht

Ute Langner-Zimmermann
Fachanwältin für Familienrecht

Silke Hohenstein
Fachanwältin für Sozialrecht

Bearbeitung aller wesentlichen Rechtsgebiete
Forderungseinzug / Inkasso

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

Sportmundschutz
für Kinder, Jugendliche
und Erwachsene,
individuell angefertigt,
erhältlich in verschiedenen
Stärken und Farben

**70,- € inkl.
Aufbewahrungsbox**



**THOMAS
WIELSCH**



**DENTAL
TECHNIK**

**THOMAS WIELSCH
DENTAL-TECHNIK**

Nußackerstraße 12
74081 HN-Horkheim
Tel. 07131 / 569594
www.wielsch-dental.de
info@wielsch-dental.de

Qualität für Ihr Lachen...

TSG HEILBRONN GEWINNT WÜRTTEMBERGISCHES LANDESFINALE

Beim Landesfinale der Mannschaftsturnerinnen in Esslingen-Berkheim erturnten die Turnerinnen der TSG Heilbronn bei den 12-/13-Jährigen den 1. Platz im Württembergischen Landesfinale. Im Turngau, beim Regiofinale und im Landesfinale zeigten die TSG-Mädels sehr gute Übungen und siegten vor dem MTV Ludwigsburg. In der höchsten Klasse, in der nur die Mannschaft der TSG Heilbronn den Turngau vertreten haben, konnte die TSG-Riege einen guten 5. Platz erreichen. Unter den zwölf qualifizierten Mannschaften trennten sie nur 0,85 Punkte von einer Medaille, da das regelmäßige Training aufgrund von Studium und Berufsausbildung etwas erschwert war.



Zwei Mannschaften der TSG Heilbronn konnten sich für das Württembergische Landesfinale der Turnerinnen qualifizieren. Die C-Jugendmannschaft konnte den Titel für sich gewinnen. Es turnten (vorne v.l.n.r.) Hellen Lechner, Julie Herzig, Anouk Hohenauer, Stella Mogler und Luisa Senda. In der höchsten Klasse turnten für die TSG (hinten v.l.n.r.) Heike Düsseldorf, Sabrina Hämmerlein, Sabrina Schuster, Maria Hohenauer, Mia Hoffsummer, Victoria Büh und Michelle Gramm sowie das Trainerteam Helga Bauer, Edina Büh und Eberhard Bauer. Foto: Hilke Fuchs

TRANSFERCOUP FÜR DEN TSB HORKHEIM

Mit der Verpflichtung des gebürtigen Weinsbergers Oliver Heß ist dem Handball-Drittligisten TSB Horkheim ein echter Transfercoup gelungen. Bereits mit 20 Jahren hatte der heute 29-Jährige die Region verlassen, um seine Handball-Karriere höherklassig voranzutreiben. Knapp zehn Jahre später kehrt der Linkshänder nun aus der Bundesliga zurück ins Unterland.

Beim Bundesliga-Aufsteiger Eulen Friesenheim hatte Heß bereits im Oktober seinen Vertrag aufge-

löst, um sich voll und ganz auf den Abschluss seines Wirtschaftspädagogik-Studiums zu konzentrieren. Als Referendar an der Gustav-von-Schmoller-Schule ist er mit seiner Lebensgefährtin inzwischen nach Heilbronn gezogen.

Kurz hatte der knapp zwei Meter große und 100 Kilo schwere Modellathlet überlegt, ob er ganz mit dem Handballspielen aufhören soll. Doch zwei Monate Pause haben ausgereicht, um ihn vom Gegenteil zu überzeugen.

SSV KLINGENBERG SUCHT TRAINERIN

Der SSV Klingenberg sucht für Mittwochabends von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr eine Trainerin für den Kurs „Fitness Mix!“. Hast du Interesse und einen Trainerschein in den Bereichen Fitness und/oder Reha-Sport? Dann melde dich unter Telefon 0151-41495138 oder Mail an ssv-klingenberg@gmx.de

PROGRAMM 2018 DER DAV-SEKTION HN

Neu unter www.dav-heilbronn.de: das Jahresprogramm 2018. Es richtet sich an alle Altersgruppen und reicht von Bergwandern, Bergsteigen, Klettersteiggehen, Alpinklettern, Sportklettern und Bouldern bis zu Skitouren, Schneeschuhwandern, Kajakausfahrten und Mountainbiking.

270 KM JOGGEND RUND UM DEN LANDKREIS HEILBRONN

Der Name ist Programm „Grenzlauf Heilbronn“: Entlang der Grenze des Landkreises Heilbronn führte der Laufweg von Matthias Leers im Oktober 2017. Zielsetzung der Aktion war es, den Landkreis Heilbronn so nah wie möglich an seiner Kreisgrenze zu umrunden. Das ganze innerhalb einer Woche in sieben Etappen. Hierzu musste Leers sieben Marathons absolvieren.

Start und Ziel waren die Böllinger Höfe in Heilbronn. „Die Aktion war eine Veranstaltung im Rahmen der 1.250 Jahr-Feier von Neckargartach“, so Leers. Über Bad Wimpfen und Rappenaunau führte die erste Etappe nach Berwangen. Die weiteren Streckenabschnitte gingen über Eppingen ins Zabergäu, von dort weiter nach Neckarwestheim und durch die Löwensteiner Berge. Entlang der Grenze zum Hohenlohekreis führte der Laufweg weiter nach Jagsthausen und Roigheim, der nördlichsten Gemeinde des Landkreis Heilbronn. Am siebten Tag dann die Schlussetappe von Möckmühl nach Heilbronn. Der Zieleinlauf erfolgte im Rahmen der Veranstaltung „Sport trifft Wirtschaft“ mit Henry Maske im Messe-Center Red Blue.

„Wir hatten zwei Intentionen“, so Leers, „zum einen sollte der Kinderschutzbund unterstützt werden und zum anderen ging es uns darum

zu zeigen, dass man kein Spitzenathlet sein muss, um interessante sportliche Herausforderungen zu absolvieren“. Wichtig sei es, sich Ziele zu setzen und diese konsequent umzusetzen. „Ein paar Kilo zu viel auf den Hüften sind kein Grund, keinen Sport zu machen“. Der Kinderschutzbund Heilbronn freute sich dank der Aktion über eine große Aufmerksamkeit und eine Spende von rund 2.000 Euro.

EHRE FÜR PETER SCHRAMM

Peter Schramm, Initiator und Macher des Eberstädter Hochsprung-Meetings, ist am 12. Januar vom Europäischen Leichtathletik-Verband für sein Lebenswerk mit dem „European Membership Award“ ausgezeichnet worden. Er habe Eberstadt zu einer echten Marke der Leichtathletik gemacht, sagte EAA-Vize-Präsident Frank Hensel bei der Überreichung der Auszeichnung.



Morgentliches Aufwärmprogramm mit dem Kindergarten Löwenstein.
Foto: privat



SIE WOLLEN IHR BAD MODERNISIEREN?

Wir bieten Ihnen dazu Planung, Beratung, Installation, Badelemente und Fliesen mit nur einem Ansprechpartner. Für ein Ziel – für Ihr Traumbad!

FLIESENLEGER GESUCHT!

WWW.KARABACAK-LUNG.DE

Karabacak & Lung



Fliesenleger Fachbetrieb

... wenn Sie Wert auf Qualität legen!

KARABACAK & LUNG GBR
GROSSGARTACHERSTR. 28
74080 HEILBRONN

TELEFON: 0 71 31 - 12 41 065
TELEFAX: 0 71 31 - 12 41 511
E-MAIL: INFO@KARABACAK-LUNG.DE

SPORT-TERMINE IN HEILBRONN

JANUAR 2018

27.01.2018 18.15 Uhr **Handball Bezirksliga Damen**
SV Heilbronn am Leinbach - TSV Nordheim 2
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

27.01.2018 20.00 Uhr **Wasserball Verbandsliga**
SSG Heilbronn - VfL Kirchheim
Hallenbad Soleo, Heilbronn

27.01.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Herren**
SV Heilbronn am Leinbach - TSV Buchen
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

28.01.2018 18.30 Uhr **Eishockey DEL2**
Heilbronner Falken - EC Bad Nauheim
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

28.01.2018 21.00 Uhr **Reel Rock Film Tour**
Deutscher Alpenverein Sektion Heilbronn e.V.
Kletterarena, Heilbronn

FEBRUAR 2018

02.02.2018 20.00 Uhr **Eishockey DEL2**
Heilbronner Falken - EHC Freiburg
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

03.02.2018 10.00 Uhr **Ringeln**
Württembergische Meisterschaften ABC-Jugend (Freistil)
Römerhalle, HN-Neckargartach

03.02.2018 18.00 Uhr **Basketball Landesliga**
TSG Heilbronn Reds - BV Hellas Esslingen
Mörike Sporthalle, Heilbronn

03.02.2018 20.00 Uhr **Handball 3. Liga**
TSB HN-Horkheim - VfL Pfullingen
Stauwehrhalle, HN-Horkheim

03.02.2018 20.00 Uhr **Wasserball Verbandsliga**
SSG Heilbronn - SV Heidenheim
Hallenbad Soleo, Heilbronn

04.02.2018 17.00 Uhr **Eishockey Regionalliga**
Eisbären Heilbronn - Zweibrücken Hornets mit Spendenaktion
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

09.02.2018 20.00 Uhr **Eishockey DEL2**
Heilbronner Falken - Lausitzer Füchse
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

10.02.2018 19.31 Uhr **Faschingsfeier**
Hunters Faschingsparty beim TSB Horkheim
Stauwehrhalle, HN-Horkheim

10.02.2018 20.11 Uhr **Faschingsfeier**
Handball-Fasching beim SV Heilbronn am Leinbach
Gemeindehalle, HN-Frankenbach

11.02.2018 14.00 Uhr **Faschingsfeier**
Kinderfasching der TSG Heilbronn
Hofwiesenhalle, HN-Sontheim

11.02.2018 14.00 Uhr **Faschingsfeier**
Kinderfasching des TSB Horkheim
Stauwehrhalle, HN-Horkheim

11.02.2018 18.00 Uhr **Eishockey Regionalliga**
Eisbären Heilbronn - Baden Rhinos Hügelsheim
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

13.02.2018 14.00 Uhr **Faschingsfeier**
Kinderfasching der TSG Heilbronn
Hofwiesenhalle, HN-Sontheim

18.02.2018 9.00 Uhr **Schach Landesliga**
Heilbronner SV II - SG Ludwigsburg
verdi-Jugendheim, Heilbronn

18.02.2018 10.00 Uhr **Schach Oberliga**
Heilbronner SV - Stuttgarter SF
verdi-Jugendheim, Heilbronn

18.02.2018 18.30 Uhr **Eishockey DEL2**
Heilbronner Falken - Ravensburg Towerstars
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

24.02.2018 16.00 Uhr **Turnen Verbandsliga**
KTT Heilbronn II - SSV Ulm 1846 II
Römerhalle, HN-Neckargartach

24.02.2018 18.00 Uhr **Basketball Landesliga**
TSG Heilbronn Reds - SpVgg Feuerbach
Mörike Sporthalle, Heilbronn

24.02.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Herren**
SV Heilbronn am Leinbach - TSV Weinsberg 2
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

25.02.2018 16.15 Uhr **Handball Bezirksliga Damen**
SV Heilbronn am Leinbach - SG Schozach/Bottwartal 2
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

25.02.2018 18.30 Uhr **Eishockey DEL2**
Heilbronner Falken - SC Riessersee
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

MÄRZ 2018

02.03.2018 19.30 Uhr **Eishockey DEL2**
Heilbronner Falken - Löwen Frankfurt
Kolbenschmidt Arena, Heilbronn

03.03.2018 17.00 Uhr **Turnen Bundesliga**
KTT Heilbronn - Siegerländer KV
Römerhalle, HN-Neckargartach

03.03.2018 20.00 Uhr **Wasserball Verbandsliga**
SSG Heilbronn - WF Gemmingen
Hallenbad Soleo, Heilbronn

10.03.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Damen**
SV Heilbronn am Leinbach - HSG Hohenlohe 2
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

11.03.2018 15.00 Uhr **Fußball Bezirksliga**
SV Heilbronn am Leinbach - Aramäer Heilbronn
Sportplatz, HN-Frankenbach

11.03.2018 18.00 Uhr **Basketball Landesliga**
TSG Heilbronn Reds - TG Nürtingen
Mörike Sporthalle, Heilbronn

13.03.2018 20.00 Uhr **Wasserball Verbandsliga**
SSG Heilbronn - TSG Weinheim
Hallenbad Soleo, Heilbronn

17.03.2018 20.00 Uhr **Handball 3. Liga**
TSB HN-Horkheim - TSV Neuhausen/Filder
Stauwehrhalle, HN-Horkheim

17.03.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Damen**
SV Heilbronn am Leinbach - HSG Kocher/Stein 2
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

18.03.2018 10.00 Uhr **Schach Oberliga**
Heilbronner SV - SK Schmiden/Cannstatt
verdi-Jugendheim, Heilbronn

24.03.2018 16.00 Uhr **Turnen Verbandsliga**
KTT Heilbronn II - TG Schömburg
Römerhalle, HN-Neckargartach

24.03.2018 20.00 Uhr **Handball 3. Liga**
TSB HN-Horkheim - TuS 04 Dansenberg
Stauwehrhalle, HN-Horkheim

24.03.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Damen**
SV Heilbronn am Leinbach - HC Bad Wimpfen
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

25.03.2018 15.00 Uhr **Fußball Bezirksliga**
SV Heilbronn am Leinbach - Türkiyemspor
Sportplatz, HN-Frankenbach

APRIL 2018

07.04.2018 17.00 Uhr **Turnen Bundesliga**
KTT Heilbronn - KTV Straubenhardt
Römerhalle, HN-Neckargartach

07.04.2018 18.00 Uhr **Basketball Landesliga**
TSG Heilbronn Reds - BG Tamm/Bietigheim
Mörike Sporthalle, Heilbronn

07.04.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Herren**
SV Heilbronn am Leinbach - HA Neckarelz
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

08.04.2018 15.00 Uhr **Fußball Bezirksliga**
SV Heilbronn am Leinbach - Neckarsulm II
Sportplatz, HN-Neckargartach

14.04.2018 16.00 Uhr **Turnen Verbandsliga**
KTT Heilbronn II - TSV Schmiden
Römerhalle, HN-Neckargartach

14.04.2018 18.00 Uhr **Basketball Landesliga**
TSG Heilbronn Reds - TuS Stuttgart
Mörike Sporthalle, Heilbronn

14.04.2018 20.00 Uhr **Handball 3. Liga**
TSB HN-Horkheim - SG Nußloch
Stauwehrhalle, HN-Horkheim

14.04.2018 20.00 Uhr **Wasserball Verbandsliga**
SSG Heilbronn - PSV Stuttgart II
Hallenbad Soleo, Heilbronn

14.04.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Damen**
SV Heilbronn am Leinbach - HSG Taubertal
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

15.04.2018 15.00 Uhr **Fußball Bezirksliga**
SV Heilbronn am Leinbach - SG Bad Wimpfen
Sportplatz, HN-Neckargartach

16.04.2018 18.30 Uhr **Karate-Kurs**
Jukuren Karate - Anfängerkurs des Karatevereins Heilbronn
Mönchseehalle, Heilbronn

21.04.2018 20.00 Uhr **Handball Bezirksliga Herren**
SV Heilbronn am Leinbach - TB Richen
Leintalsporthalle, HN-Frankenbach

21.04.2018 **Tanzsport**
Deutsche Meisterschaften Junioren + Senioren
Hofwiesenhalle, HN-Sontheim

22.04.2018 **Tanzsport**
Deutsche Meisterschaften Jugend
Hofwiesenhalle, HN-Sontheim

28.04.2018 20.00 Uhr **Handball 3. Liga**
TSB HN-Horkheim - Rhein-Neckar Löwen II
Stauwehrhalle, HN-Horkheim

28.04.2018 20.00 Uhr **Wasserball Verbandsliga**
SSG Heilbronn - SSG Reutlingen/Tübingen
Hallenbad Soleo, Heilbronn

Die hier aufgeführten Termine wurden uns von den jeweiligen Vereinen zugesandt bzw. auf www.sport-heilbronn.de eingetragen. Eine Gewähr für deren Richtigkeit können wir nicht übernehmen. Sollten die Termine Ihres Vereins fehlen, sprechen Sie bitte die entsprechenden Verantwortlichen an, damit wir diesen „Zustand“ in künftigen Ausgaben ändern. Im April 2018 erscheint die nächste sportheilbronn-Ausgabe. Wenn Sie die Termine Ihres Vereins im Zeitraum April bis einschließlich Juni hier im Magazin veröffentlichen möchten, schicken Sie diese bitte bis zum 28.3.2018 an redaktion@sport-heilbronn.de – für Heilbronner Sportvereine selbstverständlich kostenlos!

BESUCHT UNS AUCH ONLINE:

www.sport-heilbronn.de

ODER BEI FACEBOOK:



www.facebook.com/

sport.heilbronn



Speedy
tex [®] Wir ziehen Sie an!

PREMIUM SPORTJACKE!

Sportkleidung für Dich, Dein Team, Deinen Verein!

INKL. EINFARBIGEM
BRUSTLOGODRUCK
NAME ODER VEREIN

Gpard – die schweizer Sportmarke
exklusiv bei Speedytex in Heilbronn!

Kinder
35,-
statt 55,00

Erwachsene
39,-
statt 59,50



Jetzt bestellen!
Hotline*: 07131 | 6424661

Sportive Kapuzenjacke mit modischen Kontrast Bündchen Innenseite, weiches, wärmendes Microfleece. Robust und pflegeleicht. Ideal für Sport und Freizeit.
Größen: Kinder 116 - 164, Herren S - 4XL, Spezieller Damenschnitt 34 - 46



Speedytex GmbH
Herderstraße 1
74074 Heilbronn
Deutschland

T: +49 7131 | 6424661
F: +49 7131 | 6424772
E: info@speedytex.de
I: www.speedytex.de

Team-, Sport- und Freizeitkleidung
Arbeitsschutz- und Berufsbekleidung
Werbemittel & Werbetechnik
DRUCKEN · STICKEN · LASERN

Auf der Jacke ist zusätzlich zum Markenlogo auch das Logo der Firma Speedytex klein aufgebracht. Die genannten Preise sind in Euro (€) und inkl. gesetzl. MwSt. ausgewiesen. *Zzgl. Verpackung und Versand. Es gelten die AGB der Speedytex GmbH. Dieses Angebot gilt solange der Vorrat reicht. Bei Anrufen können Gebühren entsprechend Ihres Festnetz-/Mobilfunkvertrages ins dt. Festnetz anfallen. Das Angebot ist gültig bis 31.12.2017.