

Spinnen am Kunzenhof

Littenweiler (hr.) In gemütlicher Runde können an vier aufeinander folgenden Abenden Erwachsene am Lernort Kunzenhof in Littenweiler die Verarbeitung von Wolle und das Spinnen am Spinnrad erlernen. Außerdem können die Teilnehmer die verschiedenen Textilfasern aus Tierhaaren und aus Pflanzenfasern kennen lernen, die u. a. Rohstoff unserer Kleidung sind. Dabei wird auch immer der Blick auf die globalen Zusammenhänge gerichtet. Die Rädchen werden beim knisternden Feuer in der neuen Werkstatt, direkt am Stall schnurren, von Dienstag, 25. Januar, bis Freitag, 28. Januar, jeweils von 19.30 bis 21.30 Uhr. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Kosten (ohne Material) 60. Euro. Nähere Infos unter www.kunzenhof.de. Anmeldung bei Gabriele Plappert, Tel.: 0761 / 63726 oder per EMail: post@kunzenhof.de.

Mein Training... ist gesund!

REHAfitness
SPORBECK

Anmeldeaktion: 14. – 22.1.2011

Stegener Straße 18
79199 Kirchzarten
Tel. 0 76 61 / 45 79
www.sporbeck.com

• Cardtraining geeignet
• Krafttraining geeignet
• Rückentraining geeignet
• Gesundheitsfördernd

Sparkassen suchen ihre besten Skilangläufer Deutschlands

Die Sparkasse Hochschwarzwald richtet „32. Deutschen Sparkassen-Skilanglauf“ aus

Hinterzarten/Notschrei (glü.) Wenn die Sparkasse Hochschwarzwald am 22. Januar in Hinterzarten den „32. Sparkassen-Skilanglauf“ – das ist die unternehmensinterne „Deutsche Meisterschaft“ – ausrichtet, hat sie bereits im Vorfeld einen „Deutschen Meistertitel“ errungen: von den rund 600 Teilnehmenden kommen genau 103 aus der 230 Damen und Herren zählenden Mitarbeiterschaft der hiesigen Sparkasse. Keine andere deutsche Sparkasse nimmt mit mehr Mitarbeitenden teil. Klar, dass der Vorstandsvorsitzende Jochen Brachs – er startet selbstverständlich auch – glücklich über diese Sportbegeisterung seiner Belegschaft ist. Und sein Cheforganisator Bernd Gänswein, der wegen der organisatorischen Beanspruchung selbst nicht in der Løipe antreten kann, belegt das noch mit Zahlen: „Wir waren zuletzt schon mit 67 am Start, was bereits eine Sensation war.“ Nun, die Sparkasse Hochschwarzwald ist für die Durchführung der 32. Sparkassen-Langlauf-Meisterschaften nicht nur sportlich gut aufgestellt. Auch organisatorisch haben die Verantwortlichen alles im Griff. Neben siebzig Helfer(innen) aus den eigenen Reihen stehen ihnen die Wintersportexperten aus der Gemeinde Hinterzarten, vom



Auch wenn Krawatte und Anzug nicht unbedingt als Skilanglaufkleidung geeignet sind, konzentrieren sich Bernd Gänswein und Sparkassendirektor Jochen Brachs derzeit neben den Bankgeschäften auch intensiv auf die 32. Deutschen Sparkassen-Skilanglaufmeisterschaften.
Foto: Gerhard Lück

SC Hinterzarten, SV Kirchzarten und SV Schauinsland sowie die Feuerwehren, das DRK, die Bergwacht und Polizei sowie die Hochschwarzwald Tourismus GmbH zur Seite. Begonnen hat die Sparkassen Skilanglaufmeisterschaft vor 32 Jahren in Garmisch Partenkirchen. Bald kamen im Wechsel die Sparkassen Traunstein Trostberg mit Reit im Winkel, Allgäu mit Oberstdorf und Hochschwarzwald als Ausrichter hinzu. Nach der Wende gesellte

sich noch die Sparkasse Rhön Rennsteig mit dem nordischen Skiparadies Oberhof dazu. Wenn auch nur der Samstag, der 22. Januar als Wettkampftag mit den 5km Rennen der Damen und den 10km Rennen der Herren im klassischen Stil im Mittelpunkt steht – Start ab 9.00 Uhr hinterm Kurhaus in Hinterzarten, Zuschauer unbedingt erwünscht – kommen doch viele Sparkässler bereits im Vorfeld zum organisierten Rahmenprogramm der Skilanglauf

woche. Sie nehmen an Skikursen mit Olympiasieger und Sparkassenrepräsentant Georg Thoma teil, trainieren für den Wettkampf und genießen das volle Programm mit Begrüßungsabend, Wintertraum an der Adlerschanze, Schwarzwälder Kabarett, Hüttenabend, Freiburgertour oder Nudelparty. Die ganz Sportlichen – rund 100 sind gemeldet – suchen am Donnerstagabend (20. 1.) ab 17.00 Uhr in der SparkassenArena des NordicCenter am Notschrei über 3,5 km (Damen) und 5 km (Herren) ihre Skatingmeister. Nach der Siegerehrung der „Deutschen Sparkassen Skilanglaufmeister“ am Samstagnachmittag steigt im Kurhaus Hinterzarten die große Abschlussparty. Übrigens: Die Moderation der Wettkämpfe in Hinterzarten liegt beim ehemaligen Bürgermeister Hinterzartens, Hansjörg Eckert, dem die Sparkasse Hochschwarzwald zum Abschied den Titel „Ehrenstadionsprecher auf Lebenszeit“ verliehen hatte. Enorm dankbar sind Sparkassendirektor Jochen Brachs und OK Chef Bernd Gänswein dafür, dass die Veranstaltung mit dem großzügigen Sponsoring der Sparkassenpartner LB BW, LBS, SV Versicherungen, Deka Investmentfonds und Deutsche Leasing unterstützt und möglich ist.

Rückrundenstart bei den Kiezkickern



„Überflieger“ sind die SC-Akteure keine (im Bild Felix Bastians), doch den 6. Tabellenplatz belegt die Mannschaft von Robin Dutt nach einer kompakten Hinrunde nicht zu Unrecht. Foto: A. Keller

Freiburg (hr.) Mit 28 Punkten aus der Hinrunde fehlen dem SC Freiburg zum Auftakt der Rückserie nur noch 12 Zähler zur magischen 40 Punkte Grenze, die den Klaskenerhalt bedeuten. Und erfolgreich wie die Hinrunde geendet hat, ist die Mannschaft von Robin Dutt auch ins neue Jahr gestartet. In der Mannheimer SAP Arena gewann der SC den Harder13 Cup und bot bisweilen glänzenden Hallenfußball. Allerdings teuer bezahlt durch die Verletzung von Stefan Reisinger, der im Endspiel gegen den 1. FC Kaiserslautern bei seinem Kopfballdrop zum 5:1 Endstand mit der Faust des Lauterer Keepers „kollidierte“ und einen zweifachen Kieferbruch erlitt. Reisinger musste operiert werden und fällt mehrere Wochen aus. Auch das Testspiel gegen den schweizer Erstligisten FC Thun am vergangenen Samstag konnte der Sportclub mit 3:0 für sich entscheiden. Die Tore erzielten Cédric Makiadi, Daniel Caligiuri und Kisho Yano. „Wichtig war, zurück in den Rhythmus zu kommen eine Woche vor dem Spiel in St. Pauli.“ sagte Robin Dutt nach der Partie und erklärte die offenen sichtliche Müdigkeit seiner Spieler „Ganz normal. Wir haben sehr hart trainiert diese Woche“. Auch der erste Gegner der Rückrunde, der 1. FC St. Pauli, kann Erfolgserlebnisse in der Winterpause vorweisen. So wurde die Mannschaft von Trainer Holger Stanislawski zweiter beim Wintercup in Düsseldorf und verteidigte ihren Titel beim Internationalen Hallen-Turnier in Hamburg. Der Rekordspieler bezwang dabei im Endspiel das Team von Bröndby IF und feierte den insgesamt neunten Turniersieg. Beste Torschützen der Hamburger waren Max Kruse

und Rouven Hennings, mit jeweils sechs Treffern. Auch der FC St. Pauli hat sich in der Winterpause nicht personell verstärkt. „Wir sind davon überzeugt, dass wir mit unseren vorhandenen Spielern den Klassenerhalt schaffen können“ sagt Sportdirektor Helmut Schulte. Nach dem glänzenden Start in die Saison, so Schulte weiter, sei zwar eine gefährliche Situation entstanden. „Wir müssen uns jetzt in der Rückrunde erheblich steigern, um das Saisonziel zu erreichen“. Und auch Trainer Stanislawski warnt. „Wir müssen sehen, dass wir mehr Konstanz in unser Spiel bekommen – dazu gehört auch eine bessere Verwertung unserer Torchancen. Der Knoten muss platzen und ich gehe fest davon aus, dass es bald soweit sein wird“. Sicherlich wird das Team von Robin Dutt alles dafür tun, dass dieser Knoten nicht ausgerechnet gegen den SC Freiburg platzt, denn gegen St. Pauli hat man schließlich noch eine Rechnung offen. Die peinliche 3:1 Saisonauftaktniederlage, bei der man gegen die Kiezkickernach der 1:0 Führung innerhalb von 10 Minuten drei erfolgreiche Konter einstecken musste, ist allen noch in bitterer Erinnerung. Doch zwischenzeitlich ist das SC Team deutlich gereift, hat eine kompakte Hinrunde gespielt und steht daher völlig verdient auf dem sechsten Tabellenplatz. Und wer weiß, vielleicht läutet ein Erfolgserlebnis am Millerntor eine ähnlich erfolgreiche Rückserie ein. Und vielleicht darf Robin Dutt seinen, am letzten Spieltag der vergangenen Saison geäußerten Wunsch „den Klassenerhalt mindestens schon am drittletzten Spieltag gesichert zu haben“ schon bald kräftig korrigieren.

Dreisamtäler

Nächste Ausgabe am 26. Januar
Anzeigenannahme: 07661/3553 | anzeigen@dreisamtaler.de

Dreisamtäler

Mit Sport den Teamgeist im Unternehmen fördern

FSM-Mitarbeitende bereiten sich auf den Freiburger Halbmarathon vor – Medienpartner „Dreisamtäler“ sprach mit zwei Aktiven über die Vorbereitung

Kirchzarten (glü.) Seit November 2010 sind rund 80 Mitarbeiter(innen) und Freunde des Kirchzartener Unternehmens „FSM Elektronik“ in der intensiven Vorbereitungsphase für den 21,1 Kilometer langen Halbmarathon im Rahmen des „Freiburger Marathons“ Anfang April 2011. Der sechszehnfache Deutsche Langstreckenlaufmeister Herbert Steffy gibt der „FSM Team Force“ mit Seminaren und Laktatstests den richtigen Schliff. Die fünfköpfige FSM Geschäftsführung geht übrigens mit gutem Beispiel voran, läuft mit und schenkte zu Weihnachten schicke Laufjacken. Als Medienpartner des unter dem Slogan „Improve your team spirit – Verbessere den Teamgeist“ stehenden Sportevents hält der „Dreisamtäler“ die Menschen der Region auf dem „Laufenden“ in Sachen FSM Marathonabenteuer. Redakteur Gerhard Lück (glü.) sprach mit zwei FSM Mitarbeitenden, die mit völlig unterschiedlichen Voraussetzungen an das Abenteuer

herangehen: Inge Tritschler (55), Industriekaufrau und Thomas Fuß (49), Logistikleiter.
glü.: Inge, wie viele Wettkampfkilometer hastest du bis Anfang November in den Beinen?
Inge: Gar keine, denn ich bin blutige Laufanfängerin. Erst Anfang

November habe ich mit dem Training angefangen. Jetzt sind es aber schon gut 200 Trainingskilometer.
glü.: Und was hat dich an der Teilnahme am Freiburg-Marathon gereizt?
Inge: Ich will mal das Feeling mitbekommen. Es ist übrigens

ein Ansporn, auch bei schlechter Witterung etwas für sich zu tun.
glü.: Was ist dir jetzt in der Vorbereitung auf die 21,1 Kilometer durch Freiburg besonders wichtig und wie schätzt du deine Chancen ein?
Inge: Das Training in der Gruppe macht sehr viel Spaß. Chancen? Na ja, ich bin froh, wenn ich ohne Verletzungen ankomme.
glü.: Nimmst du dir eine Zeit vor oder kommt es dir v.a. auf das Dabeisein an?

Inge: Eine bestimmte Zeit setze ich mir keine – das kann ich auch nicht, weil ich noch nie 21,1 Kilometer gelaufen bin. Ich denke aber auch nicht, dass Dabeisein alles ist. Für mich ist es interessant, mich selbst zu testen; schauen, was ich „schaffen“ kann.
glü.: Was bedeutet es für dich, in einer Mannschaft deines Arbeitgebers zu starten?
Inge: Das fördert den Teamgeist – und das nicht nur auf sportlicher Ebene. Und super finde, dass die Geschäftsleitung auch mitläuft. Da

sind ja einige bei, die wie ich auch noch keine Wettkampferfahrung haben.
glü.: Thomas, du bist im FSM-Team der „Laufstar“. Auf welche Wettkampferfahrung kannst du zurückblicken?

Thomas: „Laufstar“ ist wohl stark übertrieben. Mit viermal Halbmarathon Freiburg und fünfmal Schluchseeauf habe ich schon Erfahrung. Ich hoffe jedoch, dass sich einige unserer jungen FSM Läufer als „Laufstars“ entpuppen und ein paar Minuten schneller sind als ich.
glü.: Sport ist dich diesmal besonders an, dass du in Freiburg die „Farben“ deines Arbeitgebers vertrittst?
Thomas: Es ist natürlich eine zusätzliche Motivation und fördert den Mannschaftsgedanken.
glü.: Was ist dir jetzt in der Vorbereitung wichtig?
Thomas: Gesund und ohne Verletzungen durch den Winter zu kommen.
glü.: Nimmst du dir eine neue Bestzeit vor? Wie schnell warst du bisher?

Thomas: Eine neue Bestzeit nehme ich mir nicht vor. Mein Ziel ist es, unter 1:40 Stunden zu bleiben. 2008 und 2009 bin ich immer knapp unter 1:30 Std gelaufen, da hat aber wirklich alles gepasst.
glü.: Wie bewertest du die besondere Einstellung, die euch FSM mit der Betreuung durch einen Profilaufexperten zugeht?
Thomas: Die Vorbereitung mit Herbert Steffy ist eine tolle Sache, da er mit Sicherheit zu den besten und kompetentesten Fachleuten aus der Laufszene gehört.
glü.: Kannst du deinen Kolleginnen und Kollegen mit deiner Erfahrung in der Vorbereitung helfen?
Thomas: Helfen? Na ja, vielleicht kann ich den einen oder anderen etwas motivieren oder ein bisschen die Angst vor den 21,1 Kilometern nehmen.
glü.: Ich wünsche euch beiden und allen FSM-Läufern viel Erfolg in der harten Phase der Vorbereitung während der kalten Wintermonate.



Wenn es für Inge Tritschler und Thomas Fuß nicht um die Elektronik der FSM geht, bestimmen die Laufschuhe derzeit einen Teil ihrer Freizeit.
Foto: Gerhard Lück