

Fasziniert vom Schwimmstart am Hardtsee

Susanne Milowsky startet im Juni als „Rookie“ im Kraichgau ihren ersten Triathlon auf der olympischen Distanz

Bruchsal. „Unter drei Stunden“ – Susanne Milowsky ist ehrgeizig. Wenn schon, denn schon. Am 14. Juni macht die Bruchsalerin bei der „Challenge Kraichgau“ ihren ersten Triathlon auf der olympischen Kurzdistanz. Das heißt: 1,5 Kilometer Schwimmen, 40 Kilometer Rad fahren und zehn Kilometer Laufen. Dass das nicht von heute auf morgen funktioniert, ist klar. Seit Februar ist die 42-Jährige im

Milowsky: Nein. 2007 haben wir in Ubstadt bei einem Familien-triathlon mitgemacht. Da hatte ich noch eine schlaflose Nacht zuvor, obwohl ich nur schwimmen sollte. 2008 habe ich dann in Stutensee allein einen kleinen Wettkampf bestritten.

War Sport auch schon früher Thema bei Ihnen?

Milowsky: Aber ja. Ich habe früher Volleyball und Handball gespielt. Als meine Kinder klein waren, habe ich einige Jahre Bauchtanz gemacht.

Und jetzt machen Sie bei der „Challenge Kraichgau“ als „Rookie“ mit. Wie lief das?

Milowsky: Mein Mann hatte uns beide für die Kurzdistanz 2009 angemeldet. Als im Januar ein Rookie gesucht wurde, hat er mich zur Bewerbung ermuntert. Schließlich wurde ich ausgewählt.

... und seitdem bestimmt das Training Ihren Tagesablauf?

Milowsky: Ein gutes Zeitmanagement ist nötig, um Beruf, Familie und Sport unter einen Hut zu bekommen. Dabei habe ich die volle Unterstützung meiner Familie. Die Kinder sind auch selbstständiger geworden. Ich habe schon im November mit dem Schwimmtraining begonnen. Dadurch konnte ich meine Schwimmtechnik verbessern. Seit Februar trainiere ich nach den Trainingsplänen von Rolf. Diese werden individuell gestaltet. Derzeit bin ich viel mit dem Rennrad in Richtung Kraichgau unterwegs und habe auch die ersten Einheiten „Koppeltraining“ hinter mir.

Was ist das?

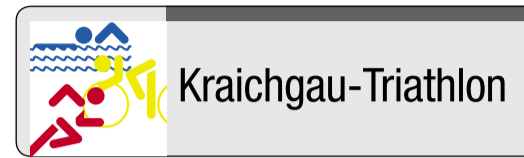
Milowsky: Das ist eine Kombination von Rad- und Lauftraining. Dabei erfolgt sofort nach der Radeinheit eine Lauf-einheit – wie im Wettkampf.

Welchen Umfang hat so ein Wochentrainingsplan?

Milowsky: Für diese Woche stehen zweimal 1,5 Stunden Schwimmen, 2,5 Stunden Rad fahren und noch zwei mal eine Stunde Laufen auf dem Plan.

Und das ist gesund? ...

Milowsky: Zunächst einmal bin ich gesund. Für den „Rookie“ steht am Anfang eine medizinische Untersuchung von Herz, Lunge und Kreislauf in der Rochus-Klinik Bad Schön-



born. Da waren alle Werte im grünen Bereich. Aber unabhängig davon finde ich Sport natürlich gesund. Ich habe Spaß an der Bewegung, bin viel und gerne an der frischen Luft. Wenn ich mit dem Rad am Rhein entlang fahre, fühle ich mich wie im Urlaub.

Haben Sie eine Disziplin, in der Sie nicht so stark sind?

Milowsky: Mein Stiefkind ist noch ein wenig das Laufen. Aber auch daran arbeite ich. Es ist wichtig die Lauftechnik zu trainieren, dass man zum Beispiel beim Laufen die Schulter nach vorne bringt. Das bekommt man bei einer Laufanalyse erklärt.

Werden Sie vom 13. auf den 14. Juni wieder eine schlaflose Nacht haben?

Milowsky: Nein, sicher nicht. Das war damals einfach – weil ich nicht trainiert war. Aber jetzt fühle ich mich fit.



ihre Waffen zeigten die „Schwertspieler“ beim Pamina-Fest in Rußheim. Foto: Nees

Ein Fest über Grenzen hinweg

Dettenheim-Rußheim (nane). Das Erdöl- und das Bauernhofmuseum sind in Sichtweite vom Pfälzer Weinstand. Um die Korb- und Netzmacher scharen sich die Besucher, Honigköstlichkeiten sind in kleine Tiegel abgefüllt und der Spargel glänzt weiß und prall in der Sonne. Direkt daneben wird filigran gestickt oder wahlweise rustikal getöpfert: Allerlei Handwerk und Präsentationen in Wort und Bild prägen die Festgässchen rund um die Rußheimer Pfingstkirche. Dort wird seit drei Tagen das 1225-jährige Dorf bestehen gefeiert und so habe es sich angeboten, so Dettenheims Bürgermeister Lothar Hiltenbrand, das „Paminafest“ anzugliedern. „Pamina“ – stehend für „Pfalz“ (PA), Mittlerer Oberrhein“ (MI) und nördliches Elsass“ (NA) – schließt Gemeinden und Städte besagter Regionen zusammen. Sichtbares Zeichen und Symbol der Zusammenarbeit ist das „Paminafest“, das zuletzt in Rußheim stattfand.

Kinderreiten mit den Ponys vom Rußheimer Storchhof findet ebenso Anklang wie eine reichhaltige Bauerntheke. Im Hintergrund des Festgeländes überragt der „größte Schuh der Welt“ des Pamina-Ortes Hauenstein das festliche Treiben. Besonderer Blickfang sind die handwerklichen Darbietungen und die Präsentationen der badischen „Schwertspieler“.

Kellerbrand in Marxzeller Pflegeheim

Marxzell (tm/jew). Feuerwehren und Rettungsdienste wurden am Samstagabend kurz nach 21 Uhr zu einem Brand in die Marxzeller Altklinik gerufen. Wehrlaute aus Marxzell und Ettligen sowie ein Großaufgebot des Rettungsdienstes waren schnell vor Ort.

Der Brand konnte nach einiger Zeit im Keller des Wirtschaftssteiles der Pflegeklinik lokalisiert und schnell unter Kontrolle gebracht werden.

Da sich der Brand auf diesen Teil der Klinik beschränkte, konnte von einer Evakuierung des Patiententraktes abgesehen werden. Die Altbalkstraße war dennoch bis gegen 23.15 Uhr komplett gesperrt. Dies war laut Polizei erforderlich, um das Abstellen der Einsatzfahrzeuge zu ermöglichen und eine etwaig notwendige Räumung der Klinik vorzubereiten.

BNN-Interview

Training – als „Rookie“, als Neuling, gefördert vom Organisationsteam und ausgestattet mit einem Trainingsplan vom Experten. Der Ex-Profi Rolf Lautenbacher stellt für sie das Übungsprogramm zusammen. Wie Susanne Milowsky zum Triathlon fand, wie sie sich vorbereitet und was für sie das Besondere an diesem Ausdauersport ist – all das beschrieb sie im Gespräch mit unserem Redaktionsmitglied Matthias Kuld.

Wie sind Sie denn zum Triathlon gekommen?

Milowsky: So richtig war das im vergangenen Jahr, als ich meinen Mann begleitet habe, der 2008 schon im Kraichgau mitgemacht hat. Von der Atmosphäre beim Schwimmstart am Hardtsee war ich fasziniert. So langsam ist dann der Gedanke gereift, einen Jedermann-Triathlon alleine zu machen.

War das der erste Kontakt mit Triathlon?

„Beo“ wird stark nachgefragt

Kreis Karlsruhe (madl). Um zu verdeutlichen, wie erfolgreich das Projekt Beo ist, bedurfte es bei der Sitzung des Sozialausschusses des Kreistages einer aktualisierten Tischvorlage. Überall im Landkreis gibt es die vertiefte Berufsorientierung (Beo) als gefragtes Modell, das der Kreis, die Stadt und die Arbeitsagentur betreiben. Der Jahresbericht für das im September 2007 gestartete Projekt ist schon einige Monate alt und konnte nicht alle teilnehmenden knapp 20 Schulen zwischen Ettligen, Bretten und Philippsburg ausweisen. Fakt ist, dass über 1 600 Schülerinnen und Schüler der siebten bis neunten Klassen mit Blick auf ihre Berufswahl bei Beo mitgemacht haben. Angeboten werden Trainings und Praktika. Dabei wurden die Blöcke Sozialkompetenz und Ausbildungsreife außerhalb der Schulzeit angeboten – und in 61 Workshops auch durchgeführt. 38 Partner in Stadt- und Landkreis boten praktische Projekte an. Beo ist laut Jugendamtsleiter Richard Kalteisen, bis ins Jahr 2010 finanziert.

Bei den Mitgliedern des Sozialausschusses stieß der Bericht auf einhellige Zustimmung. Klaus Schwarz (CDU) lobte den „großen Wirkungskreis“, Gerd Rinck (SPD) bezeichnete die Konstruktion von Beo als „gelungen und ausbaufähig“. Klaus König (Freie Wähler) mahnte an, dass es bei dem von Beo angesprochenen Kreis junger Leute auch viele gäbe, die keinen unmittelbaren Zugang zum Internet haben – dort ist Beo umfassend erklärt (www.beo-netzwerk.de). Hinweis der Verwaltung: Ansprechpartner gibt es in den Schulen. Christine Geiger (Grüne) wünscht sich die Fortdauer über 2010 hinaus. Landrat Christoph Schnaudigel berichtete von positiven Rückmeldungen aus Schulen und Betrieben.

Punktlandung der schwäbischen Narren

„Wer hilft, gewinnt“ – Körperbehindertenschule Langensteinbach profitiert von SWR-Aktion

Von unserem Mitarbeiter Klaus Müller

Karlsbad. Haben die rangeklotzt. Die Lichtung, hier oben im Wald beim Klinikum Langensteinbach, ist kaum zu erkennen. Wo vormals Hubschrauber landeten, entsteht eine bemerkenswerte Reitbahn: eine Therapie-Reitbahn für die körperbehinderten Kinder und Jugendliche der Ludwig-Guttmann-Schule Langensteinbach. Hier werden Pflöcke in die Erde gerammt – mittendrin „Bernd, die Ramme“ (dazu später mehr) – dort nimmt der stabile Ranger-Zaun an Form und Funktion zu. Kurze Kommandos werden gerufen. Und zwar in einem Dialekt, der für die Gegend eher untypisch ist. „Wir kommen aus Albstadt-Ebingen“, klärt Tanja Kaufmann auf, „alle von der Narrenzunft Schlossbergturm.“

Die SWR-Aktion „wer hilft, gewinnt“ hat die Württemberger ins Badische verschlagen. Sie helfen mit, den Therapie-Reitplatz zu bauen. Vorarbeiten leisteten bereits ehrenamtliche Mitglieder des Schulfördervereins. Mehr noch. Bisher sammelte der Förderverein nach Auskunft von Lothar Reisinger, Konrektor der Ludwig-Guttmann-Schu-

le, rund 100 000 Euro, um das Projekt schulnahes Therapiereiten umzusetzen. Hinzu kam eine Menge ehrenamtlicher Arbeit. „Ohne diesen Einsatz wäre es kaum möglich, das Projekt zu realisieren“, betont Schulleiterin Claudia Baller.

So gesehen kam die SWR-Aktion, kamen die Württemberger Narren gerade recht. Die Idee wurde übrigens an Landrat Christoph Schnaudigel herangetragen, der sofort an die Ludwig-Guttmann-Schule in Trägerschaft des Land-

kreises dachte. Obendrein wollte der Chef der Kreisbehörde noch etwas mitarbeiten. Daraus wurde allerdings nichts.

Das lassen die Spielregeln nicht zu. Arbeiten, von Freitag bis gestern, durften immer nur Teams mit je zehn Leuten. Die Gesamtarbeitszeit für ein Projekt liegt bei 200 Stunden. Egal. Den Württembergern bei der Arbeit zu schauen, hat auch was. Vor allem, wenn „Bernd, die Ramme“ zuschlägt. Den Namen verdankt Schwergewicht Bernd, im „richtigen Leben“ Straßenbauer, SWR-Moderator Jürgen Essig. Kaum ging der Name durchs Radio – SWR schaltete öfters live nach Langensteinbach – kannte bald jeder „Bernd, die Ramme“. Genauso wie seine Mitstreiter legte er sich nicht nur für eine gute Sache, sondern auch für die eigene Narrenzunft mächtig ins Zeug.

Bis zu 5 500 Euro winkten den Württembergern, wenn sie die Vorgaben umsetzen. „Geld, das wir gut gebrauchen können. Ein Wasserschaden machte den Proberaum für unsere Guggemusiker unbrauchbar“, klärt Zunftmeister Günter Mogdans auf.

Und die Württemberger legten eine Punktlandung hin. Gestern, Punkt 15 Uhr, wurde im Radio „Vollzug vermeldet“.



MÄCHTIG INS ZEUG mit „Durchschlagskraft“ legten sich Narren aus Württemberg, um beim Bau einer Therapie-Reitanlage für die Ludwig-Guttmann-Schule zu helfen. Foto: Müller

Die Meinung der Leser • Die Meinung der Leser • Die Meinung der Leser • Die Meinung der Leser • Die Meinung der Leser

Betreuer sind fachkundig

Zum Leserbrief „Schaden durch Betreuer?“ vom 20. April:

Nachdem in den vergangenen Monaten vor allem in den TV-Medien immer wieder die ehrenamtliche Tätigkeit der rechtlichen Betreuer aufs Korn genommen wird, muss ich der Leserbrieffschreiberin Rita Freitag insoweit zumindest widersprechen, als dass sie – als Nichte – ja jederzeit die Betreuung selbst übernehmen oder zumindest den Betreuer ihrer Tante in Grundstücksfragen hätte beraten können.

Der Unterzeichner hat jedenfalls jährliche Fortbildungen (der Diakonie) genossen und kann bestätigen, dass die Mehrheit der gesetzlichen Betreuungen auch in grundstücksrechtlichen Fragen Bescheid wissen. Und: Das hiesige Vormundschaftsgericht ist willens und kompetent, einen fachkundigen Betreuer für die Tante zuzuweisen.

Nur: Pauschal den – zumeist ehrenamtlichen – Betreuern Schäden zurechnen zu wollen, ist einfach nicht legitim, verbietet also zumindest der Anstand, denn man kann sich ja jederzeit über tatsächliche Fehler von Betreuern bei der Behörde (Amtsgericht) beschweren.

Hans-Dieter Köhler
Heidelberger Straße 12
Karlsruhe

Mehr Bewerber, weniger Klassen

Zu „Schwieriger Anschluss nach dem Abschluss“ vom 22. sowie „So einen Schlamassel habe ich noch nie erlebt“ vom 25. April

Numerus clausus an der „Käthe“? Bisher waren wir der Meinung, dass im Ländle eigentlich die Welt noch in Ordnung ist, abgesehen vom „normalen“ Unterrichtsausfall. Dem ist jedoch leider nicht so, wie wir in den letzten acht Wochen durch die Bewerbung unseres Sohnes erfahren mussten. Er, Realschulabsolvent, möchte an die Käthe-Kollwitz-Schule wechseln und dort die allgemeine Hochschulreife erwerben. Mit einem Notenschnitt von 2,0 konnte er am Zug für das sozialwissenschaftliche Gymnasium (SG) nicht mehr berücksichtigt werden und aufgrund des festgelegten Verfahrens erhielt er bei seiner zweiten Priorität ernährungswissenschaftliches Gymnasium und dritten Priorität biotechnologisches Gymnasium auch keine positive Antwort. Mehr als 100 weitere Schüler(innen) sind ebenso betroffen und haben Absagen erhalten oder wurden mit Warteliste verortet.

Aufgrund der Elternproteste haben sich Kreispolitiker jeder Couleur des Themas angenommen und auf der Kreistagsitzung massiv ihrem Unmut über das derzeitige Schulplatzangebot an der „Käthe“ geäußert.

Das Regierungspräsidium sieht jedoch weder eine Notwendigkeit noch einen Bedarf an weiteren Plätzen an der Käthe-Kollwitz-Schule. Die Schüler(innen) sollen alternativ nach Mannheim, Karlsruhe oder durch Profilwechsel an das WG oder TG wechseln. Wir zitieren aus dem Antwortscheiben vom 7. 4. des Regierungspräsidenten: „Auch wenn dies für Sie sicherlich nicht der Ideallösung entspricht, möchte ich unterstreichen, dass im Vergleich zu den Vorjahren die Aufnahmekapazität der Realschulabsolventen an den Beruflichen Gymnasien ... gleich geblieben sind.“

Die Fakten sind: Letztes Jahr hatte die „Käthe“ vier Klassen für EG und BTG, im nächsten Schuljahr nur drei Klassen für SG, EG und BTG. Für Schüler und Eltern ist dies eine massive Reduzierung des Klassenangebotes bei gleichzeitig steigenden Bewerberzahlen. Mag sein, dass in der Vergangenheit Fehler gemacht wurden, dies darf jedoch nicht auf dem Rücken der diesjährigen Realschulabsolventen von Bruchsal, Ubstadt-Weiher, Waghäusel, Östringen und Philippsburg ausgetragen werden.

Flexible und weitsichtige Lösungen im Sinne von hochmotivierten Schülern sind gefordert, Sturheit und Ignoranz schadet uns allen. Angelika u. Uwe Hintermayer
Reiherweg 4
Forst

Abwertende Unterstellungen

Zu „Unterstellungen entbehren einer inhaltlichen Grundlage“ vom 6. April:

Der Beitrag von Gabriele Wiegand zum Artikel kann aus mehreren Gründen nicht unwidersprochen bleiben. Als Mitglied des CDU-Vorstands Weingarten und ehemaliger Gemeinderat wundere ich mich doch sehr über den abwertenden Tenor, soweit er die CDU betrifft. Einem politisch lancierten Leserbrief kann man eben auch nur politisch entgegen-

Zunächst ist festzuhalten, dass Frau Wiegand bei dieser internen Veranstaltung der Kommunalpolitischen Vereinigung der CDU in Weingarten weder eingeladen noch anwesend war. Die selbstgerechten Unterstellungen, die in dem Leserbrief der Weingartner Bürgerbewegung (WBB) angedeutet werden, entbehren also einer inhaltlichen Grundlage. Vielmehr handelt es sich dabei nur um ein rein

subjektives „Fischen im Trüben“. Die abwertenden Unterstellungen sind weder angebracht noch konstruktiv, sondern eher stilllos. Diese Einschätzung haben mir Mitbürger bestätigt.

Die WBB hat ja selbst inzwischen „größere Ziele“ und will für den Kreistag kandidieren. Genau so wie CDU, SPD, Grüne, FDP ...! Die anstehende Kommunalwahl wirft aber eher die Frage auf, wie es die WBB mit der eigenen Glaubwürdigkeit hält. Sie muss sich ja inzwischen als „große Fraktion“ auch an Aussagen der vergangenen Jahre messen lassen. Oder hat die WBB keinen Anspruch auf Ernsthaftigkeit?

Der Stil der Bürgerbewegung, in sensiblen Momenten persönlich zu werden, zeigt mir nur, dass die politische Arbeit der WBB in den vergangenen Jahren inhaltlich wenig von Substanz geprägt war. Aber für die „gefühlte und selbst ernannte“ Opposition reicht es ja aus, ständig gegen etwas zu sein oder nur alles besser als andere wissen zu wollen. Zum Schluss steht jedenfalls immer die sektiererische und glorifizierende Demonstration von Moral von Teilen der Bürgerbewegung im Raum, mit der man versucht, anderen Mandatsträgern oder politischen Gegnern die demokratische Legitimation durch die Bevölkerung abzuspüren.

Jörg Sebold
Ringstraße 101
Weingarten

Wir bitten Verfasser von Leserbriefen ihre Telefonnummer anzugeben und sich kurz zu halten. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor. Leserbriefe spiegeln die Meinung der Einsender wider, die nicht mit der Ansicht der Redaktion übereinstimmen muss. Die Redaktion