

Fit wie ein Turnschuh bleiben

Jede Woche Training fürs Sportabzeichen beim TuS Prien – Teilnehmer von Jung bis Alt

VON ELISABETH KIRCHNER

Prien – In Prien Bronze, Silber oder Gold holen – der Turn- und Sportverein (TuS) Prien macht das möglich mit dem Deutschen Sportabzeichen. Jede Sportlerin und jeder Sportler ab sechs Jahren kann in den Disziplinen Laufen, Schwimmen, Radfahren, Werfen, Kugelstoßen, Hoch- und Weitsprung sowie Geräteturnen sein Bestes geben und Punkte sammeln. Und je nach Punktestand gibt es dann eine Urkunde in einer der drei Kategorien.

Die gute Seele und Übungsleiterin ist Ingrid Ziegmann (68). Seit 1994, als sich die Abteilung Sportabzeichen beim TuS Prien gründete, ist sie als aktive Sportlerin mit dabei. Und so steht sie seitdem jeden Mittwoch von Mai bis Oktober – „außer es schneit oder hagelt“ – auf dem Sportplatz und leitet Sportbegeisterte an.

Ingrid Ziegmann, die gute Seele der Aktion

„Schau, mit den zwei Fingern nimmst du den Schleuderball“, erklärt sie Henrik Korte (45) und führt ihm die richtige Dreh- und Wurftechnik vor. Der Neu-Priener ist wegen seiner Tochter hier, die beim TuS Prien Handball spielt und heute mit ihrer Mannschaft draußen am Sportplatz bei Trainer Stefan Bauer Ausdauertraining absolviert.

Er selbst, sagt Korte, sei vorgeprägt, seine Eltern waren aktive Leichtathleten, ehe er wieder den Schleuderball aufnimmt und die Drehbewegung übt. Ingrid Ziegmann wechselt zur Sprungbahn. Dort messen und rechnen heute zwei weitere gute Geister der Abteilung Sportabzeichen: Uschi Hinterholzer-Mayer (58) aus Rottau und Hans Stocker (76) aus Prien. Die beiden sind schon jahrelang dabei, als aktive Sportler und selbstverständlich auch als Helfer. Zwischen dem Messen erklärt Hans Stocker geduldig, wie der Absprung für den Standweitsprung funktioniert.

„Beine leicht gebeugt, mit beiden Armen Schwung holen. Mit geradem Rücken



Weitsprung aus dem Stand: Springer Gert Kleinhaus, dahinter Ingrid Ziegmann, mit Maßband Wolf Kutzbach. FOTOS BERGER



Flott unterwegs: Bastian, Simon und Daliah Vodermaier.



81 Jahre alt und immer noch topfit: Wolf Kutzbach.

Höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports

Das Deutsche Sportabzeichen (DSA) ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) mit Ordenscharakter. Es ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen im Breitensport für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Fähigkeiten verliehen.

Dabei geht es um die motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Je nach Alter gestaffelt gilt es, Punkte in unterschiedlichen Disziplinen aus den Sportarten Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen und Geräteturnen zu erzielen. Um das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben, muss in jeder Dis-

ziplin mindestens eine Leistung in Bronze erbracht werden. Bis 2013 konnte man in Bayern sowohl das Bayerische als auch das Deutsche Sportabzeichen ablegen. Seit 2013 gibt es nur noch das bundeseinheitliche Sportabzeichen. Training beim TuS Prien ist jeden Mitt-

woch leicht in die Hocke gehen, mit beiden Beinen abspringen, Arme nach vorne beziehungsweise oben reißen, und wenn du nochmal Schwung während des Sprungs holen willst, die hochgehaltenen und gestreckten Arme zum Körper drücken.“

Die Handballmädchen lachen erst verschämt, doch

dann packt sie der Ehrgeiz und unter lautem Jubel „ich hab einen Zentimeter mehr als du“ spornen sie sich gegenseitig an und springen in das Sandbecken. Zwei junge Männer drehen derweil ihre Runden auf der Tartanbahn. Die beiden Tischtennispieler des TuS Prien wollen heute noch 3000 Meter auf Zeit absolvieren. Für

Bronze müssen sie die Strecke in 17:20 Minuten schaffen, 13:20 Minuten schnell braucht es für Gold in ihrer Alterskategorie.

Raphael Ebner (19) macht sich derweil am Sprungbecken warm. Hochkonzentriert im Absprung schafft er locker aus dem Stand 2,50 Meter. Das reicht schon jetzt für Gold, sagt Ingrid aner-

kennend zu ihm. Dann steigt Raphael aufs Rad. 200 Meter Radeln auf der Tartanbahn erscheinen ihm „angenehmer und machbarer als der 100-Meter-Sprint.“ Er hat schon zweimal Gold geholt, heuer will er wieder ganz oben stehen.

Coronabedingt sind heuer erst seit Anfang Juni wieder Ingrid und ihre Helfer auf

Wolf Kutzbach hat 62 Abzeichen

Übungsleiterin Ingrid Ziegmann führt die Statistiken für die Sportlerlehre. Los ging es 1994 mit sieben Urkunden, 2003 war das beste Jahr mit insgesamt 325 verliehenen Urkunden, in den vergangenen Jahren sind es immer so um die 80 gewesen. Der eigentliche Star, auch wenn er das nicht hören will, ist Wolf Kutzbach (81). Er hätte schon mindestens das diamantene Sportabzeichen, wenn es das denn gäbe. „62 Sportabzeichen habe ich“, sagt der Senior. Er erinnert sich, dass Bürgermeister Lorenz Kollmannsberger seinerzeit fünfmal das Sportlerabzeichen gemacht habe. Die vergangenen Jahre war es an der Politiker-Front etwas weniger sportlich-ambitioniert, meint er. Dabei wissen es die Sportabzeichen-Profis Johnny Eichhorn und Wolf Kutzbach doch ganz genau: „Die Ingrid motiviert jeden, egal, ob Jung oder Alt.“

dem Sportplatz, ein Antreiben ist und war da gar nicht nötig. „Wir wollen doch nur fit bleiben“, erklärt etwa Johnny Eichhorn (75).

Das Abnehmen der Prüfungen laufe ganz locker ab, wirbt Ingrid Ziegmann. Die Gruppe trifft sich einmal die Woche, um die entsprechenden Disziplinen wie Werfen, Laufen, Radfahren oder Weitsprung zu üben.

Jeder hat die Chance, sich zu verbessern

Sie führt Buch über die Leistungen. Somit hat also jeder die Chance, sich zu verbessern: „Wir sind auch nicht streng.“ Im Gegenteil, es wird viel gelacht und geplaudert, auch Neulinge werden sofort in die Sportfamilie mitaufgenommen.

Das gemeinsame Sporteln, der Teamspirit, wie es auf Neudeutsch so schön heißt, steht im Vordergrund. Ein harter Kern von gut zehn Personen sei eigentlich immer da, sagt Ingrid Ziegmann, der zweite Kern seien die, die solange mitmachen, bis das gewünschte Abzeichen abgelegt worden ist.

MARKT PRIEN
 Redaktion und Geschäftsstelle:
 Geigelsteinstraße 7
 Redaktion: Tel. 0 80 51/68 67 10
 Telefax 0 80 51/68 67 20
 Anzeigen: Tel. 0 80 51/6 86 70
 Telefax 0 80 51/68 67 21
 anzeigenverkauf@chiemgau-zeitung.de
 Zustellung (Rosenheim):
 Tel. 0 80 31/2 13-2 13
 E-Mail Redaktion:
 redaktion@chiemgau-zeitung.de

Wanderung um Maria Eck

Prien – Die Teilnehmer der geführten Wanderung der Prien Marketing GmbH treffen sich am Samstag, 26. Juni, um 8.45 Uhr mit der Wanderführerin Angela Kind am Tourismusbüro Prien. Von dort geht es mit dem Bus um 9 Uhr hinauf nach Maria Eck. Die Wanderung führt vorbei am Kloster über die Waldkapelle hinunter zum Dieselsbach. Anschließend steigen die Wanderer wieder auf zur Eremitage und zurück zum Kloster. Nach einer geplanten Einkehr wandert die Gruppe zur Talstation Bergen. Die Rückfahrt erfolgt mit dem Bus nach Prien. Keine Gehzeit sind circa vier Stunden, es werden 150 Höhenmeter überwunden.

Liedertafel probt wieder

Prien – Die Liedertafel beginnt am Mittwoch, 30. Juni, 19 Uhr, wieder mit den Proben auf der Tribüne des Sportplatzes unter Dirigent Willi Weitzel. Das große Ziel für nächstes Jahr ist ein Festkonzert: der Dirigent möchte sein 25-jähriges Jubiläum bei der Liedertafel mit einem Konzert beschwingter Lieder feiern.

Alte Bernauer Straße ab Montag gesperrt

Prien – Die Alte Bernauer Straße ist ab der Hausnummer 3a bis zur Nummer 13 von Montag, 28. Juni, bis voraussichtlich Freitag, 10. September, wegen Arbeiten an der Fernwärmeleitung gesperrt. Die Umleitung erfolgt über die Joseph-von-Fraunhofer-Straße und Baurnberger Straße.

Hauptversammlung der Turnabteilung

Prien/Rimsting – Zur Hauptversammlung für die Vereinsjahre 2019/2020 lädt die Turnabteilung des TuS Prien die Mitglieder am kommenden Mittwoch, 30. Juni, ein. Die Veranstaltung findet am VIP-Strandkiosk am Rimstinger Badeplatz statt. Beginn ist um 19.30 Uhr.

KURZ NOTIERT

Prien Marketing GmbH – „Kinder machen Kunst-Skulpturen aus verschiedenen Materialien“ heute, Freitag, 14 Uhr, Treffpunkt Kleiner Kurpark, Workshop für Kinder von sechs bis zwölf Jahren, Dauer etwa zweieinhalb Stunden, bei Regen im Foyer, Chiemsee Saal, Teilnehmerzahl maximal sechs Personen, Anmeldung erforderlich unter galerie@tourismus.prien.de.
 Trachtenverein – Andacht für verstorbene Mitglieder heute, Freitag, 19.30 Uhr, am Friedhof.
 Katholische Pfarrei – Eucharistiefeier heute, Freitag, 19 Uhr, St. Salvator.

Blühwiesen-Saatgut liegt in den Rathäusern bereit

AUV-Mitgliedsgemeinden geben heimische Mischungen an Bürger aus – Fotoaktion mit Gewinnspiel

Prien/Chiemsee – Der Abwasser- und Umweltverband Chiemsee (AUV) sorgt sich nicht nur um die Sauberkeit des Wassers, sondern auch um blühende Wiesen. „Heimische Blumenwiesen“ ist das neueste in diesem Frühjahr gestartete Projekt. Aber nicht nur Theorie, sondern praktische Anleitungen und eine Saat-Packung gibt

die AUV-Umweltbeauftragte Susanne Mühlbacher-Kreuzer dazu.

Zahlreiche solcher Saatgutpackungen sind bereits an alle AUV-Mitgliedsgemeinden rund um den Chiemsee verteilt. Interessierte Bürger können sich solche im Rathaus abholen.

Laut Mühlbacher-Kreuzer ist der optimale Frühjahrs-

Saatzeitpunkt nach der Mai-Kälte und im Spätsommer Ende August/Anfang September. Eine Samen-Tüte reicht für etwa zehn Quadratmeter. Die angesäte Fläche soll, laut Beschreibung auf der Tüte, die ersten drei Wochen feucht gehalten und vor Schnecken, die die Wildblumenkeimlinge mögen, geschützt werden. Die

besten Erfolge erzielt man an sonnigen Standorten.

Bei Blumenwiesen ist Geduld gefordert, denn es kann durchaus sein, dass es mehrere Jahre dauert, bis sich der gewünschte Erfolg einstellt. Laut Beschreibung soll nicht gemulcht, sondern das Mahdgut abtransportiert werden. Die Aktion für die Gemeinden des Ab-

wasser- und Umweltverbandes sollen dazu dienen, dass sich die Gartenbesitzer sowie die Insekten gleichermaßen über das geschaffene, kleine Paradies freuen. Die Maßnahme wurde finanziert vom Abwasser- und Umweltverband Chiemsee und sie wird vom Landschaftspflegeverband Rosenheim sowie der Chiemsee-

agenda unterstützt. Teil der Aktion ist eine Fotoaktion. Alle, die eine Blühwiese rund um den Chiemsee mit Kamera oder Handy festhalten, können die Bilder per E-Mail an fotoaktion@auv-chiemsee.de einreichen.
 Zu gewinnen gibt es per Los Führungen durch die Kläranlage Rimsting-Stiedering. hoe

„See-Insel-Königs G'schichten“

Jeden Freitag Führungen mit interessanten Anekdoten um den Chiemsee

Prien – Unter dem Motto „See-Insel-Königs G'schichten“ bietet Helga Schömmmer in Ergänzung zur Ortserkundung Prien eine interessante und kurzweilige Führung an. Auf dem Weg entlang des Seeufers erfährt man zum Beispiel in welcher Rekordzeit und warum die Chiemseebahn gebaut wurde, wie die Künstlerkolonien entstanden, welches

Haus auf 1400 Pfählen gebaut wurde oder warum und wo in früheren Zeiten auf der Fraueninsel Maulbeerbäume gepflanzt wurden.

Spannende und geheimnisumwitterte Geschichten um den Tod Ludwig II. unterstützen durch neueste Erkenntnisse regen zu Diskussionen an und lassen jede Führung anders verlaufen.

Interessant ist auch die Antwort auf die Wassermenge des Sees oder was es mit der Einzigartigkeit des Perlfisches auf sich hat. Diese und viele andere Geheimnisse werden jeden Freitag bis Mitte September bei einem circa einstündigen Spaziergang gelüftet. Wer schon lange mal wieder mit der Chiemseebahn fahren wollte, kann dies mit der

Führung verbinden. Abfahrt ist am Bahnhof um 10.10 Uhr. Treffpunkt ist um 10.30 Uhr am Gleisende der Chiemsee-Bahn in Prien/Stock Hafen.

Weitere Informationen gibt es im Tourismusbüro Prien unter Telefon 08051/69050 oder per E-Mail an info@tourismus.prien.de sowie unter www.tourismus.prien.de.



Ob sich hinter dem Priener Hafen auch interessante Geschichten verbergen, erfahren die Teilnehmer der Führungen von Helga Schömmmer. FOTO PRIEN MARKETING GMBH