

Kurz berichtet

Kreisjugendring lädt zu politischen Diskussionen in WILHELMSDORF (sz) - Zur Kommunalwahl wollen die Verbände des Kreisjugendrings interessierten Jugendlichen eine Möglichkeit geben, mit jungen Vertreterinnen und Vertretern der Jugendorganisationen der Parteien (CDU, SPD, GRÜNE und FDP) in Kontakt zu kommen. Eine Möglichkeit dazu ist am Donnerstag, 16. Mai, um 18.30 Uhr im Bürgersaal Wilhelmsdorf.

Wöchentliche E-Bike-Tour in Altshausen
ALTSHAUSEN (sz) - Der Radtreff der Ortsgruppe Altshausen des Schwäbischen Albvereins startet wieder. Ab Donnerstag, 16. Mai, treffen sich E-Bike-Fahrer wöchentlich um 18 Uhr auf dem Marktplatz. Bei trockenem Wetter geht es auf eine gemütliche Tour (1 bis 1,5 Stunden). Die Strecke ist für jedermann geeignet. Im Anschluss ist eine Einkehr geplant. Nähere Infos gibt es bei Otto Hepp unter Telefon 07584/2073.

Einwohnersprechstunde der Gemeinde Baienfurt
BAIENFURT (sz) - Die nächste Einwohnersprechstunde der Gemeinde Baienfurt findet am Donnerstag, 16. Mai, von 14 bis 17 Uhr statt. Um die Abläufe besser koordinieren zu können, wird um Anmeldung bei Margit Schimpf unter der Telefonnummer 0751/400014, gebeten, um einen Termin für diesen Tag zu vereinbaren.

Grundsüher zeigt Musical „Felicitas Kunterbunt“
GRÜNKRAUT (sz) - Die Kinder der Grundschule Grünkraut werden am Donnerstag, 16. Mai, um 16.30 Uhr, und Freitag, 17. Mai, um 14.30 Uhr, in der Festhalle Grünkraut das Musical „Felicitas Kunterbunt“ aufführen. Auf ihrem musikalischen Abenteuer begegnen sie laut einer Mitteilung an die Presse wilden Piraten, stolzen Indianern, einem weisen Drachen und noch vielen anderen. Angeregt wurde das Projekt von Birgit Arnegger, die auch die Regie und die Gesamtleitung übernahm.



Die Treppe am Niesen im Berner Oberland ist die längste Treppe der Welt und hat 11.674 Stufen. Beim jährlichen Treppenlauf bezwingen die Läuferinnen und Läufer eine Höhendifferenz von 1.669 Metern. Marie-Luise Heilig-Duventäster möchte unter die ersten Sechs kommen.
FOTOS: MARTINA KRUSKA/ROB LEWIS

Berger Läuferin startet beim weltgrößten Treppenlauf

Marie-Luise Heilig-Duventäster freut sich auf die neue Herausforderung in der Schweiz

Von Martina Kruska

BERG - Rund 1200 Wettkämpfe hat die sympathische, drahtige Extrem-Sportlerin aus Berg bislang bestritten. 28 Weltmeister- und Europameistertitel und mehr als 100 Titel bei deutschen und baden-württembergischen Meisterschaften waren der Lohn für hartes Training und unbeugsamen Siegeswillen. Was ihr noch fehlt, ist der Treppenlauf auf der längsten Treppe der Welt, am Berg Niesen im Berner Oberland. Nur einmal im Jahr wird die Treppe geöffnet – für Bewerber aus aller Welt. Beim vierten Versuch hat es diesmal mit der Auslosung geklappt. Am 8. Juni wird Marie-Luise Heilig-Duventäster dabei sein und wie 250 andere Sportler auch am Fuße der 11.674 Stufen dem Start entgegenfiebert.

„Besser wird nix“, sagt die jung wirkende Sportlerin mit der pfiffigen Kurzhaarfrisur angesichts ihres 63. Geburtstages im Mai. „Ich wäre schon gern nochmal 40!“ Dabei schaut sie dankbar und mit dem ihr eigenen verhaltenen Stolz auf ihre grandiose sportliche Karriere zurück. Als sie mit Mitte 30 zu alt für den Fußball war – sie spielte in Oberteuringen in der 2. Bundesliga – wechselte sie zum Ausdauersport. Ihre läuferischen Qualitäten hatte ihr Trainer längst erkannt. „Lauf sie tot!“, hatte er sie oft angefeuert und die Gegner gemeint, die sie fußballtechnisch wohl weniger erfolgreich hatte bezwingen können.

Schon in kurzer Zeit entwickelte sich „Mary“ zur Vorzeigefrau der deutschen Masters-Läuferinnen. Mit 48 Jahren wurde sie Deutsche Meisterin aller Klassen im Berglauf. Zum ersten Mal Weltmeisterin wurde sie 2002 in Riccione im Straßenlauf. Dabei

hatte sie davor angesichts der 80 Frauen in ihrer Altersklasse gesagt: „Da lauf i idde!“ 2004 wurde sie Weltmeisterin in Puerto Rico in drei verschiedenen Rennen, unter anderem in ihrem ersten Hürdenlauf. Wettkampfsiege auf allen Ebenen folgten.

In ihrer Familie fand die ehemalige Lehrerin für Sport und Kunst Rückhalt und Unterstützung. Eine ihrer Schwestern versorgte die Söhne Julian und Janik, wenn es mal klemmte. Einen Sponsor hat Heilig-Duventäster nie gehabt. „In der Leichtathletik ist das nicht so leicht wie beim Fußball“, sagt sie und lacht ihr ansteckendes Lachen. „Mein bester Sponsor und Unterstützer ist mein Mann. Ich wollte auch immer mein eigener Herr sein.“ So übernimmt sie, die für den Verein LG Welfen startet, auch einen Teil ihrer Siegerehrung selbst: Nach jedem WM- oder EM-Titel gönnt sie sich genüsslich eine Zigarette – ansonsten ist die 63-Jährige Nichtraucherin.

Mit ihren Vereinskameradinnen trainiert sie zweimal pro Woche mit Trainer, ansonsten bestimmt sie ihr Training selbst. Früher lief sie bis zu 100 Kilometer in der Woche, heute nur noch zwischen 40 und 65: Dreimal draußen in der näheren Umgebung, donnerstags am Pfänder bei Bregenz und dreimal gelenkschonend am Laufband im KJC-Sportcenter oder zuhause. Trainiert sie allein, dann mit Kopfhörer und dröhnend peppiger Musik.

Ob Ihr das nicht manchmal zu viel wird mit dem immensen Laufprogramm? „Nein, Laufen ist wie Zähneputzen – es gehört einfach dazu“, antwortet Mary. Und was bleibt auf der Strecke bei einem solch getakteten Sportlerleben? „Freundschaften! Für Freundschaften außerhalb des

Vereins hab ich einfach keine Zeit“, sagt sie mit etwas Bedauern. Vier bis fünf Paar Laufschuhe – keines darf mehr als 200 Gramm wiegen – läuft sie im Jahr platt. Manchmal fragt sie sich: Warum mache ich das überhaupt? Und antwortet selbst: Fußball oder Volleyball, nichts habe sie an ihre Grenzen gebracht. Sie sei ehrgeizig, möchte sich messen und gute Zeiten laufen. „Von 50 Rennen über zehn Jahre war ich selbst nur mit fünf zufrieden, obwohl ich 47 davon gewonnen habe.“ Aber jeder Sieg verschaffe ihr ein Glücksgefühl und lasse die Strapazen des Trainings vergessen. Das sei wie beim Kinderkriegen – die Schmerzen seien danach vergessen.

Schmerzen bereiteten ihr auch zwei Knieoperationen und eine Operation der Achilles-Sehne im November 2021. Danach musste sie zwei Jahre pausieren. Aber sie fing wieder an. Ihrer inneren frustrierten Stimme „Jetzt kannst du's sein lassen!“ wollte sie sich nicht beugen. „Ich weiß, meinem Körper sind Grenzen gesetzt, er macht nicht mehr ganz das, was der Kopf will“, sagt sie. Und der will weitermachen und sich neuen Herausforderungen stellen. Hapert es mal an der eigenen Motivation, erhält sie einen Schub durch den Verein, der längst ihre zweite Heimat ist. Als nächstes steht – nach der baden-württembergischen Berglaufmeisterschaft am Kandel im Mai – der internationale Treppenlauf am 8. Juni in der Schweiz an. Unter die ersten Sechs möchte sie dort schon kommen.

„Ich laufe, solange es Spaß macht und körperlich geht“, sagt die humorvolle Sportlerin, deren Spezialität der Berglauf ist. „Die Altersgrenze am Berg liegt bei 80!“

Kurz berichtet

Freie Wähler suchen in den Gemeinden das Gespräch
VOGT (sz) - Die Freien Wähler laden vor der Kreistagswahl zu offenen Gesprächen ein. Im Wahlkreis Vogt können Bürgerinnen und Bürger die Kandidatinnen und Kandidaten treffen und Fragen stellen. Die Gespräche finden an folgenden Terminen statt: Donnerstag, 16. Mai, 15.30 bis 16.30 Uhr auf dem Dorfplatz in Schlier und 17 bis 18 Uhr auf dem Marktplatz in Wolfegg. Am Freitag, 17. Mai, von 13 bis 14 Uhr auf dem Edeka-Parkplatz in Grünkraut, 14.30 bis 15.30 Uhr beim Rathaus in Bodnegg, 16 bis 17 Uhr beim Rathaus in Waldburg und 17.30 bis 18.30 Uhr beim Rathaus in Vogt.

Kreistagskandidaten der Grünen stellen sich vor

SCHLIER/WALDBURG (sz) - Bündnis 90/die Grünen im Wahlbezirk IV (Vogt) stellt am Freitag, 17. Mai, von 18 bis 19 Uhr in der Pizzeria „La Fermata Due“ und von 19.30 bis etwa 20.30 Uhr in der „Krone“ in Waldburg ihre Kreistagskandidaten für die Kreistagswahl am 9. Juni vor. Die Termine in Wolfegg und Vogt folgen, heißt es in einer Ankündigung.

Kino in der Scheune zeigt „Roter Himmel“

WILHELMSDORF (sz) - Der Kulturverein Wilhelmsdorf, Zußdorfer Straße 47, präsentiert am Freitag, 17. Mai, um 20 Uhr den Spielfilm „Roter Himmel“ (D 2023), eine Tragikomödie von Christian Petzold. In einem abgelegenen Ferienhaus zwischen Wald und Ostsee treffen vier junge Menschen aufeinander. Es gibt das Glück und die Sehnsucht, aber auch Eifersucht, Empfindlichkeiten, Spannungen. Und die Waldbrände, die in der Gegend wüten, kommen näher. Der Film ist empfohlen ab 14 Jahren, der Eintritt kostet fünf Euro, ermäßigt drei Euro.

Vortrag über Honig- und Wildbienen

WILHELMSDORF (sz) - Die Bienenswelten Pfrunger-Burgweiler Ried laden für Freitag, 17. Mai, um 18 Uhr zum Vortrag „Honigbienen – Fluch oder Segen für die Wildbienen?“ ins Naturschutzzentrum Wilhelmsdorf (Vortragsraum), Riedstraße 3-5, ein. Referent ist Manfred Kraft, Obmann für Bienenweiden im Landesverbandes Badischer Imker. Um Anmeldung per Mail an aormue@gmail.com wird gebeten.

Zwei Pianisten bieten ein Wunschkonzert

BAIENFURT (sz) - Die Pianisten Bastian Pusch und Andreas Speckmann „tasten“ sich am Freitag, 17. Mai, ab 20.15 Uhr beim Open Air im Hoftheater Baienfurt auf ihren Keyboards im Duett und Duell notenlos durch den Abend. Denn die Musiker geben die „Living Jukebox“ und präsentieren ein Wunschkonzert. Tickets gibt es im Vorverkauf für 24 Euro, ermäßigt 21,25 Euro inklusive Vorverkaufsgebühr. An der Abendkasse kostet der Eintritt 25 Euro, ermäßigt 22,50 Euro. Eintrittskarten zu den Vorstellungen gibt es per Mail an ticket@hoftheater.org oder unter www.hoftheater.org.

Auf dem Planetenweg und in der Sternwarte

WALDBURG (sz) - Am Freitag, 17. Mai, findet um 19 Uhr eine Führung entlang des Waldburger Planetenwegs statt. Treffpunkt ist die Sternwarte Waldburg. Im Anschluss können Besucher die Sternwarte und ihre Instrumente kennenlernen. Bei gutem Wetter ist eine Beobachtung des Mondes geplant. Weitere Infos unter www.sternwarte-waldburg.de.

Maimarkt mit Flohmarkt am Dornahof Altshausen

ALTSHAUSEN (sz) - Der Dornahof Altshausen veranstaltet am Samstag, 18. Mai, seinen Maimarkt mit Blümlenmarkt und Flohmarkt. Besucherinnen und Besucher können von 10 bis 16 Uhr auf dem Gelände der Gärtnerei und des Hofladens ihre Einkaufskörbe an Flohmarktständen und Pflanzentischen füllen.

ANZEIGE

Mittagstisch
Ihre Gaststätten im Schussental

RAVENSBURG			
Restaurant Sennerbad Am Sennerbad 22-24 0751 31848	Menü I	Schweinerahmschnitzel, Spätzle, Salat	12,50 €
	Menü II	Spargelragout, Farfalle (vegetarisch)	10,90 €
Abholung auf Anfrage gerne möglich!			
Café Bezner Holbeinstrasse 32 0751 35907929 Mittagstisch 12-13.15 Uhr	Menü I	Paniertes Schnitzel, Spätzle, Salat	9,50 €
	Menü II	Polentabrätling, Kartoffelbrei, Salat	7,50 €
		Kinder- und Seniorenteller	5,00 €
Zu jedem Gericht gibt es eine Suppe und ein Dessert. Große Auswahl an Kuchen und Backwaren.			
RIGG'S Burger & Grill Gottlieb-Daimler-Str. 2 0751 270888000	Menü I	Mittagsburger mit Pommes	8,90 €
	Menü II	Mozzarella-Pinsa mit grünem Spargel	11,90 €
	Menü III	Bunter Salat mit Calamari-Ringen & Dip	10,90 €
WEINGARTEN			
Bäckerei Hausmann Hoyerstr. 10 0751 5573523	Menü I	Salatteller Tomaten-Mozzarella oder Thunfisch	9,20 €
	Menü II	Fruchtiges Putencurry mit Reis und Salat	11,50 €
Stiftung KBZO Sauterleutestraße 15 u. Stefan-Rahl-Strasse 10 0751 4007-370	Menü I	Nudel-Reis mit Tomate und Basilikum, Tomatengemüse, Salat, Karottenkuchen	7,50 €
	Menü II	Weißer Bohnen in Tomatensoße, Kartoffeln, Salat, Karottenkuchen	7,50 €
BAIENFURT			
Gasthof Bräuhäusle Weingarter Str. 28 0751 5683172	Menü I	Fleischspieß mit Paprikasoße und Pommes Frites	10,50 €
	Menü II	Schweinekrustenbraten mit Spätzle und Gemüse	10,50 €
Alle Gerichte mit Salat oder Suppe			
BAINDT			
Feneberg Baintd Fischerstraße 2 07502 5779870	Menü I	Jägersulasch mit Spätzle und Gemüse	6,90 €
Bäckerei Hausmann Marsweiler Straße 1 07502 9779651	Menü I	Salatteller Tomaten-Mozzarella oder Thunfisch	9,20 €
	Menü II	Fruchtiges Putencurry mit Reis	10,00 €
Angebot: pro Mittagmenü eine Tasse Kaffee oder Plunder gratis			
Pizzeria Da Michele Friesenhäusler Str. 20 07502 9129840	Täglich wechselnder Mittagstisch Pizza - Pasta - saisonale Gerichte Alle Infos online www.ristorante-damichela.de		
BERG			
Gasthof Hasen Bergstraße 26 0751 45180	Menü I	Fischfilet paniert mit Remouladensoße dazu Kartoffel- und grüner Salat	10,20 €
STAIG			
Der Schmalegger Beck Blitzenreuter Steige 13 07502 6798303	Menü I	Gebratene Aisa Nudeln mit Gemüse & Hähnchenfleisch	12,80 €
	Menü II	Überbackene Seelen aus dem Holzofen	

Info oder Neubuchungen
bei Frau König oder Frau Kuisle
Tel. 07524 9787-10
E-Mail: mittagstisch.ravensburg@schwaebische.de



16 Kandidaten der „Unabhängigen Bürger Vogt“

VOGT (sz) - Für die Gemeinderatswahl am 9. Juni haben die „Unabhängigen Bürger Vogt“ drei Kandidatinnen und 13 Kandidaten nominiert. Die Kandidatenvorstellung findet am Donnerstag, 16. Mai, um 20 Uhr im Gashaus Paradies in Vogt statt. Die Kandidatinnen und Kandidaten (von hinten links, Foto: Unabhängige Bürger Vogt), Alfred Dennenmoser, Florian Heine, Peter Sonntag, Eberhard Hymer, Margarita Greinacher, Marco Pezzetti, Matthias Ströbele, Ralph Buemann, Heike Vogler, Andreas Stein, Frank Kirchner, Julian Romer, Peter Geiger, Arnold Beyer, Anna Sonntag und Christian Uelk.