

Lichtenfels



Geflochtene Bänke



Unternehmerpaar



Stadtbauhof

Die Kreisstadt im Fußballfieber



CONCEPTLASER präsentiert

LICHTENFELSER FANMEILE

AB DEM 10.06.2016

MARKTPLATZ LICHTENFELS

BRILLANTE LED LEINWAND

ÜBERTRAGUNG DES ERÖFFNUNGSSPIELS
UND ALLER DEUTSCHEN SPIELE

Mit freundlicher Unterstützung:



Unsere Medienpartner:



ObermainTagblatt

Veranstalter:



Vorwort

Liebe Lichtenfelserinnen,
liebe Lichtenfelser,

seit 43 Jahren bin ich in Lichtenfels, davon 30 Jahre als Selbständiger. Vieles ist in dieser Zeit geschehen und einiges hat sich verändert. Grundsätzlich ist es doch so, dass es immer wieder der Mensch ist, der mit seinem Denken und Verhalten verändernd und gestaltend wirken kann. Aber Zukunft beginnt immer in der Gegenwart. Seiner Linie Treue zu bewahren und dennoch Innovation anzustreben, ist die Basis von Weiterentwicklung. Oft aber unterläuft der Fehler, sich im Erfolg auszuruhen - dann läuft man verlorener Zeit hinterher. Langfristiges Denken und wirtschaftliche Ethik sollten unser Rüstzeug bei unseren Vorhaben sein. Auch in Lichtenfels ist Aufschwung erkennbar und ich bin optimistisch für unsere Stadt und das Fachgeschäft. Ein Entweder-oder-Denken ist kaum förderlich, ein Sowohl-als-auch mag wohl die richtige Antwort sein. In den Vereinen, im Stadtrat und in Verbänden spürt man derweil den Mut, Neues für die Zukunft unserer kleinen fränkischen Stadt anzugehen. Wichtig ist nun unsere Offenheit dazu. Es ist Frühling, es ist Lichtenfels, ich bin optimistisch.

Ihr Roberto Bauer



Inhalt Themen und Rubriken



12
Hanns-Seidel-Stiftung



22
Friedrich Motorsport



32
Stadtmöblierung



28
Tiefenroth



28
Lichtenfelser Schützenfest

- 6** Fußball-EM 2016: Lichtenfelser Fanmeile
- 8** Unternehmensumzug: Wirth GmbH
- 10** Stadtbauhof Lichtenfels: Dienstleister mit Zukunft
- 12** Rund um die Kreisstadt: Hanns-Seidel-Stiftung in Kloster Banz
- 14** Sportstudio Highlight: Last-Minute-Strandfigur
- 16** Flugmedizin in Lichtenfels: Dr. Hartmut Gerding
- 18** Vereine stellen sich vor: Eisenbahnfreunde Lichtenfels e.V.

- 21** Gesundheitstipp: Gesundes Laufen
- 22** Unternehmensvorstellung: Friedrich Motorsport
- 24** Flechtkulturlauf: Die Lichtenfelser Ehrenzeichen
- 26** Lichtenfelser Schützenfest: Ein Ritt durchs Schützenjahr
- 28** Ortsteil: Tiefenroth
- 30** Neues aus Lichtenfels: Karibik am See der Veränderung
- 32** Stadtmöblierung: Der Sitz der Demokratie

30

Karibisches Eck



8

Wirth GmbH

10

Stadtbauhof Lichtenfels



Impressum Stadtmagazin Lichtenfels

Herausgeber:

Verantwortlich i.S.d.P.:

Redaktion:

Layout und Gestaltung:

Druck:

Stadtmarketing Lichtenfels e.V.

Steffen Hofmann

Markus Häggberg, Harald Neumann

creativmarketing, Lichtenfels

creo Druck & Medienservice GmbH

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck von Berichten und Fotos nur nach Genehmigung. Redaktion, Autoren und Verlag übernehmen keine Haftung für die Richtigkeit des Inhalts.

Citymanagement, Ringgasse 4, 96215 Lichtenfels, Tel. 095 71-9 4890 88
citymanagement@lichtenfels-city.info

Fußball-EM 2016: Unser Mar



Bildquelle: Ramona Popp/Fränkischer Tag

Bereit für die Lichtenfelser Fanmeile: Christian Hoh (Brauhaus Leikeim), Payam Daneschwar und Daniel Hund (Concept Laser), Erster Bürgermeister Andreas Hügerich, Citymanager Steffen Hofmann und Oliver Hofmann (Sparkasse Coburg - Lichtenfels)

Frankreich steht eine EM und Lichtenfels das Public Viewing bevor. „2000 Besucher sollten sich auf dem Marktplatz einfinden können“, schätzt ein hoffender Steffen Hofmann. Erneut ist der Citymanager, wie schon vor zwei Jahren, mit der Verwirklichung eines solchen Spektakels betraut. Aber vor das Spektakel hat die Wirklichkeit die Auflagen gesetzt. Impressionen zu dem, worauf sich Lichtenfels freuen darf.

Am 10. Juni ist es soweit. Der Gastgeber Frankreich wird sein Eröffnungsspiel bestreiten und spätestens jetzt sollte sich die dramatische Atmosphäre eines solchen Turniers über die „Fanmeile“ legen. Doch ohne Großleinwand hätten EM-Begeisterte dort keinen Grund zu sein. Von den 30 E-Mails, die Hofmann derzeit täglich aus seinem Büro versendet, würden sich 20 um die EM drehen. „Das mache ich jetzt schon ein paar

Wochen“, lässt Hofmann wissen. „Definitiv dreistellig“ wird am Ende die Summe an Kontaktaufnahmen ausfallen. Ein Kontakt führt hinüber in die Schney, hinüber zu dem Unternehmen Concept Laser. Das wird als Hauptsponsor in Erscheinung treten. Weil man sich mit der Stadt und dem Landkreis „identifizieren“, wie es vom Geschäftsführer Frank Herzog zu hören ist. Concept Laser will die Gelegenheit nutzen, die eigene Be-



ktplatz live dabei

kanntheit vor Publikum zu streuen und sich als wachsendes Unternehmen möglichen künftigen Mitarbeitern und Nachwuchskräften zu präsentieren.

12,5 Kilogramm wiegt ein Modul. Eines von 28. Es ist nicht einfach nur eine Leinwand, die da von Bühnenbauer und in Unterstützung durch den städtischen Bauhof in der Rundbogenbühne aufgehängt werden soll, es sind 350 Kilogramm insgesamt, erklärbar durch LED-

Technik. Mehr als 11 qm Sichtfläche, ein schärferes Bild als je ermöglichend. „Das macht heuer den finanziellen Aufwand größer“, sagt Hofmann mit Blick auf weitere Sponsoren wie die Sparkasse Coburg-Lichtenfels oder Leikeim. Und anderen. Oberhalb seines Büros in der Ringgasse steht Hofmann vor einer Tafel und streicht durch. Einen Punkt von 14 auf der Liste. Aber: „Die ist definitiv nicht vollständig“, befindet er. Wie sieht das mit Lizenz und UEFA aus? Wie

mit dem Sicherheitskonzept? Und wie mit den Schankgenehmigungen? Oder all den Versicherungsfragen? Auch Partnerschaften mit Medienhäusern wie Radio Eins oder dem Obermain Tagblatt müssen auf den Weg gebracht werden.

Ein Finanzierungsmodell für die Leinwand besteht im Verkauf von Werbefläche auf der LED-Leinwand. Dazu müssen Annoncen eingeholt und Vereinbarungen getroffen werden. Es galt aber auch eine Absprache dafür zu finden, dass Lichtenfels zumindest in diesem Umfang keine vergleichbare Konkurrenzveranstaltung erhält. Bei all den Investitionen soll Lichtenfels mit diesem Public-Viewing-Angebot auf dem Marktplatz schon so etwas wie die Fußball-Hauptstadt im Landkreis sein. Vier Wochen lang wird die Leinwand hängen bleiben, im besten Fall bis zu einem Endspiel mit Beteiligung von Müller, Schweinsteiger oder Podolski. Alle Gruppenspiele der DFB-Auswahl und jedes weitere mit ihr ist garantiert. Mehr noch: Zum Auftakt des Ausnahmezustands auf dem Marktplatz wird zudem am 12. Juni vor dem ersten Gruppenspiel der deutschen Nationalelf der WM-Film „Die Mannschaft“ gezeigt.

Übertragungen der Vorrunde:

Freitag, 10.06.

- 19:30 Uhr: Übertragung der Eröffnungsfeier
- 21:00 Uhr: Eröffnungsspiel: Frankreich – Rumänien

Sonntag, 12.06.

- 18:00 Uhr: Filmvorführung: WM-Film „Die Mannschaft“
- 21:00 Uhr: Deutschland – Ukraine

Donnerstag, 16.06., 21:00 Uhr: Deutschland – Polen

Dienstag, 21.06., 18:00 Uhr: Nordirland – Deutschland

Bewirtung jeweils 2 Stunden vor Spielbeginn

Hinweis:

Das Mitbringen von Speisen und Getränken aller Art, Musikinstrumenten, Pyrotechnik, Sprühdosen, etc. ist auf dem Gelände nicht erlaubt.



Der passgenaue Adresswechsel

Eigentlich ist die Wirth GmbH ein Orthopädie-Vollanbieter und Sanitäts-haus. Mit ihrem Firmenumzug könnte sie aber auch ein Lehrbeispiel für logistische Cleverness geliefert haben. Und für innerbetrieblichen Zusammenhalt.

In gewisser Weise stellt ein Umzug eine Auszeit oder Unterbrechung dar. Zumindest aber eine Abkehr vom Üblichen. Bei einem Haus wie der Wirth GmbH würde die Abkehr vom Üblichen aber eine Vernachlässigung von Menschen bedeuten, die dringend auf Hilfe und Erleichterung angewiesen sind. Genau das trieb auch Viola und Karlheinz Wirth um. Doch das geschäftsführende Ehepaar kannte auch die Zwangslage, wonach die seit 1982 etablierten Räumlichkeiten im Pabstweg wegen Sortimentserweiterung zu eng geworden waren. Und auch weil die Belegschaft - über die Jahre sich verneunfachend - auf 35 Mitarbeiter anwuchs. Doch am Rande der Stadt, dort wo einst das AWG-Mode-Center nahe des Kauflandes seine Türen öffnete, standen 1700 qm frei. Jetzt also bestand endlich die Gelegenheit zu neun statt vier Beratungszimmern, zur neuen Prothesenteststrecke, zu lichtdurchfluteten Geschäftsräumen, den neuen die Diskretion wahren Kabi-

nen, der Nachbarschaft von Gipsraum und Werkstatt oder Optimierung des Bereichs, in dem die Beschaffenheit eines Fußes, von einer sensorischen gläsernen Trittlfläche aus, vom Scanner erfasst und als Datenpaket an den Computer geschickt wird. Hightech.

Januar 2016, heiße Phase. Eigentlich war das immer anders, eigentlich waren all die Januare bzw. Februare bei Wirth alles andere als heiße Phasen. „Da ist unsere ruhigste Zeit, da haben unserer Mitarbeiter immer ihre Überstunden abgefeiert.“ Und das betraf beinahe jeden zweiten Mitarbeiter. Doch jetzt: verhängte Urlaubssperre! Das klingt generalstabsmäßig streng, aber Karlheinz Wirth lächelt milde während seiner Schilderung. „Der Zeitrahmen war fix“, erklärt er die Unverhandelbarkeit einer einzuhaltenen Frist. Der Umzug sollte bald nach dem 20. Januar beginnen und der erste Arbeitstag auf den 8. Februar fallen. Rosenmontag also. Die Krux dabei war, dass die Produktion bzw. das Bearbeiten von beispielsweise orthopädischen Anfragen nicht zum Stillstand kommen durfte, geradeso, als würde ein Umzug lediglich ein aufwandloses unauffälliges Hinübergleiten bedeuten. „Vorplanung ist die halbe Miete“, weiß Karlheinz Wirth. Doch gerade



Viola und Karlheinz Wirth



Wirth: Immer ein Auge auf des Kunden Wohlergehen



Allein das Leistenlager zeigt schon die Vielfalt der Kompetenz



ihm sollte ein Ungeschick passieren. Man kennt das aus Filmen wie Ocean´s Eleven, Thomas Crown oder Topkapi: Ein Ziel soll effektiv aber nicht im Hauruckverfahren erreicht werden. Die Eleganz speist sich dabei aus dem gelingenden Ineinandergreifen einzelner Ideen innerhalb eines großen Plans. Dann als Zutat noch etwas Unvorhergesehenes, damit aus der Angelegenheit doch noch ein Thriller wird. Zurück zur Verwirklichung des Plans, der vorsah, dass die Werkstatt zuerst umzieht. Den Platz, den jede einzelne Maschinengrundfläche beansprucht, haben Wirth-Mitarbeiter ausgerechnet und darum an neuen Ort „mit Klebeband Zonen für Maschinen abgegrenzt“. Das sollte das Stellen und Einrichten erleichtern. Zudem waren Mitarbeiter angehalten, sich mit ihrem jeweiligen Arbeitsbereich in besonderem Maße zu beschäftigen, um für künftige innerbetriebliche Abläufe kurze Wege zu schaffen. Jedenfalls gingen die Maschinen, die jetzt nicht mehr in der alten Firma standen, auch darum voraus, um am alten Standort allerlei anfallenden Verpackungstätigkeiten Platz einzuräumen. Um nun den Überblick darüber zu behalten, wo Verpacktes zwischenzulagern ist, wurde auf eine Art Farbleitsystem zurückgegriffen. Damit der Dienst am Kunden in

der Zwischenzeit sichergestellt blieb, beließen Viola und Karlheinz Wirth am alten Standort Mitarbeiter, deren Aufgabe auch darin bestand, im Falle eines Falles „am Mann Maß nehmen zu können“. Zur Überbringung von Maßen, Verpacktem oder Werkstücken hinüber in die Robert-Koch-Straße, diente „eifrig eingerichteter Pendelverkehr“. Man lag gut in der Zeit, alles schien reibungslos zu gelingen. Doch dann trat die Tücke im Detail auf den Plan. Denn als Karlheinz Wirth mitbekam, dass es am neuen Standort ein kleines Problem an der Heizung gab, stieg er - der Steuerung entgegen - auf ein Gerüst. Und Absturz, Fußverletzung, Rollstuhl. Heute ist er wieder wohlauf und freut sich mit seiner Frau und den Mitarbeitern über das, was man gemeinsam erreicht hat. Auch darum, weil das spezialisiert Haus für Belange zwischen Orthopädie-Technik, Prothesen, Orthesen, Stützmidler, Bandagen, Kompressionsstrümpfe, Gehstützen, Brustprothetik, Rollatoren oder Reha-Betten an einem Rosenmontag die Arbeit in den neuen Räumen aufnahm. Vor 30 Jahren, als Wirth seinen ersten Arbeitstag im Haus hatte, war kein 8. Februar. Aber Rosenmontag war trotzdem. Er weiß es noch wie heute.

Robert-Koch-Straße 4
wirth-lichtenfels.de

Die Dienstleister mit Zukunft

Vor 25 Jahren gestaltete sich der Umzug des Städtischen Bauhofs von der Innenstadt hin zur jetzigen Adresse. Somit bildet der Tag der offenen Tür am kommenden 11. Juni auch einen Programmpunkt zum Jubiläum. Ein kleiner Abriss über Sinn und Zweck städtischer Bauhöfe und den Lichtenfelser im Besonderen.

Das Lexikon verrät: Ein Bauhof ist Lagerplatz für Baumaterial und -maschinen der Baubetriebe und Verwaltungen. Aber das ist nicht ausreichend zutreffend, denn beim Städtischen Bauhof in Lichtenfels steckt noch mehr dahinter, ist er doch auch Schlosserei, Schreinerei, Lackiererei oder Kfz-Werkstatt. Auch ist ein Bauhof Sammelstelle für Material und Gerätschaft, welche zur Grünpflege, Straßenerhaltung und -reinigung oder den Winterdienst aufbewahrt und abgestellt werden.

Eine Zahl, die überrascht: 184. So viele städtische Gebäude gibt es nämlich, für die Sorge getragen werden muss. Eine vielfältige Aufgabe, die etwas Hausmeisterliches hat und dem Bauhof zukommt. Spricht man mit Alois Neuhöfer, dem Betriebsleiter des Lichtenfelser Bauhofs, kann schon mal der Begriff vom „städtischen Dienstleister“ fallen. Kaum eine Aufgabe wie das Kümmern um besagte Gebäude verdichtet diesen Begriff treffender zum Bild des Dienstleisters. Auch sind es sechs Friedhöfe und 120 Hektar Wald, die von Mitarbeitern des Bauhofs umsorgt werden. Überhaupt kommt Neuhöfer glatt ein wenig ins Schwimmen, wenn er die Anzahl unterschiedlicher Berufsprofile aufzählen soll: „Straßenwärter, Gärtner, Maurer, Maler, Schreiner - wo sollen wir da anfangen?“ Vielleicht bei einer aktuellen Zahl. 76 Mitarbeiter, Verwaltung inklusive, leisten den Dienst am Lichtenfelser. Aber ihre Berufe sind Lehrberufe und somit ist der Lichtenfelser Bauhof auch reizvoller Ausbildungsbetrieb. Mit Zukunftsaussichten und Spezialisierungsmöglichkeiten für Azubis und berufliche Wege. Mehr dazu erfahren Besucher am 11. Juni beim Tag der offenen Tür.



Betriebsleiter Alois Neuhöfer und sein Stellvertreter Andreas Dirauf





TAG DES OFFENEN STADTBAUHOFS

25 Jahre in der Jahnstraße 21
am 11.06.2016
von 9.00 bis 16.00 Uhr

Der Stadtbauhof mit Salzlagerhalle, Holzlager, Gärtnerbauhof zum Anfassen und Mitmachen

Kostenloser Pendelverkehr
von 10.00 bis 15.00 Uhr
zwischen
Stadtbauhof, Jahnstraße
Salzlagerhalle, Krappenrother Straße
Holzlager, Wöhrdstraße
Gärtnerbauhof, Jahnstraße

Fahrzeug- und Geräteschau mit Maschinenvorführungen

geführte Rundgänge im Stadtbauhof
alle Werkstätten sind geöffnet

Essen und Trinken, Leckereien und Kaffee

Mitmach-Aktionen für Kinder und Erwachsene
z.B. Mülltonnenrallye, Sonnenblumenkerne pflanzen,
Schleifklotz sägen, Hüpfburg und vieles mehr





Hanns Seidel Stiftung

Michael Möslein: Leiter des
Bildungszentrums



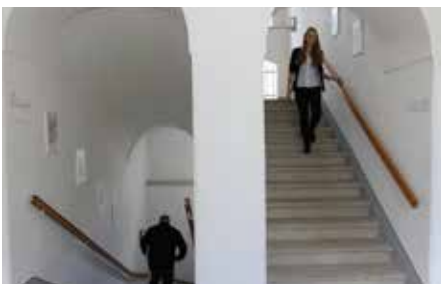
In Logis zur Bildung

Wo beginnen? Der Ort ist nämlich schwer zu fassen, vielleicht sogar verkannt. Denn jedem, der ihn auf CSU reduzieren würde, träte Michael Möslein wohl entschieden entgegen. Der Leiter des Bildungszentrums der Hanns-Seidel-Stiftung auf Kloster Banz spannt im Gespräch weite Bogen zwischen Geschichte und Auftrag, zwischen Kunst, Anekdotischem, Erlebtem, und Demokratie. All das 460 Meter über dem Meeresspiegel und über dem Maintal ruhend.

Ein Domestikengang führt hinauf in den nächsten Stock. Einer von wer weiß wie vielen. Die Trakte und Flügel sind von langen Gängen durchzogen, zu ihnen

führen wiederum Seitengänge und aus ihnen Abzweigungen. Das ist auf keinem Stockwerk anders und in den Gewölben des Kellers nicht weniger eindrucksvoll. Ob es ein Tagwerk bedeuten könnte, hier alles abzuschreiten? Irgendwann 1979 wurde der mächtige klösterliche Bau aus den Händen der „Gemeinschaft von den Heiligen Engeln“ übernommen. Unter drei gestellten Bedingungen dieser Gemeinschaft: Wohnrecht für die letzten Pater, die Erfüllung des Hauses mit Leben und den Erhalt der Immobilie. Ab hier beginnt die jüngste Geschichte des schönen Sandsteinkolosses aus dem 17. Jahrhundert.

150 Zimmer und eine Küche, die 400 Essen pro Mahlzeit auszugeben in der Lage ist. Konferenzen, Tagungen und Seminarbetrieb - das ist hier los, Tag um Tag und die Rezeption ist durchgängig besetzt. Denn im besten Falle ist es so, dass hier Bürgerinnen und Bürger aus allen sozialen Schichten und allen Berufs- und Altersgruppen den Stiftungszweck buchen. Der besteht darin, Zugang zu Information zu verschaffen. Information, die man in einer demokratischen Gesellschaft nachfragen darf und soll. „Wir haben hier Referenten aus Hochschulen, aus Wirtschaft, aus Kirche“, erklärt Möslein. Das Seminarangebot hält für dieses Jahr allein 15 Themenkomplexe vor, die in Gruppen ab 15 Teilnehmern in technisch gut ausgestatteten Seminarräumen profund beleuchtet werden können. Sie reichen von Außenpolitik bis Verbraucherschutz, von Wirtschaft bis zu den Herausforderungen der modernen Medien in der digitalen Gesellschaft, von Religion bis Kultur.





Hinter all dem steckt ein gesetzlicher Auftrag, ein zu erfüllender Stiftungszweck, verbunden mit einem Finanzierungsmodell, bei dem das Haus der Hanns-Seidel-Stiftung Bürgerinnen und Bürgern günstige Konditionen für Seminarteilnahmen ermöglichen kann. Ein Bildungswochenende inklusive Referent, Arbeitsmittel, zwei Übernachtungen und Vollpension ist für 80,- Euro erschwinglich. Aber: „Ein Haus dieser Größe ist allein durch Seminarangebote nicht finanzierbar“, rechnet Möslein vor. Darum finden hier auch Privatfeiern statt, darum auch Firmenkongresse, darum fließen auch Bundesmittel. Die Aufgeklärtheit des Bürgers in politischen Fragen als Teil der Demokratie ist Stiftung und Staat etwas wert. Aber man muss auch die hier sonderbare Mischform aus Komfort und Klosterstil zu schätzen wissen. Denn die Zimmer sind Klosterzellen und was hier an Komfort reduzierter wirkt, findet durch ein Schwimmbad, eine Kegelbahn, Freizeit- und Fernsehräume, Gaststuben und sogar einen Kindergarten im Bedarfsfall Ausgleich. Der Gast soll hier eben auch Kontemplation finden, heißt es dazu. Und immerhin ist das berühmte Zimmer 209 auch nicht viel luxuriöser, wenngleich auch größer und mit einer kleinen Bibliothek zur Zeitgeschichte versehen. Hier logierten schon die Kanzler Helmut Kohl oder Angela Merkel. Und natürlich auch der Ministerpräsident Franz Josef Strauß. Dabei fällt Möslein eine Anekdote ein, die nämlich, wonach Kohl, ein Hüne, nicht so recht ins Bett gepasst habe.

Kameraausrüstungen, Video- und Schneideräume, Dolmetscherkabinen - Hightech zwischen meterdicken Laibungen, auf allen Etagen, zwischen Gewölben und Gängen. Der Ort ist ein so weltlich wie geistlich geprägter, in jedem Flügel unter dem drei Hektar großen Dach mit Überraschendem aufwartend. So wie mit den Kammerkonzerten im Kaisersaal. 55 Mitarbeiter sorgen hier für Behagen. Und Ausbildungsbetrieb für Köche oder Hotelfachleute ist Kloster Banz auch. Aber ob ein Abschreiten aller Gänge ein Tagwerk wäre? Die genaue Kilometerzahl kennt hier niemand.

Der Kaisersaal:
Stätte für Kunst und Kultur



Zimmer 209: Hier logieren auch staatstragende Gäste





Der Weg zur Ihrer Last-Minute-Strandfigur

4 bewiesene Prinzipien, um Ihre Fettverbrennung zu beschleunigen.

Wussten Sie, dass traditionelle Crash-Diäten den Körper eher davon abhalten, seine persönliche Bestform zu erreichen?

Wieso versagen Crash-Diäten?

Weil sie das Wissen über die Zusammenhänge des Körpers sowie das Wissen über die Regulation des Körpergewichts und des Stoffwechsels nicht umsetzen.

Was passiert bei einer Crash-Diät?

1. Sie verlieren einen großen Anteil kostbarer Muskulatur.
 2. Sie verlieren viel Wasser.
 3. Sie verlieren wenig Fett.
 4. Sie zerstören Ihren Stoffwechsel.
 5. Sie nehmen nach der Diät schnell wieder zu, meist sogar über Ihr Ausgangsgewicht (Jo-Jo-Effekt) hinaus.
- Nach der Crash-Diät gefällt Ihnen Ihr Spiegelbild nicht, weil Sie mehr Muskulatur und damit mehr Körperform und Straffung als Fett verloren haben. Sie sind frustriert.

Sie brauchen eine bessere Strategie, eine, die Sie zu Ihrer persönlichen Bestform bringt.

Prinzip 1:

Stimmen Sie Ihre Ernährung und ihr Training auf einander ab.

Das ist der am häufigsten übersehene Bereich zum Thema Fettverlust. Die meisten Menschen beginnen mit einer Diät und eventuell irgendwann später mit dem Training. Oder umgekehrt. Einzig sinnvoll wäre beides gleichzeitig zu beginnen, da richtige Ernährung und

richtiges Training synergetisch wirken, d. h. sich gegenseitig potenzieren und damit wesentlich größere und vor allem nachhaltigere Abnehmerfolge zu erzielen sind.

Prinzip 2:

Maximieren Sie Ihre wichtigsten Fettverbrennungshormone (essen sie Pizza und Eis).

Längere starke Kalorieneinschränkungen, wie bei den meisten Crash-Diäten vorkommend, zerstören Ihren Stoffwechsel und senken die Menge Ihrer fettverbrennenden Hormone wie z.B. Leptin.

So Sie Ihre Kalorienaufnahme erhöhen, steigt der Leptin-Spiegel wieder an.

Schon ein Tag reicht aus, um den Leptin-Spiegel wieder auf sein Ausgangsniveau zu bringen.

An diesem Tag dürfen sie alles was Sie möchten essen (d. h. auch Pizza und Eis).

Strategisch richtig eingesetzt, kurbelt so ein Tag Ihren Fettstoffwechsel nachhaltig an.

Prinzip 3:

Moderater Muskelaufbau - Makeup von innen – Lernen Sie ihrem Körper auch im Alltag Fett zu verbrennen

Die Realität ist, dass 95% der Diäten einen großen Muskelverlust zur Folge haben.

Faktum ist: Sie werden niemals den Körper bekommen, den Sie sich vorstellen, wenn Sie Muskeln verlieren. Muskeln sind das Make-up von innen.

Schon 2-3x pro Woche je 45-60 Minuten Krafttraining, kombiniert mit Ausdauertraining, reichen aus.

Wichtig dabei ist natürlich eine, ihrem Ziel entsprechende, optimierte Ernährung.

Prinzip 4:

Stoppen sie den Muskelverlust (erhöhen Sie ihren Stoffwechsel und beugen Sie der Zerstörung ihres Stoffwechsels vor).

Muskelverlust bedeutet einen geringeren Stoffwechsel. Das stimmt aber auch umgekehrt. Je mehr Muskeln Sie haben, umso höher ist Ihr Stoffwechsel. 1 Kilo mehr Muskeln kurbeln Ihren Stoffwechsel um 75-100 Kalorien pro Tag an.

Je mehr Muskulatur Sie also haben, desto höher ist Ihr Stoffwechsel, d. h. auch in Ihrer Freizeit und selbst noch im Schlaf verbrauchen Sie mit mehr Muskulatur mehr Kalorien.

Fazit:

Die Kombination aus optimierter Ernährung, Krafttraining mit Ausdauertraining und strategisch geplantem Mehrkalorien-Tag, wird Ihren Stoffwechsel auf Touren bringen der Strandfigur näherbringen.



Mattias Michael

Bank- wechsel?

Wir kümmern uns um alles -
persönlich vor Ort!

Kostenloser
Wechselservice!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Profitieren Sie von unserem kostenlosen Wechselservice.
Damit Sie sich entspannt zurücklehnen können, kümmern wir
uns um alle Formalitäten, die ein Bankwechsel mit sich bringt.
Kommen Sie jetzt vorbei und informieren Sie sich vor Ort.
Unsere kompetenten Mitarbeiter unterstützen Sie gerne!

www.rv-bank-lif.de | 09571 7970

Raiffeisen-Volksbank
Lichtenfels-Itzgrund eG



Ein Arzt für Kapitäne



Vor einigen Jahren zog es den Entertainer Peter Krauss vor einem Auftritt durch die Lichtenfelder Straßen. In Höhe Farbgasse 2 blieb er stehen und stutzte: „Was ist denn Flugmedizin?“, sagte er an seine Begleiterin gerichtet. Ihm gab das Schild Rätsel auf, welches am Eingang der Praxis von Dr. Hartmut Gerding und Dr. Felix Utzmann hängt. Sportmedizin, Chirotherapie, Reisemedizin, Gelbfieberimpfstelle - alles erklärlich. Aber Flugmedizin? Und dann ausgerechnet an diesem Ort und nicht in Nähe eines großen Flughafens?

Hartmut Gerding schmunzelt. Er stammt aus Duisburg, ist rheinisch und hat Schalk. Ja, er musste auch schon Karrieren beenden. „Das nennt sich dann Grounden, erklärt er. Grounden - das ist so ziemlich die englische Übersetzung des deutschen Erdens. Jemanden vom Himmel holen, ihn erden. Die das dürfen, sind Seltenheiten. Auf bundesweit lediglich 400 schätzt Gerding die Anzahl der Ärzte, in dessen Hände sich Piloten begeben müssen. Dabei ist besonders auch die Rede von Flugkapitänen, die in 11.000 m Höhe für Aberhunderte von Passagieren verantwortlich sind. Solche Kapitäne fliegen nicht selten mit kleineren Maschinen nach Lichtenfels ein und begeben sich dann auf den zehn Minuten währenden Fußweg in die Farbgasse 2, hinauf in den ersten Stock. Es ist eine eigene Welt hier oben, besonders erdverbunden, wenn man so will. Denn jeder Raum scheint einem Kontinent gewidmet, überall finden sich schmückende typische Bezüge zu diesen Erdteilen. Das Wartezimmer ist Australien und ganz am Ende der Räumlichkeiten, dort wo verstärkt Rattan zur Einrichtung gehört, darf man sich sogar Polynesien



Ein Arzt mit Seltenheitswert:
Dr. Hartmut Gerding

denken. Aber für all diese Dinge haben die Berufs- oder Freizeitpiloten womöglich keinen Sinn, wenn ihre vorgeschriebene Untersuchung anstehen. Dann, wenn sich zeigt, ob sie einen Ishihara-Sehtest bestehen oder doch eine Farbschwäche haben. Eine solche würde für Berufspiloten mit Nacht- und Dämmerungsflügen das Aus bedeuten.

Gerding weiß, was Höhe einem Pilotenkörper abverlangt. 11 Kilometer über

dem Meeresspiegel unterliegt der Organismus in einem Cockpit veränderten Druckverhältnissen, ähnlich denen, wie sie auf dem Gipfel eines Zweitausenders zu finden wären. Außerdem dehnt sich Luft in Höhe aus und die kann in den Zähnen, den Stirnhöhlen, den Kieferhöhlen oder nach einer Augen-OP im Körper eingeschlossen worden sein. Mit dann denkbaren Folgen. Selbst ein Schnupfen verbietet das Fliegen und wem gar zwecks Blinddarms das

Bauchfell geöffnet wurde, der hat drei Monate lang die Hand vom Steuerknüppel zu lassen. In all diese Zusammenhänge muss er Einsichten haben und vor rund 25 Jahren, so Gerding, absolvierte er seine Ausbildung zum Fliegerarzt. Bei der Luftwaffe in Frankfurt a. Main, inklusive dem Sammeln von Cockpit-Erfahrung. Dabei war er einmal einen Piloten beobachtend und betreuend auf dem Luftweg nach Los Angeles. Langstreckenflug, so wie Jahre später der nach Hongkong und weitere. Feste Voraussetzung für eine Ausbildung ist aber, dass man Facharzt für Allgemeinmedizin oder Internist ist. Er selbst fliegt auch. „Als ich eine Untersuchungsstelle beantragte, musste ich beim Luftfahrtbundesamt eine Flugerlaubnis vorlegen“, so der 63-Jährige, der als Mediziner über eine interessante Vita verfügt. In den Slums von Manila hat er praktiziert, in Afrika ebenfalls und auch für „Ärzte für die Dritte Welt“. Von ihm unbereist blieb kein Kontinent und seine Doktorarbeit befasst sich auf 250 Seiten mit der Medizin in Samoa seit Beginn der Kolonialzeit.

Für Kunstflieger, Freizeitflieger, Flugkapitäne, Bordpersonal und Hubschrauberpiloten ist die Praxis in Lichtenfels eine von deutschlandweit nur 400 medizinischen Anlaufstellen. Und an der lässt sich mitunter was erleben. „Ich habe manchmal Leute an der Rezeption, die heulen.“ Eine Erklärung hat Gerding dafür auch: Wenn ihnen beispielsweise das Ende einer Karriere droht, dann ist das „für die Berufspiloten teilweise Prestigeverlust, mal abgesehen vom Einkommensverlust. Und als Prestigeverlust empfinden manchmal sogar Privatpiloten das Grounden“. Aber schmunzeln müsse er schon auch, wenn er an Anekdotisches denke. „Man muss bei Piloten mehr aufpassen als bei Patienten. In den Selbstauskunftsbögen mogeln sie manchmal.“ Einen Standortnachteil hat Lichtenfels für einen Flugmediziner nach Gerdings Worten definitiv nicht. „Lichtenfels hat ja einen Verkehrslandeplatz und der liegt doch zentral zwischen Nürnberg und Frankfurt oder Leipzig.“



Farbgasse 2
fliegerarzt-gerding.de

Bei den Kopisten der Wirklichkeit

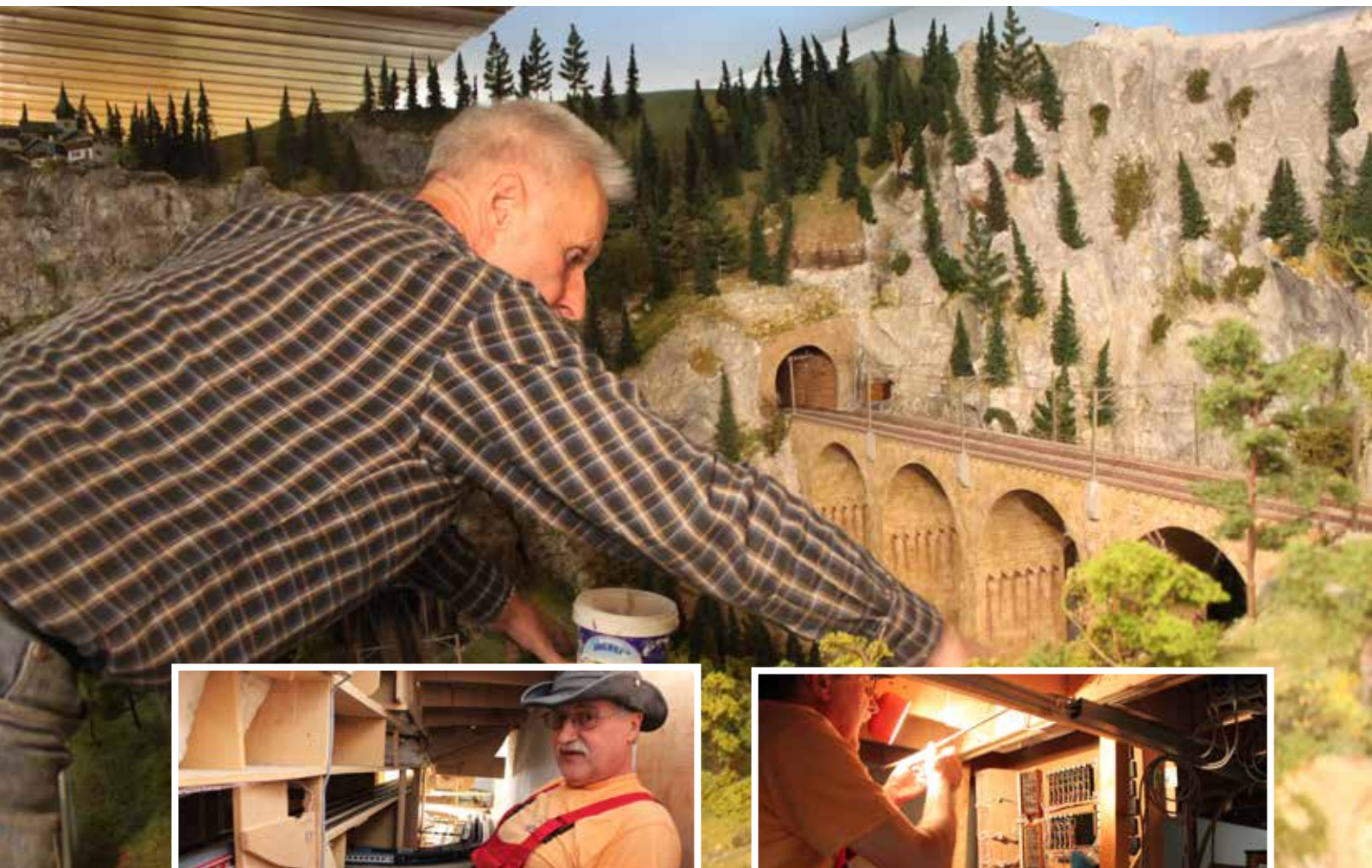
„Spionage ist wichtig!“, sagt ein älterer Herr mit verschmitztem Gesichtsausdruck. Solche Ausdrücke gibt es hier im alten Stellwerk nahe den Gleisen einige. Aber was der Mann meint, wird klar, wenn Vorstand Werner Keidel davon erzählt, dass ein Vereinsmitglied demnächst zwar beruflich in einer fremden Stadt zu tun haben werde, er von dort aber auch noch eine Tonaufnahme einer typischen Bahnhofsdurchsage mitzubringen habe. Damit es beim Abspielen an der heimischen Anlage authentisch klingt. Die Eisenbahnfreunde Lichtenfels (e.V.) überlassen nichts dem Zufall, arbeiten ausgeklügelt und wollen doch nur eines: den größtmöglichen Augenschmaus.

Das Vereinsheim ist architektonisch schön, 1935 erbaut, ein Lichtenfelser

Wahrzeichen. Punktum. Und oben, im zweiten Stock des noch bis 1982 in Betrieb geführten Stellwerks, wartet heute von Zeit zu Zeit sogar ein charmanter Cafébetrieb auf Besucher und Gäste. Unter ihnen sind kilometerweise Gleise verbaut, oberhalb ihrer Köpfe fahren Züge auf durchsichtigen Kunststoffböden an den Wänden entlang. Hier, auf Höhe der wenige Meter entfernten Fahrleitungen, herrscht Rundumsicht von Kloster Banz über Staffelberg bis Lichtenfels-Ost. Nein, sagt Werner Keidel auf die Frage, ob in diesem Verein alle Mitglieder Eisenbahner seien. „Wir haben einen Schornsteinfegermeister, Maschinenbauer, einen Elektro-Ingenieur“, erklärt der Vorstand einen Querschnitt. Zu diesem gehört auch ein Student wie Fabian Wirth. Der junge Mann leitet die Jugend im Verein an und fühlt

sich dem Landschaftsbau nahe. Was hier an Landschaften und Felsmassiven modelliert wird, was an Ortschaften, Badeseen, Flusslandschaften oder Industrie in Miniaturformat erschaffen wurde, ist die perfekte Kopie von Wirklichkeit. Auch die Zahlen sind außergewöhnlich: Allein in die Landschaft der Schweiz wurden über 500 Meter Gleis verbaut und es dürften wohl über 10000 handbemalte Figuren sein, welche die beiden großen Anlagen beseelt bevölkern. Dabei haben die Miniaturfreunde so manchen Witz ins Geschehen verbaut. Zum Beispiel dort, wo der kleine Junge einer Badenixe den Bikini stibitzt.

Doch was der Besucher nicht sieht, sind die Schattenbahnhöfe unter und hinter den Anlagen. Hier parken die Züge ein



Untergrundarbeiten auf engstem Raum



Lichtenfelser Vereine stellen sich vor

und hier fahren sie entlang, um einem darüber liegenden Signal folgend wieder zum Vorschein zu kommen. Es ist ein Reich voller Kabel und Platinen, voller Holzgestelle, Gleise, Schalter und elektronischer Herausforderungen. Es ist das Reich eines Hans-Heinz Wohlrath, eines Tüftlers und Knoblers, eines Jemand, der oberhalb einer perfekten Winterlandschaft dazu beitrug, einen Nachthimmel zu schaffen, aus dem einzelne Sternbilder aufleuchtbar sind. Mal abgesehen von dem ohrenbetäubenden Gewitter über den Matten samt Blitzen oder dem aufsteigendem Rauch, der beim Verhütten aus dem Stahlwerk aufsteigt. Wohlrath verbindet das alles hier mit „Kindheit und Kindheit mit Spiel“. Bei diesem Satz lachen seine Augen und so wie er, haben auch all die anderen Mitglieder nichts

dagegen, wenn man ihnen sagte, dass sie doch bestimmt nur spielen wollen. 14 Jahre alt ist das jüngste Mitglied, 78 das älteste. 27 gibt es insgesamt, Jugendgruppe inbegriffen. Die erschuf einmal für das Bayerische Rote Kreuz eine metergroße maßstabgetreue Simulationsstrecke, auf der alle erdenklichen Szenarien für das korrekter Verhalten bei Katastrophen und Unfällen zu Lehrzwecken durchgespielt werden können.

Modellbau, Gleisbau, Elektronik, Kulissen- und Landschaftsbau - alles hier trägt zur Illusion bei. Eine Illusion, die gerne auch hergezeigt wird, auf die man stolz ist. Erst recht, wenn man erfährt, dass es beispielsweise einen Menschen gibt, der diesen Ort von Zeit zu Zeit aufsucht, um den origingetreuen Bahnhof

seines Heimatortes maßstabgerecht zu betrachten. Damit dies alles hier geformt oder erhalten werden kann, sind viele ehrenamtliche Stunden vonnöten. So trifft man sich jeden Freitagabend im Stellwerk, bleibt drei, vier Stunden lang und tüftelt, lernt, lacht und pflegt Gemeinschaft. Derweil vielleicht in diesem Moment ein Zug mit Mini-Kamera prüfend die Gleise abfährt.

eisenbahnfreundelichtenfels.de



Tüftler am Werk

Unsere aktuellen Öffnungszeiten: Immer – Überall.



Online-Banking



VR-Banking App



19.600
Geldautomaten



Sicher online
bezahlen



Persönliche
Beratung vor Ort

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wir sind für Sie da – wann, wo und wie Sie wollen.
Profitieren Sie von unserem Service per Telefon,
Online-Banking, über unsere VR-Banking App
oder direkt in Ihrer Filiale.

www.rv-bank-lif.de | 09571 7970

**Raiffeisen-Volksbank
Lichtenfels-Itzgrund eG**



Gesundheitstipps für den Herzenssport



Mediziner und Läufer: Dr. med. F.-W. Müller

Laufen fasziniert. Am Obermain gleichgar, hat sich hier doch mit dem Flecht-kulturlauf ein Zentrum für Laufbegei-sterung herausgebildet. Gelegenheit also, einen Mediziner zu Wort kommen zu lassen, der sich mit dem Laufen auf besondere Weise auskennt. Eine Botschaft vom Freizeitläufer, Sportme-diziner und Fußchirurgen Dr. Friedrich-Wilhelm Müller (Klinikum Lichtenfels).

Die Zahl der Läufer steigt stetig (man schätzt, dass mittlerweile zirka 10 Mio. Menschen regelmäßig laufen gehen) und 80 % der Überlastungsbeschwer-den innerhalb eines Jahres auftreten. Unangenehme Schmerzen führen dann oft zu einem Abbruch der sportlichen Belastung und nehmen dem Läufer die Lust daran, den Sport regelmäßig aus-zuführen. Und ganz gleich auch, wie ambitioniert man sich diesem gesun-den Sport nähert, immer gibt es da die-

ses Zusammenspiel zwischen der rich-tigen Ausrüstung und Vorbereitung, der Ernährung und Erholung. Und: Laufen ist auch Herzenssache. Am Puls und an der richtigen Herzfrequenz ist viel ge-le-gen. Wertvolle Tipps für Anfänger und Fortgeschrittene.

Der passende Einstieg

Ordentliche Laufschuhe sind ein Muss. Gewicht oder Fußbeschaffenheit spie-len eine Rolle und machen eine Lauf-schuhberatung mehr als sinnvoll. Das ewige Leben hat ein Laufschuh auch nicht, denn nach 600 Kilometern ist neues Schuhwerk angeraten. Jetzt kommt der Gesundheitscheck ins Spiel. Wer älter als 40 Jahre ist, Übergewicht oder eine andere Krankheit hat, sollte vor dem Trainingsstart einen Arzt aufsu-chen.

Der Lauf beginnt

Gönnen Sie sich zu Trainingsbeginn gelegentliche Laufpausen, reduzieren sie diese nach und nach und finden Sie ein eigenes Wohlfühltempo heraus. Bei Übergewicht hingegen ist das Walken das richtige Tempo. Denn das Schonen der Gelenke hat immer Vorrang. Unbe-dingt beachten: Bei Schmerz das Lau-fen einstellen und evtl. Rücksprache mit dem Arzt halten.

Die erfolgreiche Erholung

Beenden Sie das Training mit einem Auslaufen auf weichem Untergrund und dehnen Sie sich. Greifen Sie nun auch zur besten Möglichkeit, Flüssigkeitsver-lust aufzufangen: Mineralwasser und Saftschorlen. Tun Sie sich nach einem Training auch einen Gefallen in Form eines freien Tages, einer ausgedehnten Ruhephase.

Das rechte Maß

Unterforderung bleibt ohne Effekt. Über-forderung hingegen schadet nur. Was bei der richtigen Einschätzung helfen kann, sind Pulskontrollen. Doch wie er-mittelt sich die maximale Herzfrequenz-zone? Dafür gibt es eine Faustregel: 220 minus Lebensalter bei Männern, 226 minus Lebensalter bei Frauen. In-nerhalb dieser Zone sollte ein Anfänger nur 50 oder 60 % abrufen. Doch wer beispielsweise Fett verbrennen möch-te, der sollte sich zwischen 60 und 70 % der maximalen Herzfrequenz bewe-gen. So wird die Verbrennung forciert und das Herz-Kreislaufsystem gestärkt. Von Vorbereitung und Ernährung Steht ein Wettkampf bevor, gewinnt die richtige Ernährung mehr und mehr an Bedeutung. Neben gesunder und aus-gewogener Ernährung an sich, gilt es auch, die Kohlehydratspeicher zu fül-len. Großartige Energiespender wären Nudeln, Kartoffeln oder Vollkornbrot mit Käse. Wichtig auch: Kein Wett-kampf ohne Frühstück! Einzunehmen ist es bestenfalls drei Stunden vor Lauf-beginn, dann aber sollte es kein schwer im Magen liegendes Frühstück sein. Haferflocken, Banane oder Toast mit Marmelade sind zu empfehlen. So wie die kleinen Mengen an Mineralwasser kurz vor dem Start nebst der reifen Ba-nane oder, alternativ, ein guter Energie-riegel.

Nach dem Zieleinlauf

Nun aber schnell! Geben Sie Ihrem Kör-per, wonach er verlangt und durch was er regenerieren kann: Flüssigkeit, Koh-lehydrate, Eiweiß.



Das Stimmen der Optik

Im Grunde geht es um das, was jedem Menschen zusteht: Individualität. So viel steht gleich zu Beginn eines Gesprächs fest, das seine philosophischen Momente hatte. Dirk Friedrich und seine Frau Carola haben es mit einer schönen Sache zu tun, die in den Augen mancher Menschen überflüssig ist. Aber sind schöne Dinge überflüssig? „Es geht um Auspuffanlagen“, erklärt Dirk Friedrich in Kurzform Sinn und Zweck von Motorsport Friedrich. Oder anders gesagt: In Lichtenfels-West steht auf 1500 qm ein Komplex, auf dem es einzig darum geht, einem Auto einen sportlicheren Klang zu geben. Nun könnte man fragen: Wer braucht denn sowas? Wäre die Frage absolut zulässig, müsste man auch die neue Küche, den größeren Fernseher, die schönere Schrankwand, die Fernreise,

eine neue Frisur, besonders gute Weine oder den beruflichen Aufstieg infrage stellen. Denn was braucht der Mensch schon wirklich? Ungefähr so sieht das Dirk Friedrich. Und wenn es anders wäre, „würde die Industrie zusammenbrechen“.

Fünf. Eine trockene Antwort, ausgesprochen nach reiflicher Überlegung. Nur so wenige Mitbewerber habe das Unternehmen in ganz Deutschland. Seit 2006 konzentrierte man sich auf ein Kerngeschäft, das Entwicklung, Herstellung und Vertrieb von sportlichen Abgassystemen bedeutet. Das verleiht Autos eine angemessene Lautstärke oder andersrum: sportliche Optik und sportlicher Sound finden zueinander, über das Maß von dem hinaus, was im Fahrzeugschein steht. Einen prak-

tischen Mehrwert habe das auch und der läge beim Einbau von Sportauspuffen bei einer Leistungssteigerung von bis zu zehn PS. „Der Motor kann freier durchatmen“, erklärt der gelernte Bürokaufmann. Aber der ist auch gelernter Motorenbauer.

Rückblende: Mit 22 Jahren habe er den Entschluss zur Selbständigkeit gefasst, damals 1989. Angst vor diesem Schritt habe er nicht gehabt, vielmehr Einsicht dafür, dass, „wenn man doch weiß, dass man was ändern muss“, ein Wandel nur vernünftig ist. Insofern, sagt Friedrich, sei er im Wesen wohl ein Unternehmer. Mit seiner Fertigkeit, die er, wie bei Anfängen üblich, erst noch im Keller und in der Garage anbieten konnte, überzeugte er als ersten Kunden einen Autoclub. Einen besseren



Multiplikator für Werbung kann man wohl kaum finden. Aus dem Kommen- den erwuchs am Standort Lichtenfels ein Ausbildungsbetrieb mit heute 18 Mitarbeitern. Und es gibt noch einen zweiten Standort in Aue.

Vor der Firma steht ein gelb-schwarzer Ferrari. Das sei die Ur-Farbe von Ferrari gewesen, heißt es. Aber im Falle des

anlagen auszustatten er in der Lage ist. Auf 14 Tage käme die Dauer einer Modellneuentwicklung, gefertigt aus Stahl und Edelstahl. Doch erst wenn am Markt klar wäre, dass einer Serienproduktion Erfolg beschieden ist, begänne man mit der Produktion. Dazu gelte es, den Markt zu beobachten und Kontakt zu den Wiederverkäufern zu pflegen. Doch auch Einzelpersonen können ihre

Tage komme dabei die Entwicklungs- dauer. Anregungen dazu erhalte er auf zwei Messen im Jahr und durch das regelmäßige aufmerksame Lesen von Fachzeitingen. Bevorzugt in der Bade- wanne. Eines dieser Magazine habe unlängst publiziert, dass Motorsport Friedrich das drittbekannteste Unterneh- men seiner Art sei. Weltweit.



49-Jährigen ist sie Ausweis der Vereh- rung für den Fußball-Verein BVB Boru- sia Dortmund. Er mag schöne Dinge und es wäre merkwürdig, so fügt er an, wenn er Individualität zu verkaufen suchte, ohne selbst aber auf diesem Feld danach zu suchen. Friedrich lebt Motorsport und Begeisterung für Autos. Also Testfrage: Ob er wohl Autos am Auspuffklang zu erkennen in der Lage wäre? Bis vor wenigen Jahren, so die lä- chelnde Antwort, sei dem so gewesen. Dann aber hätte die Modellvielfalt über- hand genommen. Aber immerhin wisse er sehr gut zu den 8000 Pkw-Modellen Bescheid, die mit sportlicheren Auspuff-

Autos hier akustisch aufpeppen lassen. Dann eine Überraschung: ein Konst- ruktionsbüro gibt es in diesem Gebäu- de aus Werkstatt, Industriemaschinen, Schweißereiabteilung oder Lager nicht. In seinem Kopf würden die Entwicklungen entstehen, am PC überprüft und von seinen Mitarbeitern umgesetzt. So zwei bis sechs pro Monat. Aber die müssen passgenau auf das jeweilige Pkw-Modell, sein Chassis, seine Motorleistung und den Katalysator abgestimmt werden. Außerdem steht Friedrich in der Gewährleistungspflicht und TÜV-Aufla- gen müssen für den deutschen Markt auch berücksichtigt werden. Auf 14

Dirk Friedrich wirkt wie ein Selfmade- Mann, einer, der es aus der Abhängig- keit von der Meinung anderer Leute über ihn geschafft hat. „Schön, dumpf und kraftvoll, aber nicht blechern“ hät- ten Auspuffsysteme aus seinem Haus zu klingen. Seit Jahren wachse das Un- ternehmen und egal wie sehr noch, der Standort bliebe Lichtenfels. Dafür ar- beitet er gerne, weil es „Spaß macht“. Eigentlich ist der BVB ja ein Malocher- Klub, wird ausgangs der Begegnung noch bemerkt. „Ich bin doch Arbeiter“, entgegnet Friedrich hierauf lächelnd.

Bamberger Straße 129
friedrich-motorsport.de



Die Lichtenfelser Ehrenzeichen



Dem Sieger die Trophäe, dem Teilnehmer die Medaille. So wird es laufen, am 18. Juni. Das mit den Trophäen ist Tradition, das mit den Medaillen neu. Der Flechtkulturlauf wird zumindest viele Gewinner kennen. Der Vorrat reicht für 800.

Barbara Crettaz spricht von Trophäe, denn einen Pokal stellen die von ihr geschaffenen Siegeszeichen nicht dar. Dabei liegt die Lichtenfelser Künstlerin sprachlich betrachtet absolut richtig, denn der aus dem griechischen Wort „Tropajon“ erwachsene Begriff steht für Siegeszeichen. Alle zwei Jahre verändert Barbara Crettaz das Design der von ihr geschaffenen Siegerpreise. Und auch wenn der Flechtkulturlauf erst im Juni stattfinden wird, so entstanden die ersten Skizzen schon im vergangenen Winter. „Wie sieht der Parcours aus? Wie der Sportler? Wie lässt sich das konkret und doch abstrakt darstellen? Fragen wie diese führten „jedes Mal zu einem künstlerischen Neuanfang“, versichert die Plastikerin. Neben ihren Plastiken wird es in diesem Jahr aber auch erstmalig Medaillen zum Flechtkulturlauf geben. Mit Hintersinn.

„Die Idee bestand schon seit Jahren bei mir“, so Jürgen Steinmetz, der als Vater

des Flechtkulturlaufs bezeichnet werden könnte. Der Entwurf, der dem Stadtmagazin zu den Medaillen vorliegt, zeigt in Silberglanz die Silhouette des Marktplatzes, der mit Läufern und Publikum gefüllt ist. Ungefähr zu der Zeit, da Barbara Crettaz ihre ersten Skizzen zum Relaunch der Trophäen anfertigte, sei auch bei einer Besprechung zwischen Bürgermeister Andreas Hügerich, Citymanager Steffen Hofmann und dem Vorsitzenden des den Lauf ausrichtenden ASC-Burgberg, Jürgen Steinmetz, das Medaillenthema aufs Tapet gekommen. Zwar sei bald ein günstiger Anbieter gefunden worden, doch der habe in China zu produzieren beabsichtigt. Ein deutscher Hersteller sollte gefunden werden. Nun aber, nach erfolgreicher Umsetzung, gibt es Erfahrungswerte. Beispielsweise den, dass die Vorlaufzeit für so eine Medaille acht Wochen nach Vorlage des Prägemotivs betragen kann. Für den nun kommenden Lauf wurden 800 Medaillen geordert. Die sollen, verstärkt den sportlichen Aspekt des Flechtkulturlaufs unterstreichend, beispielsweise die bislang auch an alle vergebenen Erinnerungstassen ersetzen.

Doch im Farbenspiel zu dieser Neuerung steckt auch ein Signal. Das nämlich, wo-

nach eine Steigerung beim Lauf und eine Wiederkehr nach Lichtenfels gleichfalls mit einer Steigerung belohnt wird. Wer nämlich die 5-Kilometer-Strecke als Läufer oder Walker angeht, wird eine bronzenene Medaille erhalten. Silber hingegen wird es für ihn dann geben, so er auf die 10-Kilometer-Strecke umsteigt. Für die Bewältigung der 21 Kilometer, der Königsdisziplin also, erhält jeder Teilnehmer Gold. „Damit werden alle Teilnehmer für Ihre Leistung belohnt und es wird eine Motivation aufgebaut, vielleicht im nächsten Jahr auf eine längere Strecke zu gehen“, führt Steinmetz aus. Somit ist klar: Es wird auch im nächsten Jahr wieder Medaillen geben.

Kundenbindung, würde man im Marketing zu der Neuerung beim Flechtkulturlauf sagen. Aber eine mit Gleichbehandlung von Läufern und Walkern, sofern sie sich die gleiche Distanz teilen. „Der Läufer ist zwar schneller im Ziel als der Walker, dafür verbrennt der Walker genau soviele Kalorien“, so die Begründung dafür, weshalb streckengleiche Teilnehmer farbgleiche Medaillen nach dem Zieleinlauf erwarten dürfen. Keine echten Edelmetalle natürlich, dafür aber hochwertige Prägungen.



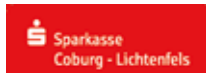
6. FLECHTKULTURLAUF OBERMAIN



SAMSTAG
18.06.16
Lichtenfels

FLECHTKULTURLAUF.DE

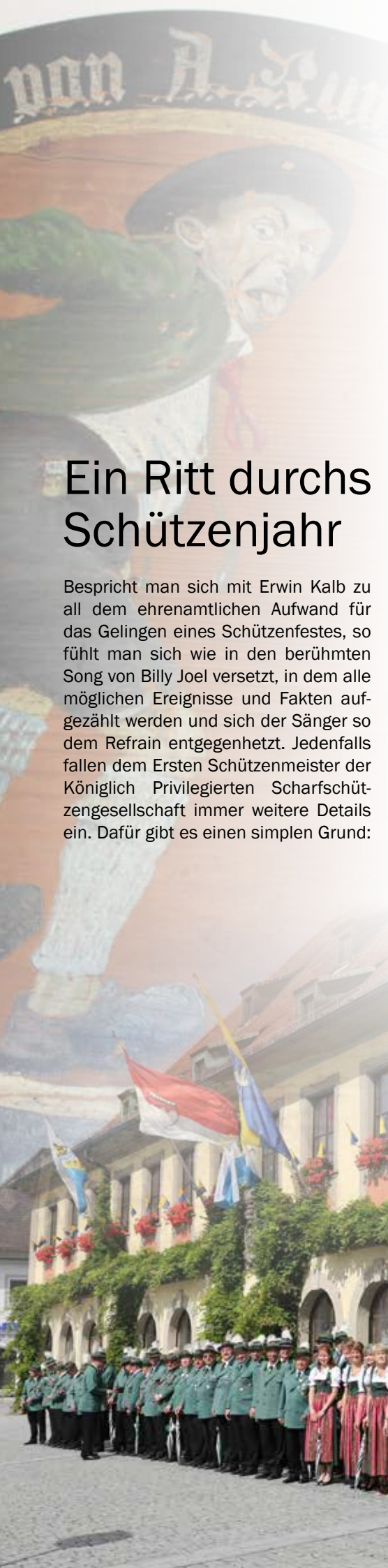
. HOFMANN-KORBSTADT-HALBMARATHON . 10 KM SMIA-FLECHTKULTURLAUF
. 5,2 KM THERAMED-FLECHTKULTURLAUF . 5,2/10 KM WIRTH-(NORDIC-) WALKING



Köstlich
erfrischendes
Natur-Radler
trübes

Mit natürlichem
Zitronensaft





Nach dem Schützenfest ist vor dem Schützenfest.

Für einen kurzen Moment wiegelt Kalb ab. Ein Schützenfest ist in erster Linie ein Fest für Schützen samt Schießwettbewerb. Vom 08. bis zum 17. Juli wird es in diesem Jahr sein und bei den meisten Lichtenfelsern nur einen Gedanken hervorrufen: Volksfest. Als Kalb wieder einlenkt und auf dieses zu sprechen kommt, platzt es aus ihm heraus. Er möchte mal über all das sprechen, was an Vorbereitungen passiert, was ein Platzmeister treibt oder was Helfer im Hintergrund tun. Ein Parforceritt wie in Billy Joels Song.

Ein Ritt durchs Schützenjahr

Bespricht man sich mit Erwin Kalb zu all dem ehrenamtlichen Aufwand für das Gelingen eines Schützenfestes, so fühlt man sich wie in den berühmten Song von Billy Joel versetzt, in dem alle möglichen Ereignisse und Fakten aufgezählt werden und sich der Sänger so dem Refrain entgegenhetzt. Jedenfalls fallen dem Ersten Schützenmeister der Königlich Privilegierten Scharfschützengesellschaft immer weitere Details ein. Dafür gibt es einen simplen Grund:

„Am ersten Tag nach dem Schützenfest sind Aufräumarbeiten dran. Und Analysen. Was waren Stärken, was Schwächen“, erklärt Kalb. Dann Gespräche mit Schaustellern und Festwirt. Kommen von dort Verbesserungsvorschläge, wird das notiert. Auch fährt man für Anregungen zu anderen Schützenfesten. Lassen wir es September werden: Kontaktaufnahme zu Kapellen und Bands und Abschluss letzter Verträge. Zur selben Zeit werden die Belange um Feuerwerk und Security mit den jeweiligen Firmen festgelegt. Die Schausteller für das kommende Jahr müssen auch

kontaktiert werden - über Ausschreibung in von ihnen gelesenen Fachzeitschriften. Dann geht's rund, denn bis Dezember ist mit 200 zu lesenden Bewerbungen zu rechnen. Ein wichtiges zu klärendes Detail dabei: Wie hoch ist der Stromverbrauch der Fahrgeschäfte? Zu klären vom Platzmeister, der schon im November das Platzmeistertreffen hinter sich gebracht haben muss. Nicht zu vergessen der Schatzmeister, der die Finanzplanung für das kommende Fest erstellt. Sollte nun schon Januar sein, so sind erste Gespräche mit den Stadtwerken anberaumt. Wegen Buslinien, die zum Fest eingerichtet werden. Außerdem wird dem Ordnungsamt ein Maßnahmenkatalog vorgelegt. Der diesjährige hat 30 Seiten. Ein mehrmonatiger Prozess. Gut nur, dass man in der Zwischenzeit zu tun hat. Beispielsweise mit Gesprächsrunden in Kindergärten - zu Fragen des Kinderfestzugs. Jetzt wird es Zeit, Werbung zu schalten, bei Agilis, bei der regionalen Presse, bei dem und dort. Auch eine Pressekonferenz muss vorbereitet werden. So wie das Versenden von Einladungen an benachbarte Vereine, Bürgermeister, Stadträte, Festzugteilnehmer. Und dann der Antrag auf Genehmigung nach §85 der Straßenverkehrsordnung. Vermutlich steht jetzt schon das Programm für die acht



Schießtage. Disziplinen, Preisgelder und mehr gehen als Schrifttum an die Druckerei. Mit vorheriger Kontrolle der Korrekturabzüge. Und die Schießanlage? Die muss gewartet werden, die EDV muss laufen um Treffer auszuwerten - darum Tests des Auswerteprogramms mit Echtdateien samt Erfüllung weiterer 18 Aufgaben rund um die Schießwettbewerbe. Und die Hausmeister Edwin Mahler, Hans Fischer und Georg Dehler werden Streifarbeiten ausführen, die Pergola herrichten und den grasartigen Überzug der Eingangstürme erneuern. Erwin Kalb selbst wird die „edelste Aufgabe“ übernehmen und im Vorfeld des Schützen- und Volksfestes die Busfahrpläne zum Fest in vielen Stadtteilen aushängen. Da fährt er sogar mit dem Fahrrad hin. Peter Hoja (Erster Schriftführer), Birgit Hoja (Zweite Schatzmeisterin) und Christian Thiel (Sportleiter) werden in all den Monaten gleichsam viel bewältigt haben. Viele andere auch. Aber es gibt ein, zwei Männer, die haben eine besondere Aufgabe zu bewältigen: Tetris spielen. So könnte man launig die Parzellenberechnung nennen, mit der sich Dieter Brandmeier und Florian Dehler als Platzmeister zu befassen haben. Denn welche Fahrgeschäfte von den Größenverhältnissen her auf den Lichtenfelder Schützenfestplatz passen, das muss vorher ausgerechnet werden. Wo sind sie anzuordnen? Was ist deren Flächenverbrauch? Wie sieht es mit ihrem Bedarf an Strom aus? Passen sie überhaupt neben, zwischen oder unter die Bäume? „Ich habe den Platz im Kopf“, sagt Brandmeier. Seit 1982 ist er in diese Aufgabe eingebunden. Eine Aufgabe, bei der ganzjährig Zeit mit Telefonieren verbracht wird. In einen Lageplan trägt er die Umrisse der Fahrgeschäfte und Gastro-Betriebe ein, wird sie auch beim Architekten ausdrucken lassen. Wenn es dumm läuft, sagt ein Fahrgeschäft kurzfristig ab. „Dann wird's heiß, dann muss man den Platz neu berechnen.“ Aber der Platzmeister bestimmt, wer auf den Platz darf. Darum ist es auch an ihm, Kontakt zu den Schaustellern zu halten. Und so weiter, so weiter, so weiter. Aber anders als in Billy Joels Song „We didn't start the fire“, entflammen die Schützen eben doch selbst. Sich für ihre eigene Begeisterung in tausenden von ehrenamtlich erbrachten Stunden und alljährlich immer wieder neu. Für ihr Schützenfest und aller Volksfest. Für Lichtenfels.



Drei Hausmeister zum Gelingen:
Edwin Mahler, Hans Fischer und Georg Dehler



Hans Fischer bei den Asservaten der Bogenabteilung



LICHTENFELS - D ALS DIE SUMME

Das Königreich am Rande der Stadt

Im Großen und Ganzen war dieses 1818 ein wirklich bewegtes Jahr. Karl Marx wurde geboren. Beispielsweise. Und Emily Brontë. Auch beispielsweise. Im Weltgeschehen endete der Aachener Kongress mit der Erklärung, wonach es also fünf europäische Großmächte gebe. Ein paar Nummern kleiner, nur zu einer Trias ausreichend, geschah etwas am Obermain: Tiefenroth wurde gemeinsam mit Gnellenroth und Stetten zu einer Gemeinde gefügt. Zwölf Jahre vorher unterstand Tiefenroth noch der Herrschaft durch Kloster Banz. Von der Zahl der damaligen 96 Einwohner sind 80 geblieben. Aber die haben alles: Gemeinschaft, Internet, Spielplatz, Lebensfreude - und ein Königreich.

Wohnstallbau. Das Wort fällt auf Seite 179 in Tilmann Breuers Buch über den Landkreis und seine Kunstdenkmale mehrfach, und es bezeichnet eine einstige typische Tiefenrother Bauart, hervorgerufen durch die bäuerliche Prä-

gung. Landwirtschaft gibt es hier heute noch und die Fachwerkhäuser haben ihren Schauwert erhalten. Sie gelten als Sehenswürdigkeiten. Wann dieses Tiefenroth entstanden ist, liegt im Dunkeln. In südwestlicher Richtung ist es der letzte Ort vor dem Landkreis Coburg. Diese Nähe wird auch ersichtlich an der einen oder anderen Schieferummantelung der Häuser. Überhaupt liegt der Ort auch ein wenig versteckt im Rücken von Kloster Banz. Abgeschnitten ist er darum nicht, denn auf dem 56 Kilometer langen Busnetz der Stadt Lichtenfels, gibt es unter den 67 Haltestellen auch eine hier.

Marion Warmuth ist die Kreisbäuerin und eine überzeugte Tiefenrotherin. „Eine unscheinbare Ortschaft, die lebt und belebt wird“, sagt sie über ihre Heimat. Das mit der Belebung stimmt in einem Punkt mal mehr, mal weniger. Die Bevölkerungsentwicklung ist hier doch recht wechselhaft. Zählte Tiefenroth gegen 1818 gerade 96 Einwohner, so sind für 1950 schon 143 verbrieft. Darunter Kriegsflüchtlinge aus den Ostgebieten. Jetzt, 2016, ist der Stand von 1818 auf 80 unterboten. Das macht nichts, möchte man Marion Warmuth in den Mund legen. Sie scheint es so zu sehen, denn in Tiefenroth ist man kein Einwohnererbsenzähler. „Wir genügen uns“, sagt sie scherzend. Aber sie erwähnt auch die Dorfgemeinschaft und den Zusammenhalt. Im Gemeinhaus



AS GANZE IST MEHR SEINER (ORTS)TEILE

(Gemeindehaus) bei der Feuerwehr gibt es Leben samt Stammtisch, dreimal im Jahr gar ein kulinarisches Treffen am Dorfplatz, befeuert vom dortig befindlichen Backofen. „Der wird angeschürt, dann gibt es Kuchen und Pizza“, ist zu hören. An jedem letzten Samstag im Juli wird diesem Ofen, der Gemeinschaft symbolisiert und herstellt, ein Fest eingeräumt. Die Tiefenrother sind stolz auf ihren kleinen Ort. Und darauf, dass aus ihm eine Königin stammt: Korbstadtkönigin Corinna I. Seitdem darf sich der Ort doch tatsächlich mit Königreich beschildern. Aber zu Lichtenfels gehört man schon. Seit dem 1. Januar 1975.



Karibik am See der Veränderung



April 2015, ein verregneter Tag am See. Bis zu diesem Moment glaubte ein Nürnberger Barkeeper in seine alte Heimat Rothenburg o. d. T. zurückkehren zu wollen. Er sitzt mit einem Kumpel auf dem Steg, während sich auf dem Wasser konzentrische Kreise ausbreiten. Über sie hinweg geht der Blick des Barkeepers hinüber zu Kirche und Schloss nach Schney. „Was für ein geiler Platz, warum ist hier nichts?“, sei es ihm in diesem Augenblick durch den Kopf geschossen. Aber hinter diesem versonnen wirkenden Moment habe Kalkül gestanden, so Valimero, denn sein Lichtenfelser Kumpel habe ihn absichtlich hierher geführt. Aus diesem Grund gebe es nun das „Karibische Eck“ am See in Oberwallenstadt. Und aus einem zweiten.

Valimero - das ist der Künstlername des Barkeepers. So habe ihn auch die Bild-Zeitung genannt und unter diesem Namen betrieb er an der Noris die Pegnitz-Lounge am Kettensteg wie auch den Palmengarten am Wöhrder See. Aber Nürnberg sei ihm zu hektisch und laut geworden, daher die Anfällig-

keit für den Gedanken, ins Beschaulichere zu ziehen. „Im vierten Stock mit Straßenbahn vor der Haustür“ habe er in der Frankenmetropole gewohnt. „Ich brauche den Trubel nicht, ich werde auch erstmalig Vater und möchte, dass das Kind auf dem Ländlichen aufwächst“, sagt er. Vor Zeiten habe er das anders gesehen, nun aber würde er älter werden. Die Unaufgeregtheit, mit der er das ausspricht, möchte beinahe normal erscheinen lassen, dass sich ein 33-Jähriger als Alternden begreift. Von 14 Jahren als Barkeeper erzählt Valimero, davon, dass es tatsäch-

lich der Film Cocktail mit Tom Cruise gewesen sei, der ihn einst in diese Richtung habe schlagen lassen. 14 Jahre lang. Wohl um die 500 klassischen Drink-Rezepte, so eine Schätzung, habe er im Kopf. Und einmal, vor Jahren auf Elba, sei jemand an ihn herangetreten und hab einen „Bahia“ verlangt. „Das war Brad Pitt und der war supernett.“

Die Sonne scheint. Mal mehr, mal weniger. Dieser Mai war abwechslungsreich und selbst bei wenig Sonnenschein und nur 12 Grad sei er gefragt worden, warum gerade nicht





geöffnet sei. „In Nürnberg würde das nie passieren.“ Vor ein paar Wochen eröffnete Valimero mit seiner Frau an seinem neuen Lieblingssee ein „Karibisches Eck“. Strohschirme stehen hier, um sie herum auch Strandliegen. Eine ganze Batterie davon ist auch nach dem See ausgerichtet. Es sind wohl rund 500 qm Fläche, die hier karibisch gestaltet wurden. Zwei Häuschen in Strohhüttenoptik sind Genussanlaufstellen, einmal beispielsweise für „mediterrane Burger“ und einmal für allerlei Cocktails nebst alkoholfreien Feinessen. Unter den Füßen 40 Tonnen Sand, die hier auf wohl 250 qm für die angenehme Illusion eines Strandes ausgeschüttet wurden. Schweres Geläuf, aber eine Wohltat nach Feierabend. „Ausspannen, Ruhe finden, abschalten, ein Drink und die Füße in den Sand stecken“, so das erklärte Konzept. Von April bis September sei man hier. Und für das nächste Jahr würde das erneut angestrebt. So wie für das dann nachfolgende Jahr. „Hier werde ich den Sommer verbringen“, soll ein Gast gesagt haben.

Wenn alles klappt, dann wird auch Ingo Markiewicz seinen Sommer hier verbringen. Mediterrane Burger und andere Speisen zubereitend. Der Mann aus Berlin ist längst in Lichtenfels heimisch geworden und erfuhr in einem Bus sitzend bei Facebook von der Stelle. Glaubt man seinen Schilderungen, so könnte es sich bei seiner Bewerbung um den Gipfel der Formlosigkeit gehandelt haben. Auch sei er der erste Bewerber überhaupt gewesen, zwei Minuten nach Bekanntgabe der Stelle anklopfend. „Bin auf der Rückfahrt von Berlin nach Lichtenfels, warte, will mich bewerben. Kann ich auch morgen noch kommen?“, habe seine relaxte Antwort gelaute. Jetzt hat er zu tun.



Der Sitz der Demokratie

„Was sich biegt, kann man verflechten“, sagt Klaus Jacob über den Kunststoff in seinen Händen und schmunzelt. Andere Zeiten, andere Werkstoffe. Was derzeit im Foyer des Rathauses zur Bewertung steht, ging durch Elisabeth Dickers Kopf und seine Hände. Aber es sind Prototypen und das letzte Wort spricht der Lichtenfelser. Eines aber steht schon fest: Der Lichtenfelser bringt sich ein.

Mitte Mai im Innovationszentrum des Deutschen Flechthandwerks, drei Tage vor einem entscheidenden Termin. Klaus Jacob, Meister für Flechtwerkgestaltung, fädelt eine Art Endlosplastikschnur um einen Gitterstab und zieht an. Straff. Acht solcher Stäbe gibt es pro Lage und derer sind 346. Jetzt könne man selbst ausrechnen, wie oft diese Bewegung wiederholt werden muss, bis die Sitzfläche für diese Bank fertig ist. Es werden 2768 Bewegungen nur für diese eine dieses einen Möbels sein. „Das geht in die Arme und Schultern.“ Was er tat und wofür er das tat, findet

Gefallen bei der Re-

gierung von Oberfranken, besonders bei der die Kosten mittragenden Städtebauförderung. Schon länger ist etwas im Kommen, was Lichtenfels als Deutsche Korbstadt kenntlich machen soll. Jetzt steht die Stadtmöblierung an, jetzt soll der öffentliche Raum aufgewertet werden. Nach und nach um das Rathaus herum, im Altstadtkern und binnen dreier Jahre bis zu einer Anzahl von 70 Möbeln.

Aber eigentlich begann alles eines Tages 2013 im Stadtschloss, damals, als Arbeitsgruppen unter dem Oberbegriff „Zukunftskonzept Flechtkultur“ gebildet wurden. Am Ende dieses Findungsprozesses wird klar, dass Lichtenfels eine für das Selbstbild aussagefähige Stadtmöblierung will. Irgendwann landet das Vertrauen für Entwürfe bei Innenarchitektin Elisabeth Dicker aus Coburg. Nimmt man eine Visitenkarte aus den Händen dieser Frau entgegen, so stößt man auf der Rückseite auf ein Zitat des amerikanischen Architekten Louis Sullivan (1856-1924): „So wie du bist, so sind auch deine Gebäude.“ Übertragen auf eine Stadt muss sich der Entwerfende fragen, wie die so ist und wie die wohl ihre Möbel haben möchte. „Ich war öfter hier, habe Vorentwürfe gemacht und mich auf den Platz eingelassen (...) und einen Produktdesigner ins Boot geholt“, erklärt die Innenarchitektin, die auch zum Lehrkörper der Berufsfachschule für Flechtwerkgestaltung zählt, über den Beginn der Witterungsaufnahme für das passende Design. „Geschwankt zwischen Extrembänken und Unauffälligem“ habe sie auch. In das Horn mit dem Auffälligen würde Matthias Rühl vom Lichtenfelser Citymanagement wohl nicht uneingeschränkt stoßen. Aber in einem Punkt klingt er fordernd: „Das sind Stadtmöbel, es ist wichtig, dass hier was schreit: Hier bin ich, hier bin ich!“ Auf jeden Fall sollten sich Form und Funktion verflechten. Dabei seien es ja nicht nur die Anschaffungskosten, an denen sich die Städtebauförderung



Klaus Jacob in seinem Element:
Flechtwerkgestaltung

Städtebauförderung in Oberfranken

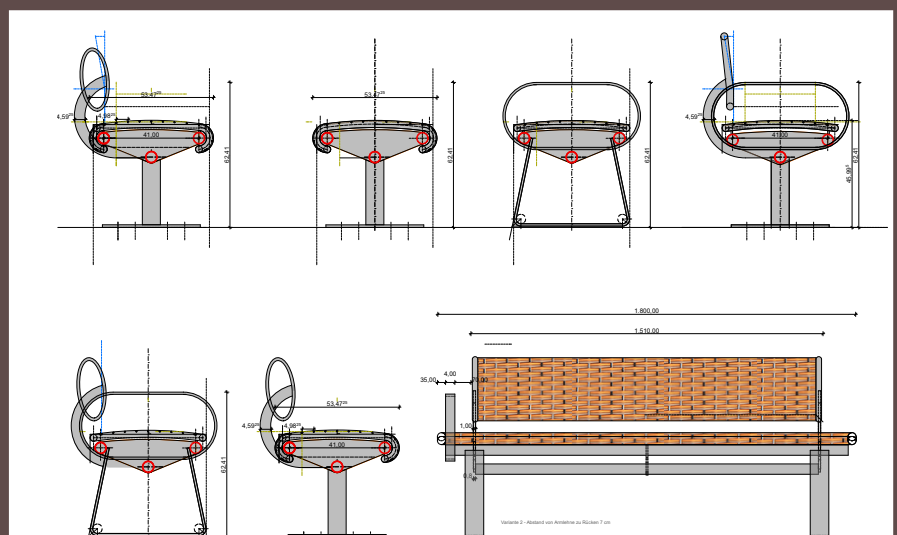


beteiligt, erklärt Manfred Rauh. Es gibt ja auch die Entwicklungskosten. Aber in der Regel, so der Vorsitzende des Zentrums Europäischer Flechtkultur (ZEF), läge ein Fördersatz der Städtebauförderung bei satten 60 %.

Noch drei Tage bis zur Präsentation. Klaus Jacob arbeitet mit Blick auf die Uhr. Er weiß, dass das Modell in seinen Händen nicht das endgültige sein muss. Auf „mindestens 20 Stunden“ schätzt er die Beflechtungsdauer dieser einen Bank, die am Boden verschraubt werden soll und samt Gestell rund 80 Kilo auf die Waage bringt. Er selbst habe schon Erfahrung mit dieser Art von Arbeit gesammelt. Was er anfügt, klingt so leicht paradox wie gleichsam beruhigend: „Wir haben schon Bänke gemacht für andere Städte, so vor acht Jahren. Die sind noch top in Ordnung.“ Nun also macht Lichtenfels Bänke für sich selbst. Dazu müssen die durchdacht sein. Das pulverbeschichtete Gestell „hat eine Lebensdauer für die Ewigkeit“, zeigt sich Jacob überzeugt. Beim Kunststoffgeflecht, aus Kostengründen die gegenüber Weide bessere Variante, ende diese aber doch nach 20, 30 Jahren. Aber sobald etwas passiert, „ist alles reparabel“. Bänke mit oder ohne Armlehnen, das passende Rückenteil, abnehmbare Module, sonnenlichtresistentes Material - die Designentwürfe seien im Innovationszentrum „auf Machbarkeit abgeklopft“ worden, erklärt Jacob. Jetzt legt er noch einmal Hand an die Bank mit ihrer für ältere Menschen geeigneten Sitzhöhe von 48 cm an. In drei Tagen soll sie gemeinsam mit zwei weiteren Möbeln zur Begutachtung durch den Lichtenfels auf dem Marktplatz stehen. Und nach diesem Tag noch bis nach Mitte Juni im Foyer des Rathauses. Fragebogen stehen dort bereit, der Bürger Meinung zu Design, Komfort und Farbgestaltung einfordernd. Mit Möglichkeit zum Probesitzen. Über die endgültige Art und Beschaffenheit entscheidet somit der Bürger. „Wir brauchen das Feedback. Die Bürger sollen probesitzen, das Design begutachten und mitentscheiden“, kommentierte Bürgermeister Andreas Hügerich noch am Tag der Städtebauförderung. Bald wird man die „Endtypen“ machen, wie Klaus Jacob sich ausdrückt. Gut für das Innovationszentrum und die Stadt Lichtenfels gleichermaßen, wie er findet. Denn dann habe Lichtenfels „eine zu besitzende Werbefläche“.



Erster Bürgermeister Andreas Hügerich begrüßt die Bürger beim Probesitzen



Schritt für Schritt. Dem Ziel entgegen. Anlegen statt stilllegen.

Ihr Geld braucht Bewegung. Reagieren Sie auf das Zinstief.
Mit Regelmäßigem WertpapierSparen.

Neue Perspektiven für mein Geld.

 Sparkasse
Coburg - Lichtenfels


 **Deka**
Investments

Lassen Sie sich
jetzt beraten.

— Unsere Initiative —


Anlegen
statt stilllegen

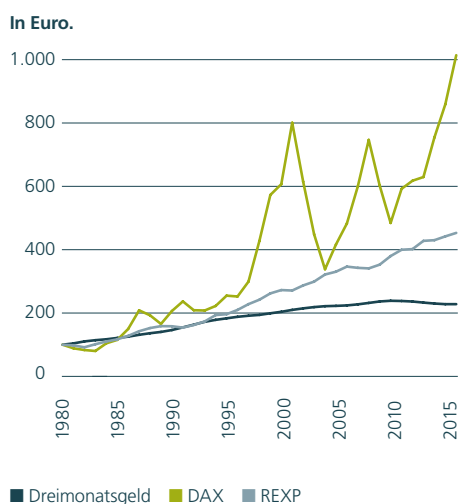
DekaBank Deutsche Girozentrale. Die wesentlichen Anlegerinformationen, Verkaufsprospekte und Berichte für Deka Investmentfonds erhalten Sie in deutscher Sprache bei Ihrer Sparkasse, Landesbank oder von der DekaBank, 60525 Frankfurt und unter www.deka.de

 Finanzgruppe

Gerade in Zeiten niedriger Zinsen gilt anlegen statt stilllegen.

Dass die Deutschen Sparmuffel wären, kann ihnen niemand vorwerfen. Laut aktueller Statistik der Deutschen Bundesbank sind es über 5 Billionen Euro. Das Problem ist nur, dass mehr als ein Drittel dieses Vermögens in Bankeinlagen stillgelegt ist. Dazu zählen das Sparbuch, aber auch Fest- und Tagesgeld.

Was seit 1980 nach Abzug von Inflation aus 100 Euro wurde.



Referenzzeitraum 1.1.1980 – 30.6.2015. Die frühere Wertentwicklung ist kein verlässlicher Indikator für die künftige Wertentwicklung. Bei den dargestellten Werten handelt es sich um Jahresdurchschnitte. Für das laufende Jahr wurde der Durchschnitt der bis 30.6.2015 vorliegenden Werte berechnet.

Quelle: Volkswirtschaft Deka

Hier liegt das Geld zwar recht sicher, wirft aber kaum Rendite ab. „Die momentane Situation mit ausgeprägten Niedrigzinsen in Euroland kann durchaus noch einige Jahre anhalten“, prognostiziert Dr. Ulrich Kater, Chefvolkswirt der Deka. Damit das Vermögen nicht weiter schrumpft, müssen Sparer rasch handeln und den Vermögensaufbau angehen.

„Die richtige, ausgewogene Vermögensstruktur hinzubekommen, ist kein Hexenwerk“, sagt Oliver Hofmann, Leiter der Vertriebsregion Lichtenfels-Bad Staffelstein. Im Gegenteil: Wer sich einmal die Mühe macht und zusammen mit dem Berater eine Strategie erarbeitet, ist auf lange Sicht gut aufgestellt.

Zunächst hilft eine Analyse der laufenden Einnahmen und Ausgaben, die zusammen mit den Verbindlichkeiten dem vorhandenen Vermögen gegenüber gestellt werden müssen. Dann sollten die Ziele definiert werden, wofür Vermögen aufgebaut werden soll. „Je genauer sich der Anleger darüber im Klaren ist, desto besser kann man definieren, wie das Ziel erreicht werden kann“, sagt Hofmann.

Bei der Anlageentscheidung sollten Sparer auf ihr individuelles Chance/Risiko-Profil achten. Da sich die Märkte ständig verändern und jede Anlageform unterschiedlich darauf reagiert, sollte das Vermögen auf verschiedene Anlageklassen verteilt werden. Dazu zählen zum Beispiel Aktien, Anleihen und

Immobilien. Durch diese Streuung können Risiken bei der Geldanlage reduziert und gleichzeitig Marktchancen genutzt werden.



Oliver Hofmann

Leiter Vertriebsregion
Lichtenfels-Bad Staffelstein


Anlegen statt stilllegen. Eine Initiative der Deka mit den Sparkassen.

Die Geldanlage in Deutschland braucht neue Impulse: Nur 14 Prozent der Bevölkerung profitieren als Aktionäre von der Wirtschaft. Mit der jetzt gestarteten Initiative „Anlegen statt stilllegen“ machen sich Deka und Sparkassen für eine positive Wertpapierkultur in Deutschland stark. Mehr Informationen und Experten-Tipps zum Thema Geldanlage finden Sie unter www.anlegen-statt-stillegen.de

Jetzt umsteigen, um ans Ziel zu kommen. Anlegen statt stilllegen.


Ihr Geld braucht Bewegung. Reagieren Sie auf das Zinstief.

Neue Perspektiven für mein Geld.

 Sparkasse
Coburg - Lichtenfels

 **Deka**
Investments

DekaBank Deutsche Girozentrale. Auflegende Gesellschaft: Deka Investment GmbH. Die wesentlichen Anlegerinformationen, Verkaufsprospekte und Berichte erhalten Sie in deutscher Sprache bei Ihrer Sparkasse, Landesbank oder von der Dekabank, 60625 Frankfurt und unter www.deka.de

 Finanzgruppe

**Faszination
Gesundheit**



**Alles aus
einer Hand**



Kompetenz
in individueller Orthopädie- und Reha-technik

Konzepte
für Ihre Mobilität: Sport Freizeit Reha Schutz



**Wirth GmbH . Robert-Koch-Str. 4 . Lichtenfels
Telefon 09571/ 94785-0 . www.wirth-lichtenfels.de**