

stadtmagazin

Lichtenfels

AUSGABE
No. 34



Lichtenfels im Wintertraum



Gesundheitstipp



Rettungshundestaffel



Koinor Stiftung



Geschenke kann man nie genug bekommen ...

... und von uns erhalten Sie ein perfekt geschnürtes Vermarktungspaket für Ihre Immobilie. Wir wissen dank unserer umfassenden lokalen Marktkenntnis den Wert Ihrer Immobilie richtig einzuschätzen und schnüren Ihnen für eine schnelle und besonders erfolgreiche Vermittlung ein individuelles Vermarktungskonzept. Vereinbaren Sie jetzt Ihren Termin!



EV Oberfranken Immobilien e.K.
Lizenzpartner der Engel & Völkers Residential GmbH
Ketschengasse 41 • 96450 Coburg

Tel. 09561-795 2400 • Coburg@engelvoelkers.com • www.engelvoelkers.com/coburg



ENGEL & VÖLKERS

Vorwort



Liebes Lichtenfels,

als Kind norddeutscher Eltern bin ich in Coburg aufgewachsen. Was soll ich sagen: Ich lebe gerne in Lichtenfels. Über München rede ich nicht. Franken ist schön. Was ich an Lichtenfels mag, sind auch die kurzen Wege. Die Menschen dieser Stadt, sie sagen was sie denken und verstellen sich nicht. Freilich muss man das auch aushalten, wie ein Baum den Regen. Gewissermaßen bin auch ich hier festgewachsen. Lichtenfels ist guter Boden für eine Heimat. Mein Sohn möchte gerne hierher ziehen und der Jugendfeuerwehr beitreten. Wie alles in Lichtenfels, ist auch die vor der Haustür. Kurze Wege eben. Und wo sonst kommt der Bürgermeister aus dem Standesamt? Lichtenfels mag nicht überall glänzen, aber ein Kleinod ist es doch. Das Stadtmagazin möchte uns ein paar neue Pretiosen zeigen, zu welchen es kurze Wege gibt. Ich wünsche allen Lesern eine angenehme Lektüre, Ihr

Klemens Lange, Arzt für Psychiatrie

Inhalt Themen und Rubriken



Impressum Stadtmagazin Lichtenfels

Herausgeber: Stadtmarketing Lichtenfels e.V.
Verantwortlich i.S.d.P.: Steffen Hofmann
Redaktion: Markus Häggberg, Philip Herr
Layout und Gestaltung: creativmarketing, Lichtenfels
Druck: druckprofi. Babic e.K., Lichtenfels

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.

Bildnachweise: © Markus Häggberg, © Philip Herr (creativmarketing),
© Monkey Circus, @ Adobe Stock / nicoletaionescu,
@ Adobe Stock / photofot74, @ Adobe Stock / Robert Kneschke

Stadtmarketing Lichtenfels e.V., Ringgasse 4, 96215 Lichtenfels,
Tel. 095 71-9489088, info@stadtmarketing-lichtenfels.de



6
Obermain-Gas



8
Koinor-Horst-Müller-Stiftung



24
ASB-Rettungshundestaffel

- 06/07** Unternehmensvorstellung:
Obermain-Gas
- 08/09** Rund um die Kreisstadt:
Koinor-Horst-Müller-Stiftung
- 12/13** Band-Vorstellung:
Monkey Circus
- 14/15** Unternehmensvorstellung:
my CAR WASH
- 18/19** Unternehmensvorstellung:
Gasthof & Metzgerei Schardt
- 20/21** Gesundheitstipp:
Vitale Apotheke, Immunsystem

- 24/25** Vereine stellen sich vor:
ASB-Rettungshundestaffel
- 26/27** Städtebauförderung:
Immobilienanierung
- 28/29** Weihnachtsspezial:
Märchenwaldbahn
- 31** Fitnesstipp:
Fitness im Fitnessstudio
- 33** CITYCENTER LIFE:
Weihnachtsaktion
- 34** Sagen und Geschichten:
Ein Lichtenfelser Wiedergänger

Über Momente zum Erfolg

Es gibt da immer diesen einen Moment im Leben, der alles zu verändern vermag. Wenn beispielsweise die Reporter Woodward und Bernstein nicht ausnahmsweise und gegen jede Gepflogenheit von einem Bibliotheksmitarbeiter eine entscheidende Auskunft erhalten hätten, wäre die Watergate-Affäre nie aufgedeckt worden. „Also gut, weil ihr es seid“, sagte der Bibliothekar im Frühsommer 1972. So ein befreiendes Erlebnis hatte auch Alfons Fischer in seinem Leben.

Der Lichtenfelser wollte sich selbstständig machen, als Händler auf eigenen Beinen stehen. Doch die Branche, die er sich dazu aussuchte, hatte ihre eigenen Regeln. „Du hast auf dem ganzen deutschen Markt kein Gas ohne lange Vertragsbindung bekommen“, erinnert sich Fischer. Er kam aus der Gasbranche, war somit vom Fach und kein Trautmäntzer. Und dennoch war ihm die Selbständigkeit verwehrt. Denn lange zu bedienende Vertragsbindungen können den Untergang für ein Unternehmen bedeuten, das ja erst noch sich und dann Kunden finden muss. Fischer telefonierte, faxte, fuhr Händler in ganz Deutschland an. Monatelang war der Mann auf der Suche nach jemandem, der ihm Gas verkaufen würde, doch alles was er zu hören oder zu lesen bekam, war ein Nein. Dann, nach so vielen Fehlanläufen, war da

irgendwann 2002 noch eine Adresse in Ingolstadt. Dort sagte der Händler zu ihm auch etwas, er sagte: „Mir ist's egal, ihr kriegt ein Gas.“ Da war er, dieser eine Moment, der alles veränderte.

„Mittlerweile haben wir 3000 Kunden“, erklärt Fischer und er weiß, was das noch bedeutet: „Unter den Anbietern von freiem Gas sind wir einer der größten.“ Fährt man nach Oberwallenstadt und bis zum äußersten Ende der Alten Reichsstraße, so kommt man an ein Umspannwerk, an einen nach Michelau führenden Radweg, in die Nähe von Eisenbahngleisen und der Bundesstraße 289. Lkw stehen hier, Gastanks, eine große Werkstatt überdies, weitere Baulichkeiten mit Büro und immer wieder Gastanks, Lkw und Gastanks. Selbst ein „Hünengrab“ befindet sich hier - so bezeichnet man in der Branche tatsächlich in Böden eingelassene Lagertanks. Kurios bei allem ist, wie eine ganze Familie hier tätig wurde. Alfons Fischer und sein teilhabender Bruder Georg, ihre beiden Söhne Michael und Christian, sowie Alfons' Ehefrau Michaela. Im Büro ist noch eine Angestellte und während Fischer über das Gelände führt, nimmt sie Bestellungen aus einem Verbreitungsgebiet an, das sich zwischen Nürnberg und Hof, Marktredwitz und Suhl trapezförmig über Franken und Thüringen erstreckt. Doch das Bezugsgebiet liegt nicht im

Verkaufsgebiet. „Ich hole das Gas aus Großlagern bei Chemnitz oder direkt bei Leuna ab, fahre früh raus und komme abends um sechs heim“, so der Endfünffziger zu seinem Arbeitsrhythmus. Zu diesem Rhythmus werden ihm Eindrücke geschenkt, dann, wenn er seine Fracht aus jenen Salzstocklagern holt, in welche das kostbare Rohölprodukt im Sommer hineingepumpt wurde. Die Frachtmenge, die er auf seinen Touren während der Wintermonate abholt, kann sich auf insgesamt bis 500 Tonnen Propan belaufen. Es ist ein Flüssiggas, farblos und brennbar, es gehört zu den Kohlenwasserstoffen und zu den hochwertigen und sauberen Energieträgern.

Doch Propan hat einen Schmelzpunkt, einen Siedepunkt, eine kritische Temperatur, eine kritische Dichte und einen kritischen Druck. Somit ist völlig klar, dass, wer Gas transportieren will, auch entsprechende Lkw bzw. Tanks braucht. Drucktanks aus „richtig gutem Stahl, denn wenn 20 Tonnen in die Luft gehen, dann ist alles zu spät“. Fischer brauchte 2002 entsprechende Lkw bzw. Tanks, doch ein Kauf auf deutschem Markt war gesperrt.

Besinnung auf das Damals und die Anfangszeit. Fischers Blick wirkt ernst und amüsiert zugleich. Denn während er auf einen seiner Lkw deutet und erklärt,



Michaela und Alfons Fischer vor traurem Heim.



In seiner Art wohl einzigartig: Sprinkleranlage für Gas-LKW.



welche Hürden es gab, kommt ihm auch in den Sinn, wie er diese Hürden umging. „Ein Händler durfte solche Laster nicht in ein EU-Land verkaufen.“ Den Grund dafür glaubt Fischer auch zu kennen und spricht von einer Lobby, die „nicht will, dass ein Kleiner hochkommt“. Also habe man sich den Laster quasi in ein Nicht-EU-Land verkaufen lassen und dadurch dann die entsprechenden Stempel gehabt. Doch dem Kauf selbst lag noch etwas zugrunde, nämlich das Vertrauen, welches ein Kreditgeber den Absichten und Erfolgsaussichten des Kreditnehmers entgegenbrachte. Dann war da wieder dieser Moment, in dem ein Banker dieses Vertrauen hatte und Fischer denkt gerne an ihn, denn „der Mann ist heute noch mein Freund - wir sind per Du“.

Es ist Winter und so langsam beginnt der Hochbetrieb. Im Dezember und Januar ist man hauptsächlich unterwegs, denn „da fahren wir Schicht“. Wie Fischer von diesen anfallenden Stoßzeiten erzählt, kommt er auch auf Liefer- und Anlieferwege in seiner Branche zu sprechen, auf Antwerpen und seinen Seehafen, und darauf, wie anders man als Gasfahrer mit Drucktanks im Rücken fahren muss. „Du musst anders denken als andere Autofahrer – viel vorausschauender.“ Damit spricht der Mann das Thema Sicherheit an, aber auch das von weiteren Standbeinen. Denn im Juli und im August ist in seinem Betrieb ein bisschen „Saure-Gurken-Zeit“. Dann kümmert sich Obermain-Gas um Wartungsarbeiten bei Kunden, namentlich um Rohrleitungsprüfungen. „Wir sind der TÜV in Rohrleitungen und das Papier, das wir

ausstellen, das gilt.“ Doch um solche Papier ausstellen zu können, muss man selbst sehr viel wissen. Über Gastechik oder zu Brandschutz. Es bedarf allerlei Sachkundeprüfungen, erst recht, wenn man ja für den TÜV oder DEKRA arbeitet. „Denn wo Gas läuft, muss ein Stempel drauf - sonst haben sie dich am Wickel“. Alle zehn Jahre steht eine Innenprüfung bei Gastanks an. Das gilt für seine Kunden, für seine eigenen Tanks gelten auch Regelungen. Sie müssen in gewissen zeitlichen Abständen einem Überdruck ausgesetzt werden und den „muss ein Tank aushalten“. Doch sollte ein Tank auf einem Lkw wirklich mal in Brand geraten, so ist die Sache knifflig. Denn: „Mit Wasser kannst du Gas nicht löschen, das musst du kühlen.“ Eine Viertelstunde lang muss Fischer ein Fahrzeug kühlen, bis die Feuerwehr kommt. Sollte sich also auf dem Firmengelände ein solches Unglück ereignen, so wird etwas Einsatz finden, das ziemlich einmalig sein dürfte. Im Grunde wirkt Alfons Fischer schlicht und bescheiden, aber dass er Kunde bei Leuna wurde und diese Vorrichtung selbst ersann, lässt Stolz in seinen Augen aufblitzen. Freundlichen Stolz. Denn er hat in Eigenkonstruktion eine enorme Sprinkleranlage zur Kühlung von evtl. brennenden Tanks gebaut. Er tüfelt überhaupt sehr gerne.

Ein Original. Vielleicht sogar ein Unikum. So kann man Fischer sehen. „Wenn ich was mache, setze ich es durch und ich gebe nicht nach, bis ich was weiß.“ So kam er zu seinem Oldtimer, einem fast 40 Jahre alten russischen Militärjeep, so hat er sich bei sich daheim auch eine kleine Brauerei für private Zwecke geschaffen,

so kommt es auch, dass er alle Jahre ein Schlachtschüsselfest ausrichtet, zu dem Musikanten aus Mistelfeld pilgern und „ein Ständerla“ spielen. „Es fließt vieles in vieles hinein“, sinniert der sich selbst als gläubig bezeichnende Mann an einem Punkt des Gesprächs. Dann tritt ein Kunde mit einer Gasflasche an ihn heran und möchte die aufgefüllt bekommen. Auch das geht, aber nur in die grauen und blauen Flaschen hinein. Der Kunde zahlt, der Kunde geht. Auch er unterliegt keiner sonstigen Vertragsbindung. „Ich bin aus dieser Idee entstanden und ich lebe sie auch“, bekräftigt Alfons Fischer.



Firma Fischer Obermain-Gas GmbH
 Bischofshof 6
 96215 Lichtenfels
 Tel.: 09571 - 897983
 E-Mail: obermain-gas@t-online.de

Wer zahlt schafft an - auch im Guten!



Michael Schulz hat Standpunkte zum Wohl der Heimat.

Ecken. Und Kanten. Der Mann, der am Kopfende des Tisches sitzt, hat klare Vorstellungen und lässt sie auch nicht aufweichen. Damit wirkt Michael Schulz fast wie aus der Zeit gefallen. Er beschwört den Wert der Bildung gegenüber dem Wissen, den Humanismus und den Willen zur Hilfeleistung. Doch das Motto vom „Fördern und vom Fordern“ wird hier in Michelau etwas anders ausgelegt. Denn wenn die KOINOR-Horst-Müller-Stiftung schon hilft, dann ist sie es auch, die etwas vom Begünstigten einfordert: Klarheit, Transparenz und so wenig karitativer Streuverlust wie möglich. Das Ergebnis dessen: Helfen ist nicht immer einfach.

Man sitzt in einem Besprechungszimmer, ein paar Meter und Stiegen entfernt vom Ausstellungsraum der Koinor Polstermöbel GmbH & Co. KG. Es riecht nach Leder und nach Gediegenheit. Zur Rechten Schulz' hat Karl-Heinz Zubrod an dem großen Besprechungstisch Platz genommen, seines Zeichens Vorsitzender des Stiftungsvorstands. Der ältere Herr ist ein aufmerksamer Zuhörer und

dann und wann wird er von Schulz achtungsvoll als Korrektiv ins Gespräch gezogen. „Er ist mein Spiritus Rector“, sagt Schulz über den Mann, mit dem er u. a. Satzungsfragen der Stiftung bespricht. „So was muss eine Basis haben“, erklärt Schulz zur Stiftung und nennt als Basis die Trägerschaft des Unternehmens. Doch wie kommt ein Unternehmen überhaupt dazu, eine Stiftung ins Leben zu rufen? Schulz beginnt über einen Geist zu sprechen, über Ethik, über Verpflichtung und die Anfangszeit von KOINOR. Rückblende zum Jahr 1953 und zum Namensgeber Horst Müller.

„Der Müller war ein armer Flüchtling“, erinnert sich Schulz. Einer aus Pommern, Jahrgang 1925 und ein bescheidener Mensch.“ Er baute einen Möbelbetrieb auf, in dem es auch 25 Jahre nach Gründung noch menschelte. Es ging ums Teilen und ums Miteinander. Es ist gut Geld verdient worden, so Schulz lächelnd. Sein Lächeln wird noch etwas breiter, sobald er an Müllers Schlussfolgerung dazu denkt. Sie stammt von 1978 und lautet: „Da gebe ich jetzt was aus!“ Was

er ausgab, war ein ganzer Flugurlaub. „Müller hat 1978 den gesamten Betrieb nach Rom eingeladen. Manche der Mitarbeiter sind erstmalig im Leben geflogen und manche waren erstmalig in einem Hotel.“ Jener Müller wollte nicht nur ein guter Kaufmann und Geschäftsmann sein, sondern auch ein guter Freund. Dieser Gedanke habe sich erhalten, er findet sich in dem Firmenlogon „Sofas for friends“ und in der Idee zur Stiftung. Seit 20 Jahren hilft sie Notleidenden der Heimat vor Ort, im Landkreis, in Oberfranken. „Wir haben einen regionalen Fokus und ich bin Oberfranke mit Leib und Seele“, untermauert Schulz und wird auf launige Weise energisch. Auch wenn es durchaus schon mal zu Hilfeleistungen nach München oder Hamburg kam, was er scherzhaft Ausland nennt, so seien vor allem drei Landkreise im Blick der Stiftung: Lichtenfels, Kronach, Coburg. In 20 Jahren seien an 600 Empfänger zwei Millionen Euro ausgeschüttet worden. Doch an dieser Stelle geht ein Finger in die Höhe – anmahmend! Es ist der Finger von Karl-Heinz Zubrod. „Bargeld kriegt bei uns keiner in die Hand“, sagt

der Mann und holt zu einer Geschichte aus. Einmal war jemand in der Notlage, nicht einmal einen Herd zu besitzen. So ging Zubrod mit dieser Person ins Elektrogeschäft und kaufte den Herd. Diese Vorgehensweise ist üblich, denn man möchte eine Zweckentfremdung von Geld verhindern und man spricht es hier an diesem Tisch auch ziemlich deutlich aus: „Wir wollen nicht, dass Geld am Ende womöglich für Alkohol ausgegeben wird.“ Darum fördere man nur „konkrete Projekte, zu deren Ausgang man genau Bescheid weiß. Und wer Schuhe braucht, der bekommt eben einen Gutschein. Basta. Doch mit den Gutscheinen hat es wiederum auch etwas auf sich. Wenn schon eingekauft wird, dann bitte Qualität und bei Fachgeschäften aus der Umgebung. Das gilt für Schuhe genauso wie für E-Bikes oder die Tablets, die in einem BRK-Altenheim dazu beitragen, die geistige Frische zu erhalten. „Ich will, dass die Dinge auch in der Heimat gekauft werden“, schiebt Schulz nach. Er tut es mit einem zweiten Basta.

Es geht nicht nur ums Essen oder darum, ob sich jemand Schuhe oder einen Ofen leisten kann. Die Gedanken aus der Stiftung können auch um Gemeinschaftssinn kreisen. Oder darum, wie man das Engagement junger Menschen befeuert. Er recht, wenn es mit Bildung in Zusammenhang steht. „Sie sind unsere Zukunft“, lässt Schulz zur Jugend fallen und redet sich in Begeisterung. Er erinnert sich an ein durch die Stiftung gefördertes Projekt, bei dem er heute noch von „Gänsehaut“ spricht, sobald dazu Bilder in ihm aufsteigen. Es liegt nur wenige Jahre zurück und sorgte für Aufsehen. In einem P-Seminar des Lichtenfelser Gymnasiums recherchierten Schüler 13 aufgetauchten Führerscheinen hinterher, die im Dritten Reich jüdischen Mitbürgern abgenommen wurden. Akribisch, mit Feuereifer, Begeisterung erlebend und spürend, hätten die Schüler weltweite Recherchen angestellt, die Schulz noch heute Respekt abnötigen. In einem Nebensatz vergleicht er die Leistungen launig gar mit den Recherchen der legendären Journalisten Woodward und Bernstein beim berühmten Watergate-Fall. Am Ende habe die Stiftung auch die anfallenden Simultanübersetzer finanziert, denn „da war ich richtig, richtig stolz auf unsere Jugend“. Wie Stiftungsratsvorsitzender Schulz davon

erzählt, versteht man, dass hier etwas ins größere Ganze gestellt ist. Die jungen Menschen haben in seinen Augen Sinn für Arbeit, für historische Verantwortung, für Eigeninitiative, Findigkeit und Fleiß entwickelt. Das ist in Schulz' Augen der Stoff, aus dem eben jene Menschen sein sollen, welche eine Heimat zum Florieren bringen. An dieser Stelle schließt sich ein Kreis, denn was die Stiftung auch bezwecken will, ist, dass die Schüler in der Region bleiben oder zurückkehren. Dazu passt auch der Fall zweier Stipendiatinnen für die Medical-School von REGIOMED. Es ist eine Art BAFÖG, mit welchem die Stiftung den jungen Frauen aus der Region ein Medizinstudium in Split ermöglicht. Freilich nach vorheriger Prüfung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse, denn schließlich stehe auch die Stiftung gegenüber Behörden in einer Nachweispflicht.

Erneut eine Rückblende und sie öffnet sich wieder zu Horst Müller. Er war kinderlos geblieben und hat darum die Stiftung als Erben eingesetzt. So kam es zu einem Stiftungsvermögen, das ein Zehntel dessen war, was die Stiftung heute besitzt. Doch Stiftungen unterliegen Regularien und eine davon besagt, dass Zinserträge ausgeschüttet werden müssen. Eine weitere Regelung besagt, dass das spätestens nach zwei Jahren zu geschehen hat. Um das Geld an den Mann bzw. an die Frau oder ans Projekt zu bringen, hat Karl-Heinz Zubrod ein offenes Ohr. „Seit ich mich aus dem Be-

rufsleben zurückgezogen habe, bin ich rege unterwegs“, so der im Unruhestand befindliche Burgkunstadter, der aus dem Bankwesen kommt und dort eine Kapazität für Fragen rund ums Stiftungswesen darstellte. Er prüft, er gleicht Anfragen und Stiftungszweck miteinander ab. Manchmal steigt bei ihm auch ein Verdacht auf, dann nämlich, wenn er Anfragenden Fragebögen zusendet und die nicht mehr ausgefüllt zurückkommen. „Da war dann was faul“, weiß er und ergänzt, dass man noch vierstellige Gelder übrig habe, die nicht abgerufen wurden. Dann ist das Gespräch auch schon dem Ende nahe und Schulz meint, er müsse seinen „Gänsekragen“ nicht unbedingt in der Zeitung sehen. Aber um das Foto kommt er nicht umhin und wie man schon beinahe im Auseinandergehen begriffen ist, erzählt er von so etwas wie einem Weihnachtstraum: „Ich würde gerne einer bedürftigen Frau ein schönes Weihnachtsessen spendieren.“ Aber es gibt bedürftige Menschen, die wegen Schwellenangst nie auf die Idee kämen, sich zu melden.



Prof.-Arneht-Str. 11
96224 Burgkunstadt
Telefon: +49 95 71 / 89 23 30
E-Mail: k.zubrod@koinor-stiftung.de



Karl-Heinz Zubrod und Michael Schulz sind für Wohltätigkeit in engem Austausch.



Spenden ist einfach.



www.heimat-traeume.de

**Wir erfüllen soziale und
gemeinnützige Träume -
in der Heimat, für die Heimat.**

**Machen Sie mit!
Wir spenden - Sie entscheiden
an wen.**

Spendecodes erhalten Sie
z. B. für eine Altersvorsorge-
beratung in Ihrer Sparkasse
Coburg - Lichtenfels

 **Sparkasse
Coburg - Lichtenfels**

Wir spenden - Sie entscheiden an wen!

Gemeinsam mit der Sparkasse Coburg - Lichtenfels Heimatträume in Ihrer Region erfüllen.

Unter dem Motto „Gut für die Region“ unterstützt die Sparkasse Coburg - Lichtenfels jedes Jahr gemeinnützige Vereine und Organisationen in ihrem Geschäftsgebiet.

Mit einer beachtlichen Summe ermöglicht sie so eine Vielzahl an sozialen und gemeinnützigen Projekten - in der Heimat, für die Heimat. Oftmals handelt es sich dabei um Vorhaben, die ohne die Unterstützung nicht umsetzbar wären.

Seit März 2020 geht die Sparkasse Coburg - Lichtenfels mit ihrer Spendenplattform www.heimat-traeume.de neue Wege.

Ziel der Spendenplattform ist es, die Kundinnen und Kunden der Sparkasse aktiv an der Verteilung von zur Verfügung stehenden Mitteln zu beteiligen. So kommt das gemeinsame Engagement den Menschen selbst zugute - beispielsweise als Mitglied im Verein, als Besucher von Museen oder Kindern, deren Bildungseinrichtungen durch uns gefördert werden.

Auch Ihr Verein kann dabei sein.

Teilnehmen können gemeinnützige Vereine und Organisationen aus den Städten sowie Landkreisen Coburg und Lichtenfels. Voraussetzung ist das Engagement beispielsweise für Natur- und Umweltschutz, Sport und Gesundheit, Kultur oder Soziales.

Vereine können sich ganz leicht mit nur wenigen Schritten auf der Spendenplattform registrieren. Einfach die notwendigen Informationen eintragen und dann das Wunschprojekt einreichen. Die maximale Förderung pro Verein ist auf 1.000 Euro je Kalenderjahr begrenzt.

Nach Prüfung durch die Sparkasse erfolgt die Veröffentlichung des Projekts auf www.heimat-traeume.de. Danach kann der Verein für sein Vorhaben werben und Vereinsmitglieder, Freunde und Bekannte animieren, das Projekt zu unterstützen.

Je mehr Unterstützer ein Projekt findet, umso schneller wird das Spendenziel erreicht!

Entscheiden Sie, wer die Spende erhält.

Die Sparkasse gibt zu verschiedenen Aktivitäten Visitenkärtchen mit aufgedruckten Spendencodes aus - nähere Details zu den Anlässen werden auf www.sparkasse-co-lif.de sowie der Spendenplattform veröffentlicht.



Hinter den Spendencodes steckt ein virtuelles Guthaben aus den Spendenmitteln der Sparkasse. Dieses Guthaben kann an ein oder mehrere Lieblingsprojekte verteilt werden, die auf der Spendenplattform veröffentlicht sind.

Die Einlösung erfolgt ganz einfach durch scannen des aufgedruckten QR-Codes oder Eingabe des 12-stelligen Codes auf www.heimat-traeume.de.

Mit Erreichen der Spendensumme bzw. nach maximal sechs Monaten erhält der Verein den gesammelten Betrag und kann damit sein Projekt realisieren.

Somit trägt jeder Kunde gemeinsam mit der Sparkasse Coburg - Lichtenfels dazu bei, Heimatträume zu ermöglichen und die Lebensqualität in unserer Region zu verbessern.



Max Zapf

Florian Werthmann

Bastian Stemmer



Affenzirkus nach Noten

Es liegt viele Wochen zurück, da kam es in einem dunklen und verlassenem Lichtenfelser Industriegebäude zu einem unerlaubten Kampf. Eine Niete in Nadelstreifen wollte es mal gegen einen ausgebildeten Boxer probieren und hatte herb einzustecken. Am Ende war es aber ein ungleicher Kampf, denn der Mann im Anzug bediente sich unlauterer Mittel. So ist das Leben, will uns die Kunst sagen. Doch alles war nur Affenzirkus und Filmdreh. Die drei Jungs, die dahinter stecken, bilden die Lichtenfelser Band Monkey Circus und die hat noch ordentlich was vor. Vielleicht sogar eine Profikarriere? Das Stadtmagazin nutzte die Gelegenheit zu einem Plausch in alle Richtungen.

Samuel Rauch kann sich noch gut erinnern. Der Mann bekleidet einen Posten, von dem viele nicht wissen, dass es ihn

überhaupt gibt. Er ist Popularmusikbeauftragter des Regierungsbezirks Oberfranken und somit ein Weichensteller im Leben von Max Zapf, Florian Werthmann und Bastian Stemmer alias Monkey Circus. Rauch ist maßgeblich verantwortlich bei „Rock in Oberfranken“ (R.I.O!), jenem alljährlich stattfindenden Highlight der oberfränkischen Musikszene, bei der Bands gegeneinander antreten und die Sieger eine Tour durch den Bezirk erhalten. 2019 siegten Monkey Circus, was ihnen auch ihr Budget für allerlei Produktionen ein wenig aufstockte. Doch was Rauch, der selber Lichtenfelser ist, über die Band zu sagen hat, klingt voll des Lobes. „Was sie auszeichnet, ist, dass sie eine ganz starke Bühnenpräsenz haben und ihr Zusammenspiel ist sehr gut - es ist eine ‚tichte‘ Band. Der Großteil ihrer Songs sind stark gemachte Rocksongs, ich denke aber, dass die Band ihre

besten Songs noch nicht geschrieben hat und da ist noch eine Menge zu erwarten.“ Wenn die Jungs dranbleiben, so der Experte, sei ihnen eine Profikarriere zuzutrauen. Aber wären die Jungs wirklich bereit, für Musik ihre bürgerlichen Existenzen aufzugeben?

Bassist Bastian Stemmer schmunzelt bei dieser Frage. Der Mann ist Sozialpädagoge in einer Psychiatrie und betont, dass man sich das mit dem Profitum schon vorstellen könne. Das Vorzeichen wäre aber ein großes Aber, denn „Musik wird vor allem bei Profis oft nur noch als Business verstanden“. Genau das wollen die drei Jungs nicht, sie wollen, dass die Freude im Vordergrund bleibt. „Wenn wir es schaffen würden, uns trotzdem treu zu bleiben und immer das machen könnten, was uns musikalisch gerade begeistert, wären wir alle bereit für eine Profikarriere.“ Der Videodreh in dem Industriegebäude war ein Markstein im Schaffen der Band. Lights away heißt der Song dazu und sein Veröffentlichungsdatum wird der 29. Januar sein. Die Webseite der Band ist auch in englischer Sprache vorhanden und das Tonstudio, in welchem man die aktuellen Songs aufnahm, ist das Silverhill und liegt gar in Budapest. Man ist offen für Internationalität. Doch wie begann das eigentlich alles? 2013 habe Maximilian Zapf, Lichtenfelser, Werbetechniker und Drummer, die Korbstadt mit einer Annonce „tapeziert“, wonach Mitstreiter gesucht würden. „Das wäre doch was für meinen Buben“, dachte



Kein professioneller Kampf, aber ein professionelles Musikvideo.

sich Florians Mutter, als sie beim Einkaufen auf die Annonce stieß. Der Bub ist Sänger, Gitarrist und angehender Zerspanungsmechaniker. Der Grundstamm war gelegt, dann folgten wechselnde Bandbesetzungen und 2015 kam es zur jetzigen Formation. Da traf es sich gut, dass Bastian, der so gerne mal wieder in einer Band spielen wollte, hierzu einen „Arschtritt von seiner Freundin verpasst bekam“. Die Gelegenheit war günstig, der Affenzirkus komplett.

Florian Werthmann greift zum Mikro. Er ist es, der singt, er ist es auch ausschließlich, der die Texte schreibt.

prüft Licht und Beleuchtung. Gleich sollen sich hier der versierte Kick-Boxer Stefan Schütz und der Schauspieler Sigurd Sundby kloppen. Sundby spielt einen Blender, einen Narzissten, der glaubt, es mit allem und jedem aufnehmen zu können. Tatsächlich hat er von jemandem eine Einweisung erhalten, der ein Begriff in der Welt des Kickboxens ist. Und Lichtenfelser. Die Rede ist von Bernd Grau, zu dem es auf Wikipedia heißt, dass er in seiner Gewichtsklasse 1991 einen Europameistertitel holte.

„Der war ein paar Stunden bei mir in der Halle“, erinnert er sich noch gut an



Doch die Songs entstehen meistens dadurch, dass einer eine Idee zur Bandprobe mitbringt, an der dann alle so lange feilen, bis ein Song geboren wird. Corona-bedingt ist es derzeit mit den wöchentlichen Bandproben aber nicht so leicht. Der Proberaum selbst liegt in Lichtenfels und er war auch der Ort, in welchem man 2015 erstmalig miteinander musste. Und schon konnte. „Vier Stunden am Stück“ probte man an Songs, die Flo und Max schon vorher geschrieben haben und weil das so gut klappte, entstand genau die entspannte Atmosphäre, in der sich ausprobieren und alten Sachen „Feinschliff verpassen“ lässt.

Doch selbst nach all den Jahren ist es der Band beinahe unmöglich, sich stilistisch zu verorten. „Wir sagen eigentlich immer, dass wir Vintage-Rock machen, das passt auf die meisten Lieder“, erklärt Bastian. Der Begriff selbst ist aber Jargon und durchaus erklärungsbedürftig. Er bedeutet, dass etwas, was in der Vergangenheit lag, wieder modern ist. Das lässt nach Wurzeln fragen und die sprechen bei Florian von Jimi Hendrix und Pink Floyd. Max hat keine Fixierung, Bastian kommt dafür eher aus dem Heavy-Metal. Klar, dass seine unverhohlene Zuneigung zu Katy Perry bei Florian und Max für Kopfschütteln sorgt. Aus irgendeinem Grund, so die beiden, „schämt sich Bastian dafür nicht“.

Rückblende, hinein in den Ort des Videodrehs. Kameramann Lukas Stumpf geht um einen eigens aufgebaute Boxring,



den Tag, an welchem er dem Weismainer Schauspieler Sundby im Groben erklärte, wie er als Boxer zu agieren habe. Noch besser erinnert er sich an den Tag der Dreharbeiten selbst und an das Ergebnis: „Das Video ist echt Klasse geworden.“ Die Webseite auch in englischer Sprache, ein Tonstudio auf Vermittlung einer Münchener Agentur in Budapest und was die Mediennutzung zur Verbreitung von Musik anbelangt, so ist man auch breit aufgestellt: Spotify, Deezer, YouTube, Facebook et cetera. „Trotzdem haben wir von unserem Debut-Album ‚Beyond the Surface‘ auch eine kleine Auflage an CDs pressen lassen, weil wir da schon ein bisschen altmodisch sind und es einfach schön ist, auch was in der Hand zu haben (...). Ein Traum wäre es natürlich auf Vinyl gewesen, aber dafür hat das Budget leider nicht gereicht. Aber wer weiß, vielleicht dann beim nächsten Album“, heißt es seitens der Band. Ein nächstes Album wird es geben, denn die besten Songs sind angeblich ja noch gar nicht geschrieben worden. Ja, natürlich gebe

es auch Leute, die von einer Profikarriere abraten. Die Risiken dieses Traums hat die Band selbst auch durchgespielt und glaubt, dass man sich vielleicht am meisten selbst im Wege stehe. Abgesehen davon sieht man ja gerade das Risiko besonders deutlich daran, dass aktuell keine Konzerte möglich sind. Und Bands sind auf Konzerte angewiesen, weil sie sonst „neben Merchandising eigentlich so gut wie keine Einnahmen haben“. Doch ein Traum wäre es und wenn man sich den Spaß an der Musik erhalten könnte, dann ohnehin. Die Zeit wird es weisen und abgesehen davon, ist man gedanklich jetzt erst mal beim 29. Januar. Lichtenfelser Bands machen eben einen Schritt nach dem anderen, man will ja keinen Affenzirkus.

MONKEY CIRCUS

Booking: atmonkeycircus@gmail.com

Phone: 0171 825 90 70

www.monkeycircus-band.com

Eine Idee, die sich gewaschen hat.



Nun könnte man ja glauben, so eine Waschanlage ist das Banalste von der Welt. Was soll schon passieren außer Auto rein, Wasser drüber, Auto raus? In der Welt von Jens Gropp sind Waschanlagen alles andere als banal, sonst hätte der Mann nicht eineinhalb Jahre mit Recherchen zugebracht. Die Wahrheit ist nämlich die, dass Waschanlagen nicht gleich Waschanlagen sind. Oder ist es etwa normal, dass man mit Schmutz auf dem Lack kommt und mit Lemonenduft im Innenraum geht?

Kubakrise und Mauerbau, Ende des Algerienkrieges, Verhaftung von Nelson Mandela, Spiegel-Affäre – es war ein bewegtes Jahr, dieses 1962. Im Großen wie im Kleineren. Im Großen darum, weil die Welt für Stunden am Abgrund stand, im Kleineren und insbesondere für die beiden Augsburger Gebhard Weigele und Johann Sulzberger, weil sie sich ihre Erfindung im August patentieren ließen. Die Rede ist von einer selbsttätigen Waschanlage für Kraftfahrzeuge. Das liegt jetzt 58 Jahre zurück und seitdem hat sich viel verändert. Was früher Luxus war, ist heute Üblichkeit und wo sich der Kunde früher zufrieden zeigte, stellt er heute Ansprüche. Um die zu erfüllen, muss sich stetig etwas tun. An der Rudolf-Diesel-Straße in Lichtenfels-West hat sich etwas getan. Drei Boxen breit und so hoch, dass auch glatt drei Lieferwagen nebeneinander in ihnen stehen könnten. Doch mit der üblichen Abfertigung bei Waschanlagen ist es heute nicht mehr getan, zumindest nicht, wenn man Jens Gropp zuhört. Der Chef der „Schrepfer Mineralöl und Brennstoff GmbH“ hat das Waschverhalten von Kunden beobachtet und Studien verfolgt. Das Waschverhalten, das sie an ihren Autos an den Tag legen, wohlgermerkt. „Der Kunde möchte nämlich selber Hand anlegen“, weiß Gropp und zeigt Verständnis, weil „eine Handwäsche einfach eine Handwäsche ist“. Aber der Mann, der in Bezug auf den von ihm gebotenen neuen Service von speziellen weicheren und schonenderen Bürsten spricht, hat ein Faible für dieses Metier entwickelt. Tatsächlich stellt es sich auch in den Dienst der Tierhygiene und allen Ernstes betreibt Gropp auch eine Hundewaschanlage. Darauf angesprochen, muss der Lichtenfelser lächeln und bestätigt, dass auch ein Hund aus einer Waschanlage „wie ein neuer rauskommt“. Dann wird er wieder ernst und kommt

auf Umweltschutz und Nachhaltigkeit zu sprechen. „Der Name Schrepfer soll dafür stehen“, konstatiert er und erklärt von hier ab, wie man sich doch bei seiner Einschätzung eines Sachverhalts täuschen kann. „Denn zuerst denkt man immer, es ist ein kleines Projekt“, so der Enddreißiger.

Doch die Planungen wurden umfangreicher, weil die Prämisse darin lag, die neueste zur Verfügung stehende Technologie zu nutzen. Die aber beinhaltet so Dinge wie eine Pelletheizung mit Abgaskondensator. Dieses Kondensat wird dabei aufgefangen und zur Wärmerückgewinnung genutzt. Zur Ausgereiftheit des Know-hows bemerkt er, man habe „alles hergeholt, was es derzeit auf dem Markt gibt“. Einige Überraschungen, so wie beispielsweise ein Fußmattenreiniger oder eine spezielle Fahrradhalterung, kämen noch. Aber die Technik ist nur die halbe Miete, denn sie muss auch bedienungsfreundlich sein. Spätestens jetzt wird klar, dass man Hersteller vergleichen muss, dass man Fachartikel zu lesen hat, dass man damit seine Feierabende auch verbringen kann. Vor allem dann, wenn der Umweltschutz den Raum einnehmen soll, den man im Schilder führt. „Das dreckige Wasser durchläuft mehrere Abscheideprozesse, in denen es gefiltert wird und als Schmutzwasser in die Kanalisation läuft“, versichert Gropp.

Waschanlagenwechsel und Ortswechsel, weg von der Rudolf-Diesel-Straße 1 und hin zur Bamberger Straße 125. Hier steht



Hundewaschanlagen sind kein Gerücht.



Ein Unternehmer mit Sinn für Humor: Jens Gropp.

sie seit diesem Jahr, die Hundewaschanlage. Nein, Hunde werden nicht in sie hineingefahren und nein, rotierende Bürsten – so weich sie auch sein mögen – machen sich an einem Hund auch nicht zu schaffen. Es ist vielmehr eine geräumige Box, in der zwar der Hund angeleint wird, er aber die Nähe zu Herrchen und Frauchen behält. „Die Hunde sitzen entspannt drin, genießen das.“ Kein Wunder, denn auch hier wird der Trend bedient, wonach Herrchen und Frauchen ja selbst Hand anlegen, waschen, kraulen und einseifen. Warmes Wasser ergießt sich über den Hund, für Hundeshampoo ist gesorgt. Man kann überhaupt Kuren aus verschiedenen Programmen wählen und am Ende „kommt er wie ein neuer Hund raus“, attestiert Gropp. Der Lichtenfelser gibt zu, dass die Idee einer Hundewaschanlage „natürlich belächelt“ wurde. Aber seit Monaten schon wird sie auch erstaunlich gut angenommen, denn mindestens ein Hund pro Tag erhält dort sein Wellness-Programm. Aber wie kam Gropp nur auf

diese Idee? „Ich kriege ja regelmäßig Unterlagen zum Durchstöbern (...) und im Grunde hat mich das schon vor vier Jahren begeistert.“ Doch auch so eine Hundewaschanlage macht Entwicklungsschübe durch und so so bietet die Gropp'sche den speziellen Fön, das Anti-Floh-Mittel und den passenden Conditioner. Verlässt der Hund nach dem Gassigehen sauber diesen feucht-behaglichen Ort, dann betritt er wieder sauber die Wohnung. Ab dem kommenden Jahr wird die Hundewaschanlage dann auch in der Rudolf-Diesel-Straße zu finden sein.

Es gibt Anekdotisches zu Waschanlagen und Jens Gropp hat dazu Erinnerungliches auf Lager. „Es gibt auch Leute, die Waschanlagen zweckentfremden. Sie tun Gartenstühle oder Fahrräder hinein“, sagt er lächelnd, zuckt die Achseln und schließt damit, dass ja doch alles in Ordnung sei, „so lange sie nicht darin anfangen zu grillen“. Wie er das sagt, geschieht etwas oben rechts am Eingang der Autowaschanlage. Seifenblasen steigen herab, mehr und mehr. „Wir probieren halt den Kunden aus dem Alltag kurzzeitig rauszuholen“, so der Waschanlagenversierte zu der sich gerade in Betrieb setzenden kleinen Anlage. Dann wird er wieder ernster und spricht von Möglichkeiten und Chancen. Doch ja, der Gedanke zum Waschanlagenbranchenausbau sei schon da, nur sei da eben „noch nix in Stein gemeißelt“. Er sagt es im Hinblick auf Effizienz, er sagt es aber auch mit Blick auf die Nachhaltigkeit und auf Verbindungen zwischen Waschanlagen, der

Nutzbarmachung regenerativer Energien und Wasserwiederaufbereitung. „Das Wasser aus dem Frostschutzbetrieb wird zurückgewonnen“, erklärt er und fügt an, dass das anfallende dreckige Wasser mehrere filternde Abscheideprozesse durchläuft, bis es wieder in die Kanalisation fließen darf.

Waschanlagenwechsel und Ortswechsel, weg von der Bamberger Straße 125, hin zu der Rudolf-Diesel-Straße 1. Was hier entstanden ist, hatte seinen Baubeginn im Februar 2019. Was man nämlich an Waschanlagen nicht vermutet, ist ihre Komplexität. Die Vorarbeiten für die Bodenplatten, der Einbau der Heizung (u.a. Fußbodenheizung) und das Verlegen all der Versorgungsleitungen können Monate in Anspruch nehmen. „Und die bauten in nur einer Woche mit dem Tieflader den Rest auf“, erinnert sich der Lichtenfelser mit einer Mischung aus Schmunzelei und Kopfschütteln. Doch fertig ist das Projekt an diesem Ort noch nicht. Was hier in Betrieb ging, ist eher eine Art Etappensieg. Gropp hat nämlich hier an dieser Stätte noch etwas vor, was er jetzt noch „eine Überraschung“ nennt.

My CAR WASH
Rudolf-Diesel-Straße 1,
96215 Lichtenfels

CAR WASH & my HUNDEWASCHANLAGE
Bamberger Straße 125
96215 Lichtenfels



DIGITALEZ ADVENTSKALENDER

**Am 1. Dezember 2020 ist es soweit.
Der digitale Adventskalender der Stadtbücherei geht online.**



Die Türchen des Adventskalender sind mit Bildern der Kinder geschmückt, die an den Malwettbewerben der Stadt Lichtenfels teilgenommen haben.

Die Stadtbücherei hat ihren digitalen Adventskalender auch von den Grundschulen der Stadt befüllen lassen.

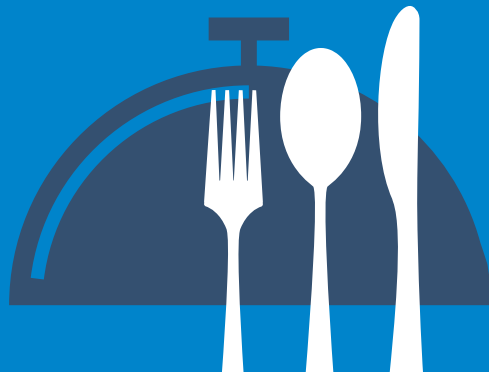
Gespannt sein darf man daher, welche Geschichte sich hinter den Türchen des Adventskalender versteckt. Eine Überraschung bleibt auch, wer die Geschichten vorlesen wird. Mit Begeisterung hat das Team den digitalen Adventskalender gestaltet, um euch auf Weihnachten einzustimmen.

Viel Freude beim Öffnen der Türchen!

www.lichtenfels.de/adventskalender

LIEFERDIENSTE & SELBSTABHOLUNG in Lichtenfels

www.lichtenfels.de/lieferangebote



NAME	TELEFON	INTERNETADRESSE	ÖFFNUNGSZEITEN	ANGEBOT
fitness-küche , Bamberger Str. 42	09571 / 1698631	(online Vorbestellung) www.fitness-kueche.info www.sport-praxis.de	Mo-Fr: 11.00–14.00 Uhr & 16.30 – 18.30 Uhr	Bestellung online / telefonisch; Abholung
Asia Bistro Vietnam , Marktplatz 20	09571 / 6047627	www.bistro-vietnam-lif.de	Di-Fr: 11.00–15.00 Uhr & 16.30–20.00 Uhr. Wochenende und Feiertage 11.00–20.00 Uhr	Asiatische Speisen zum Abholen
Paddys Rest - Irish Pub , Stadtknechts-gasse 6	09571 / 1693887	facebook.com/paddysrest	Mi-So: 17.00-20.00 Uhr	Burger to go; Abholung
Eiscafé Buonissimo , Mainau 4	09571 / 9738615	buonissimo-online.de	Mo, Mi-Sa: 12.00-21.00 Uhr & So: 12.00-13.00 Uhr	Abholung
American Sandwich , Markplatz 23	09571 / 755377	www.american-sandwich.com	Mo–Fr: 9.00–19.00 Uhr Sa: 10.00–14.00 Uhr	Abholung; Lieferung: Mo–Fr: ab 17.00 Uhr
Balaban Döner , Kronacher Str. 40	0160 / 1703909		Mo-Sa: 10.00-20.00 Uhr	Abholung
Pizzeria Bei Toni , Marktplatz 40	09571 / 3213 09571 / 3143	www.beitoni.de	Täglich 11.00-14.00 Uhr & 16.00-21.00 Uhr	Abholung und Lieferung
Ristorante Pizzeria La Nave , Bamberger Str. 18	09571 / 4114	facebook.com/LaNaveLichtenfels/	Mi–So 11.00–14.00 Uhr & 17.00–21.00 Uhr	Abholung
Peker Blitz , Mainau 13	09571 / 949400	pekerblitz-lichtenfels.de	Mo-So: 9.00-21.00 Uhr	Abholung und Lieferung
Pizza-Point Coburger Str. 66	09571 / 946555	pizza-point-lif.de	Mo-Fr 10.00-13.00 und 16.00-21.00 Uhr Sa/So 16.00-21.00 Uhr	Abholung und Lieferung
Restaurant Dornröschen , Überscharweg 1, Schönsreuth	09571 / 9493580	restaurant-dornroeschen.de	Di-So: 12.00-14.00 Uhr & 17.00-20.00 Uhr	Abholung und Lieferung, eingeweckte Speisen, Care-Pakete
Ristorante Rossini , Robert-Koch-Str. 1	09571 / 785500	rossini-lichtenfels.de	Mo-So: 11.30-14.00 & 17.00-21.00 Uhr	Abholung und Lieferung
Saporito Ristorante Pizzeria , Theodor-Heuss-Str. 32	0152 / 22981438	facebook.com/ Saporito-Ristorante-Pizzeria-886835128160018	Di-So 17.00-21.00 Uhr	Abholung
Gasthof Wichert , Alte Reichsstr. 50	09571 / 3317	www.brauereigasthof-wichert.de	(Sa abends) So 11.00-14.00 Uhr	Abholung
Landgasthof Karolinenhöhe , Karolinenhöhe 1, Trieb	09574 / 8495	www.karolinenhoehe.de	Mo+Di: ab 17:00 Uhr Do+Fr: 11:00-14:00 Uhr & ab 17:00 Uhr Sa+So: ab 11:00 Uhr durchgehend	Abholung
Subway , Bamberger Str. 125	09571 / 9739155	www.dein-subway.de	Mo-Fr 10.00-21.00 Uhr	Abholung
Pizzeria Italia Maintalerrasse , Alte Coburger Str. 40	09571 / 3545	facebook.com/PizzeriaItaliaMaintalerrasse oder www.pizzeria-italia-lif.com	Di-So: 17.00-21.00 Uhr	Abholung
Landgasthof Fischer , Mistelweg 17, Mistelfeld	09571 / 2718	facebook.com/Landgasthof-Fischer-Mistelfeld	Fr+Sa: 17.00-20.00 Uhr So: 11.00-13.00 Uhr & 17.00-19.00 Uhr	Abholung
E&G Family Café Bistro , Theodor-Heuß-Str. 32	01525 / 2416920	facebook.com/EG-Family-Cafe-Bistro	14.00-18.00 Uhr	Abholung und Lieferung
Gasthaus Scheffelklause , Viktor-v.-Scheffel-Str. 3	0171 / 7105564	facebook.com/Gasthaus-Scheffelklause-Lichtenfels	17.00-21.00 Uhr	Abholung
Dorfgasthof "Zum Löwen" , Uetzinger Str. 1, Oberlangheim	09576 / 378	www.dorfgasthof.de oder facebook.com/DorfgasthofZumLoewen	Di-Do: 11.00-14.00 & 16.00-19.00 Uhr; Fr+Sa: 16.00-19.00 Uhr; So: 11.00-14.00 Uhr Mo Ruhetag (außer an Feiertagen)	Abholung (Vorbestellung)
Gasthof-Pension Müller , Kloster-Banz-Str. 4, Reundorf	09571 / 95780	www.gasthofmueller.de	Täglich: 17.00-20.00 Uhr Sa+So: extra Speisekarte von 11.30-14.30 Uhr	Abholung
Ristorante Pizzeria 3 Fratelli , Marktplatz 17	09571 / 1691561	www.3fratelli.de www.facebook.com/3fratelli.de/	Mi-Mo: 11.30-14.00 Uhr & 17.00-21.00 Uhr	Abholung
Gasthaus Juraschenke Uetzinger Str. 2, Oberlangheim	09576 / 920200	www.gasthof-juraschenke.de facebook.com/juraschenke/	Di, Sa: 16.30-19.30 Uhr So: 11.00-13.00 Uhr	Abholung
Pizzaschmiede Andresini Oberlangh, Str. 10, Klosterlangheim	0172 / 9143069	www.michael-andresen.de www.facebook.com/Pizzaschmiede-Andresini-M-2199897726766644/	Fr+Sa: 17.00-21.00 Uhr	Abholung

Liefern lassen oder abholen: Viele Lichtenfelser Restaurants und Lokale bieten wieder einen Abhol- oder Lieferservice an. Nutzen Sie die Angebote der Lichtenfelser Gastronomie und unterstützen Sie unsere Restaurants und Lokale.

Sie finden die Liste auch online unter www.lichtenfels.de/lieferangebote. Die Liste wird regelmäßig aktualisiert und ergänzt. Sie vermissen Ihr Lokal in der Auflistung? Dann schicken Sie uns einfach eine E-Mail an wirtschaft@lichtenfels.de und wir ergänzen das Unternehmen in der Auflistung.





Genuss zwischen Witz und Ethos

Alfred Schardt hält ein Foto in der Hand und dabei ist ihm nach einer Witzelei. „Wie von der Addams-Family“, fällt sein launiger Vergleich zu der Art und Weise aus, in der sein Vater auf einem alten Schwarz-Weiß-Foto befrachtet in einem Türrahmen steht. Noch dazu mit einem Hund, der sich so aufgerichtet hat, dass man ihn zuerst für einen übergroßen Nager halten möchte. Doch im nächsten Moment kann der Metzgermeister unerwartet ernst sein, Gewohntes infrage stellen und die Geschichte eines Familienbetriebes so erzählen, dass sich Geschichte, Geschichten und Qualitäts-handwerk die Klinke in die Hand geben.

Tja, wie lange mag jetzt wohl hier in Trieb schon das Haus an der Karolinenstraße stehen? „Seit Achtzehnhundertundzerquetschte“, sagt Schardt und meint damit lediglich den Mitteltrakt. Denn das Haus gehört zu einer Familie, die quasi irgendwann mal die Branche wechselte, die erst eine Bäckerei betrieben und jetzt eine Metzgerei. Wie Schardt davon erzählt, deutet er auf den mittleren Trakt des gesamten Hauses, welches von seinem Vater auch als Aquarell gemalt wurde. Auffällig dabei: die Proportionen stimmen sehr genau, das Auge für Verhältnismäßigkeit war geschult und es gibt kein Verzetteln in Überflüssigem. Hier war ein durchaus versierter Maler am Werk. Ein Metzger mit Kunstsinn? Alfred Schardt erzählt von seinem Vater Fritz und davon, wie dieser schon als Kind mit dem Handwagen und bei dunkler Nacht Bier aus einem Keller im

Wald zu holen hatte. Gaststätte ist man übrigens auch. Doch die Metzgerei „hat mein Vater im Jahr 1954 mit seinem Vater losgetreten“, weiß Schardt. Bis dato hatte dort sein Opa Baptist eben eine Gaststätte und Landwirtschaft betrieben. Doch eine Generation davor kam durch den Urgroßvater Paulus ein Name zustande, der alle Generationen überdauert hat: Zur Becka. Geht man also in Trieb zur Metzgerei, geht man im Grunde zum Bäcker. Über diesen Umstand schrieb Alfred Schardt auch ein Gedicht. In der breitest vorstellbaren Mundart. Es ist nicht das einzige seiner Art und der Verdacht steigt auf, dass es vielleicht sein Mosaiksteinchen zu so etwas wie künstlerischem Erbe sein könnte. Denn der Vater malte ja und ein Bruder ist Porzellanmaler. Doch bei manchen Leuten ist der Trieber auch dafür bekannt, kuriose und humorig-aberwitzige Maschinen zu bauen. So wie die

Bierflaschenstopferaufmachmaschine oder das „Grüchla-Scho-fott“ (Krugschafott), welches in der eher gegen Abend geöffneten Gaststube steht und für den Fall einsatzbereit ist, dass sich ein Gast unbeliebt macht und seinen Krug abzugeben hat. Das liest sich auf der Plakette des Schafotts dann so: „Dann komm ich zu meinem Zuch, beschlagnahmt wird des Sünders Gruch (...) und unbeirrt der Gruchhinrichtung zugeführt.“ Selten waren Rauswürfe origineller und auch wenn der „Gruch“ dann zerdeppert ist, so heißt das nicht, dass der Wirt auf ewig unversöhnlich wäre.

Der 1.1.2005 war für den damals 40-Jährigen ein Stichtag. Er übernahm das Haus, dessen Geschichte, dessen Geschichten, die Metzgerei, die Gaststätte und die Fremdenzimmer. Diese beherbergten im Laufe der Zeit durchaus kuriose Gäste. Da wäre beispielsweise seit 15 Jahren



Das Ehepaar Alfred und Sandra Schardt steht für Qualität.



dieser Bautrupps aus Ostfriesland, der für Mäh- und Baumschnitarbeiten an hiesigen Elektrizitätswerken anzureisen scheint. Dann ist Sommerzeit, dann ist Biergartenzeit. Diesbezüglich halten Schardt einen Biergarten vor, eben „Fred’s Biergärtla“. Noch so ein Ort, an dem sich Beobachtungen treffen lassen. So wie die zu den leeren metallenen Bierfässern, die um einen Tisch stehen und Sockel zu Sitzgelegenheiten bilden, auf der Bulldogsitzschalen für echte Bequemlichkeit sorgen. Ein Jux, den Alfred Schardt selbst zusammengeschweißt hat. Doch der Biergarten bietet neben dem Originellen auch das Idyll, denn man sitzt wie in einer großen Laube unter einem Ahornbaum. Nur hält dort das Idyll halt schon wieder. Aber dort hält das Idyll schon wieder ein Fragezeichen parat, sobald der Blick zu der Stele wandert, auf der FKK zu lesen steht. FKK? Hier? Allen Ernstes? Dahinter verbirgt sich dann doch lediglich der Faschings- und Karnevalsclub des Ortes, bei welchem Schardt in der Vorstandschaft ist. Man wird das Gefühl nicht los, dass an dieser Adresse der Ernst und das Heitere miteinander verwoben sind.

Mit fünf, sechs Jahren, so der Trieber mit Islinger Wurzeln, habe man ihn schon an das Schlachthaus herangeführt. Denn bei Schardt wird geschlachtet und allzu viele Metzger gibt es nicht mehr im Landkreis, die das noch selbst tun. In Marktgraitz und Ebensfeld wisse er noch von welchen, dann wird es schon dünn. Wie Schardt das anspricht, merkt man bald, dass es Ergebnis einer langen Reflexion ist. Der kräftige Mann sitzt am Tisch seines Gasthauses, hat die Hände ineinander gelegt und spricht davon, dass in der Welt „eine Entfremdung zum Tier eingetreten ist, weil alles in ano-

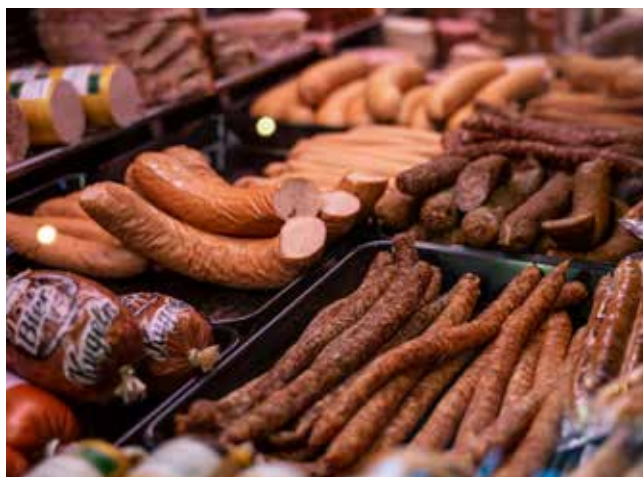
nymen Schlachthäusern passiert“. Ein Satz, der schon für sich steht, doch was der Trieber dieser Einschätzung hinterherschickt, hätte man von einem Metzgermeister wohl nicht erwartet: „Wer gibt uns (Gesellschaft) das Recht, en masse Viecher zu züchten und zu schlachten?“ Auch wenn er Metzger und Unternehmer ist und auch wenn bei ihm ja gar keine Massen geschlachtet werden, brauche man nicht denken, dass er nicht auch bei seinen Schlachtmengen keine Skrupel kenne. „Wir sollten maßvoller sein – auch mit dem Fleischkonsum. Auch als Unternehmer habe ich kein Problem mit dieser Aussage.“

Die Waren aus dem Hause Schardt genießen einen guten Ruf. „Wir beliefern Firmen in mehreren Landkreisen – Lichtenfels, Kronach, Coburg, manchmal auch Bamberg“, zählt der Metzgermeister auf. Doch neben dem, was in Franken traditionell auf den Tisch kommt, verschließt man sich auch neuen Wegen nicht. In letzter Zeit habe man vermehrt glutenfreies Essen angeboten, was mittlerweile als weitere Spezialität gilt. Dann erklärt der Meister ein paar Zusammenhänge hinsichtlich des Speiseangebots: Montag ist Burgertag, Mittwoch ist während der Biergartensaison „Futtern wie bei Muttern“ und sollte es mit Corona noch lange so dauern, dann ist auch an einem Sonntag im Monat „Essen zum Heimnehmen“ angedacht. Und ja, ein Party-Service existiert auch. Bei dem Wort „Party“ wird der Mann wieder heiter und erzählt von einem Begriff, der ihm vor geraumer Zeit für seinen Betrieb, seine Leistungen und seinen Wirkungsradius in den Sinn fiel: Regio-Mett-Werkstatt. Ein geschützter Begriff. Dass diese „Werkstatt“ noch lange weiterbesteht, dafür wiederum besteht berechnete

Hoffnung. Es gibt eine Meistertradition im Hause Schardt, aber eine, die einer Zahlenmystik zu folgen scheint. Alle 31 Jahre, warum auch immer, kommt es zu einem neuen Meistertitel. So ging es seinem Vater, so ging es ihm, so ging es bei seiner Tochter.

Trieb und Schardt – da bestehen Bande. Rhythmische. Brasilianische sogar. Das war nicht vorherzusehen, aber irgendwann vor bald zehn Jahren war da diese bei Schardt ausgerichtete Geburtstagsfeier, zu der eine Samba-Truppe angetrommelt kam, dem Jubilar zu gratulieren. Da fragt man schon mal nach der Visitenkarte. Auf ihr zu lesen stand: „DownTownSamba“ aus Hof. 2012 wurde dann dieser Rhythmus heimisch in Trieb. Der Ort hat tatsächlich sein jährliches Samba-Fest. Wenn Corona vorbei ist, soll es auch wieder zu einem Fest kommen. „Wir werden einen rausdonnern, dass die Heide wackelt.“ Dann ist Alfred Schardt danach, einen Blick in die Zukunft zu tun, dorthin, wo sein Enkel Jakob mal seine Zeit verbringen wird. „Da wird’s vielleicht keine Metzger mehr geben, da werden wir nur noch Tabletten kriegen und an Montag eine mit so vielen Kalorien, dass das eine ganze Woche hält.“ Sollte es mal soweit kommen und mit Fleisch nichts mehr gehen, dann „machen wir halt wieder einen Bäckerei auf“, so der Mann lachend. Aber im Ernst fügt er noch an, dass seine Frau Sandra eine „sensationelle Bäckerin“ ist. Die Zukunft kann kommen.

Gasthof & Metzgerei Schardt
 Karolinenstraße 8
 96215 Lichtenfels
 Telefon: (09574) 9206





Alternativ natürlich – natürlich alternativ

Jetzt ist sie da, die dunkle Jahreszeit. Abseits von allem Meteorologischen bringt sie eine Menge mit sich – alle Jahre wieder und nicht zur Erbauung. Von Erkältung über trockene Augen bis Bronchitis, von Niedergeschlagenheit über Grippe bis zur gereizten Haut reichen in Apotheken die winterlichen Schlagwörter. Zu ihnen ist dann Hilfe gefragt, doch es gibt Mittel und Wege. Mitunter mehr als man glaubt.

Wer auf die Webseite der Vitalen Apotheke unterwegs ist, stößt bald auch auf eine Sparte namens „Alternative

Medizin“. Ihr und den sich in ihrer Nähe befindlichen kurierenden Möglichkeiten ist die Mitarbeiterin Claudia Sikorski besonders zugetan. Pharmazeutisch-technische-Assistentin (PTA) ist ihr Beruf und neben all ihrem Wissen zu herkömmlicher Medikation, hat sie auch einen Blick für einen zweiten und dritten Weg. Der zweite Weg hat mit Selbstverantwortung bzw. Eigenvorsorge zu tun und diesbezüglich kann sich die junge Frau in aller Freundlichkeit durchaus resolut äußern. Ein Kunde darf gerne auch mal selber was für sich tun - zwischen bewusster Lebensführung, bewusster Er-

nährung, genügend Bewegung und dem Lesen des Beipackzettels. Wie sie das so erzählt, kommt bei dieser Gelegenheit gleich raus, dass sie auch gerne gewillt ist, mit einem Kunden so einen Zettel bei aufkommenden Fragen durchzugehen. Wenn Zeit dafür ist, nimmt sie sich die auch. „Ich mache auch aus einem Nasenspray ein Beratungsgespräch, denn manchmal haben die Kunden eigentlich eine Allergie.“

Was den dritten Weg anbelangt, so setzt die Frau auch gerne auf Präparate aus dem Hause Prodeco Pharma. Gerade bei



PTA Claudia Sikorski nimmt sich Zeit für Beratung.





jahreszeitlich bedingten Erkrankungen können sie vorbeugend oder flankierend genommen werden, aber freilich immer in Absprache. „Wählen Sie die natürliche Lösung“, heißt es dazu seitens Prodeco. Doch das Haus nimmt noch etwas für sich in Anspruch, nämlich „von Natur aus ethisch“ zu sein. Das stieß auf das Interesse der Mitarbeiterin und sie begann ausführlich zu recherchieren. Was sie dabei und bei Produktschulungen herausfand: Es gibt den Gedanken der Ganzheitlichkeit schon in den Rezepturen. Das Entzündungshemmende, die Stärkung des Immunsystems und die Frage nach dem Antimikrobiellen kommen durch die Inhaltsstoffe zur Geltung. Überdies gelten sie als gut verträglich. Was beispielsweise gerade jetzt im Winter das Immunsystem unterstützt, ist die Verbindung von Grapefruitextrakt mit speziellen, präzise aufeinander abgestimmten pflanzlichen Inhaltsstoffen. Vorbeugung oder auch rasche Linderung von Symptomen sind dabei Anwendungsgebiete. Aber was bedeutet jetzt gleich noch das Adjektiv „antimikrobiell“? Das Wort wird verwendet, um Wirkstoffe zu bezeichnen, welche die Eigenschaft aufweisen, auf Produkten vorhandene Mikroben unschädlich zu machen. Gemeint sind damit beispielsweise Bakterien oder Schimmelpilze. Bei akuten mikrobiellen Infektionen eignet sich – sofern nicht synthetische Antibiotika zwingend erforderlich sind – GSE BIOTIC Forte. Es enthält Pflanzenextrakte, denen eine immunmodulierende und immunstimulierende Eigenschaft zugeschrieben



Dr. med. Jürgen Auernhammer lässt auch gesunde Alternativen gelten.

wird. Mutter Natur eben.

Mutter Natur kann einem aber auch Dinge in den Mund legen. Denn gerade im Winter kommt es auch vermehrt zu Erkrankungen und Beschwerden im Mund- und Rachenraum. Echter Eibisch, Süßholz, Ingwer, Echinacea purpurea, Himbeere oder Tragantwurzel können dann gut verträgliche Kombinationen antiseptischer und entzündungshemmender Art eingehen. So erhalten die Schleimhäute eine praktisch nebenwirkungsfreie befeuchtende Wirkung.

Über winterliche Beschwerden lassen sich noch mehr Worte verlieren und es sind keine schönen. Augentrockenheit und Bindehautentzündung sind solche Worte. Auch hierfür hält Prodeco etwas von Natürlichkeit vor. Abseits von synthetischen Medikamenten findet man in der Vitalen Apotheke auch Beratung hinsichtlich etwas, das nicht nur im Winter vorkommt. Sodbrennen ist eine Art Allwetter-Klassiker, auf den sich aber gerne verzichten lässt. Auch dafür gibt es natürliche Wege, die schonend eine Magenschutz-Barriere aufbauen und dabei nicht den pH-Wert verändern. Indem das natürliche Präparat Angst und Stress durch seine Inhaltsstoffe vermindert, gleicht es die damit verbundene Hormonsekretion und damit auch die konstante Simulation wieder aus, wel-

che die Magenschleimhaut dazu anregt, übermäßig Magensäfte zu produzieren. All das ist natürlich erhältlich auf Anfrage, natürlich besonders im Winter und überhaupt natürlich.

Doch bei alledem darf man nicht vergessen, dass eines eben nicht immer natürlich ist: die Nachbarschaft von synthetischer Pharmazie und Naturprodukten. In der Vitalen Apotheke zeigt sich das durchaus anders. Dr. Jürgen Auernhammer kennt an sich schon zwei Wege. Der Mann ist Arzt und Apotheker. Eine Offenheit für eine dritten Weg hatte er auch, denn als seine Mitarbeiterin anregte, verstärkt auf die Naturschiene zu setzen, stimmt er zu. „Offenheit ist ein Lebensprinzip und durch Offenheit lernt man auch viel von seinen Kunden“, bemerkt er hierzu.



VITALE
APOTHEKE e.K.
LIFE CITY CENTER

Mainau 4 · 96215 Lichtenfels
Telefon: 09571 - 947 90 80
life@vitale-apotheke.de
www.gesundheitlife.net

Lichtenfelser

Nussknacker-

Wochen!

28.11. - 23.12.2020

Nüsse erhältlich in folgenden Treffpunkt-Fachgeschäften:

Denkmal an...Schmuck
Dumproff Buch & Kunst
Markt-Apotheke
Hörgeräte Geuter
Bratwursthäusla Kraus
Parfümerie Aurel
Schuhhaus Hofmann
TFR Reisebüro
Metzgerei Molendo
Bäckerei Söllner

Expert
Shell-Autoport-Tankstelle
Sanitätshaus Wirth
Pizzaservice „Bei Toni“
Mode Deuerling
Jeansland
Hairkiller
Deuber Moden
STARKüchen
Gelder & Sorg

Sponsoren:

Aktionsgemeinschaft Treffpunkt Lichtenfels
Stadtmarketing Lichtenfels
Püls-Bräu
Brauhaus Leikeim

Lichtenfels:
IHR
TREFFPUNKT.



STADTMARKETING
LICHTENFELS e.v.



„Auch wenn in diesem Jahr aber auch wirklich alles anders ist, gibt es Dinge, die verlässlich bleiben. Unsere schon traditionelle Nussaktion wird nämlich – in veränderter Form - auch unter Corona-Umständen fortgeführt und unseren Kunden angeboten. Darüber freuen wir uns einfach sehr.“

Jutta Glätzer, Vorstandsmitglied der Aktionsgemeinschaft Treffpunkt und Stadtmarketing Lichtenfels

„Die Nüsse werden heuer ausnahmsweise mal beim Kunden im ‚Homeoffice‘ geknackt.“

Susanne Mohnkorn, Vorstandsmitglied der Aktionsgemeinschaft Treffpunkt und Stadtmarketing Lichtenfels

Auch wenn Corona viel Unerwartetes mit sich brachte, darf man sich als Lichtenfelser auf eine Sache doch verlassen: Die Nussaktion hält tolle Preise parat und für zehn Gewinner ist der Festtagsbraten mit Gänsen gesichert. Gans sicher!“

Sieglinde Allgaier, Vorstandsmitglied der Aktionsgemeinschaft Treffpunkt

Wir freuen uns, dass wir die Nussaktion in diesem Jahr durchführen und uns mit ihr auch bei den Kunden unserer Einkaufsstadt für all die Treue bedanken können. Jeder Lichtenfelser kann durch seine Einkaufsgewohnheiten mit dafür sorgen, dass unsere lokalen Geschäfte auch weiterhin eine Zukunft haben. Ich hoffe, dass vielen Bürgern die Wichtigkeit des lokalen Einkaufs bewusst wird und sie die zahlreichen Angebote in unserer Stadt nutzen.

Steffen Hofmann, Citymanager



Na, auch so einen KLEINEN...

Kundenstamm? Dann wechseln Sie jetzt zu uns!

- Markenberatung & Strategie
- Corporate & Brand Design
- Werbekampagnen
- SocialMedia
- Websites & Online-Shops

cm
creativmarketing

creativmarketing.net

Werbegentur creativmarketing
Michael-Och-Str. 5, 96215 Lichtenfels
095 71 929 93 00

VITALE APOTHEKE

ONLINE
Einkaufen zu jeder Zeit



BESTELLUNG
telefonisch, online
und email



KOSTENFREIE LIEFERUNG
bei Rezepten
und ab 14 €



AM SELBEN TAG
Bestellungen
bis 12.30 Uhr

VITALE liefert nach Hause und ins Büro in Lichtenfels und Umgebung.

VITALE APOTHEKE
LIFE CITY CENTER

Mainau 4
96215 Lichtenfels
www.gesundheitlife.net

Öffnungszeiten
Mo bis Fr 8.30 - 19 Uhr
Sa 8.30 - 19 Uhr

☎ 09571 - 947 90 80 · ✉ life@vitale-apotheke.de



**Lichtenfelser
Vereine stellen
sich vor**

Wo Hunde Sanitätskollegen sind

Es waren 35 Einsätze allein im vergangenen Jahr. Das ist eine Menge. Manchmal ging es dabei um Leben und Tod, immer aber um Schicksale. So ist das bei einer ASB-Rettungshundestaffel. Jahr um Jahr gehen ihre Spürnasen im Landkreis Lichtenfels auf die Fährte von Menschen, die in furchtbare Situationen geraten sein können. Doch wer und was steckt alles dahinter? Auch das Stadtmagazin nimmt Fährte auf.

Timo Griebel ist ein freundlicher Mann. Der Endvierziger ist Elektriker bei einer großen deutschen Versicherung, ist ein Ehemann und Familienvater mit geregelterm Leben irgendwo in Ahorn. Doch manchmal wird sein Idyll unterbrochen,

von einem Moment auf den anderen und mitten in der Nacht kann ihm das geschehen. Dann, wenn z. B. die Polizei Rettungshunde anfordert. Griebel ist Leiter der Rettungshundestaffel und ihr Einsatzgebiet ist groß, umfasst die Landkreise Lichtenfels, Kronach und Coburg. In ihnen wohnen insgesamt mehr Menschen als in den Großstädten Mainz oder Kassel.

Ortswechsel. Weg von Ahorn, hinein in den Lichtenfelser Landkreis, aus dem fünf Mitglieder der Staffel kommen. Hier in Bad Staffelstein befindet sich ein Trainingsplatz für die Hunde und in Burgkunstadt das Freibad Kunomare, in welchem diese ihren Spürsinn auch

bei Beeinträchtigung durch das Element Wasser schulen. 25 Mitglieder mit 22 Hunden zählt der Trupp, zu dem Griebel schmunzeln muss. „Wir sind ein sehr zusammengewürfelter Haufen und der weitest entfernte Kollege von uns kommt aus Plauen.“ Dann wird der Mann wieder ernst und erzählt von einem der noch nicht so weit zurückliegenden Einsätze im Lichtenfelser Land. Es ging um einen älteren Mann, der im August in einem Klinikum vermisst wurde. Es ging glimpflich aus, aber Griebel verwendet ein Wort, das einen erschauern lässt: „Lebendfund“. Spätestens jetzt wird jedem klar, dass es auch andere Funde gibt.

Griebel kann skizzieren. „Er muss eine



Das Ehepaar Timo und Bettina Griebel lebt für die Hundestaffel.



Stunde durch den Wald flitzen können und es muss das Höchste für ihn sein“, sagt er über eine Neigung, die bei einem Rettungshund unabdingbar ist. Im Umkehrschluss bedeutet das, dass ein „Hund, der lieber auf dem Sofa sitzt, ausscheidet“. Doch welcher Hund eignet sich so ganz allgemein? „Es geht nicht um die Rasse, aber laut Griebel sollte er „mittelgroß sein und er braucht Arbeitstrieb“. Dann lässt der Mann eine Zahl fallen, die Respekt einflößt: 5727. So groß war allein 2019 der Trainingsstundenaufwand aller Staffelmitglieder, sowohl bei der Flächensuche wie auch beim Mantrailing. Es ist ein erklärungsbedürftiges Wort, dieses „Mantrailing“ und es steckt viel dahinter. Denn wenn ein Mensch vermisst wird, dann soll der Hund den Weg aufzeigen, den der Mensch genommen hat. Damit er aber dazu in der Lage ist, bedarf er eines Geruchsgegenstandes, den dieser Mensch in Gebrauch hatte. Das kann eine Textilie sein, der Rasierapparat oder sonst etwas. Aber an dieser Stelle sollte ein Rettungshundeführer darauf achten, dass es ein Gegenstand ist, der erst jüngst vom Vermissten benutzt wurde. Verwandte oder Pflegepersonal sind dann um Auskunft angehalten. „Ich lasse den Hund diesen speziellen Geruchsartikel anriechen - das geschieht am letzten Sichtungspunkt“, bekommt man von Griebel zu hören. Mit letztem Sichtungspunkt ist der Ort gemeint, an dem der Vermisste letztmalig gesehen wurde, also die noch frischeste bekannte Geruchsspur hinterließ. Und die ist „genauso individuell wie ein Fingerabdruck“. Über die Geruchsleistung von Hunden kann auch Griebel nur staunen. Besonders Adrenalin würden Hunde extrem gut riechen. Das kommt womöglich den Hunden in die Nase, die in der Rettungsstaffel auf Flächensuche

trainiert werden. Hierbei geht der Hund im Gelände zwar zuerst seiner Nase und erst dann visuellen Reizen nach, aber er hat eben auch ein geschultes Auge für Körperhaltungen. „Menschen, die sich krümmen, die kauern und hilfsbedürftig wirken“, fallen ihm auf. Was ein Flächenhund an Areal absuchen kann, liegt zwischen drei und fünf Hektar, zumeist Wald. Doch es ist erstaunlich, was es zu den Hunden und der Art und Weise, wie und wo sie trainiert werden oder wie sie als Gespann zu funktionieren haben, zu erzählen gibt. Bis zu zweimal pro Woche geschieht das Training, „ohne Druck, um das Spielerische zu erhalten“. Dabei sollte es immer einen positiven Ausgang geben, also ein Erfolgserlebnis für den Hund, verbunden natürlich mit Leckerlis oder mit Spielzeug.

Zwei bis drei Jahre nimmt die Ausbildung für das Mantrailing in Anspruch, wobei sie unter erschwerenden Bedingungen stattfindet. Ein Mantrailing-Hund lernt das Suchen nämlich in städtischem Umfeld, dort, wo er sich trotz Autoabgasen und anderen Gerüchen nicht irritieren lassen darf. Zwei Jahre dauert aber auch die Ausbildung für die Flächensuche. Am Ende hat ein Hund einen Lebend- oder Totfund auf eine spezielle Weise anzuzeigen. Tatsächlich wird einem Rettungsstaffelhund auch Kondition abverlangt und was Griebel erzählt, möchte man erst nicht glauben: „Das Suchen ist für den Hund extrem anstrengend und schon nach 30 Minuten ist seine Körpertemperatur um zwei Grad gestiegen.“

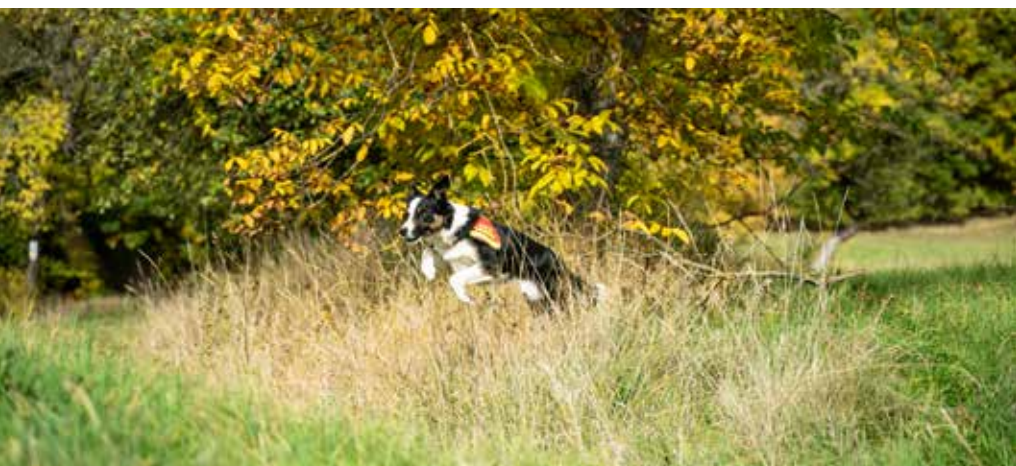
Und der Hundeführer selbst? Was muss der lernen? Griebel wartet mit Erwartbarem und Verblüffendem auf. Dass ein Hundeführer eine Sanitätsausbildung braucht, darauf mag man selbst noch kommen. Doch er muss sich auch mit

Bereichen der Kynologie befassen. Erste Hilfe am Hund also. Der Hund, das ist das Arbeitsgerät, reißt er sich Krallen aus oder tritt er in Scherben, dann bedarf auch er eines Sanitäters. Doch jetzt, so scheint es, beginnt erst Griebels Auflistung der geforderten Kompetenzen. „Orientierung mit Karte, Kompass und GPS, Kenntnisse in Einsatztaktik, in Rechtsfragen bei Einsätzen und die Funkausbildung, welche auch die Feuerwehr hat“, führt der Rettungshundestaffelführer noch an.

Ein weites Feld. So hätte ein Günter Grass zusammengefasst, was alles so ins Phänomen Rettungshundestaffel hineinspielt. Da wären manche schlimmen Anblicke, derentwegen man auch als Rettungskraft eine Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV) in Anspruch nehmen darf. Denn Lebendfunde hat man nicht immer, aber auch die können traumatisieren. Doch das mit der PSNV geschehe bei einer Rettungshundestaffel vergleichsweise selten, weiß Griebel und liefert dafür eine Theorie. „Ein Hund erdet, man teilt das (schlimme) Erlebnis mit ihm und das trägt zur psychologischen Gesundheit bei.“ Eigentlich, so Griebel, habe der Verein dieses Jahr sein kleines Jubiläum feiern wollen. Seit fünf Jahren bildet man ein starkes Team, hält man zusammen und das über Landkreisgrenzen hinweg. Nur leider hat Corona die Feier dazu „erst mal erledigt“. Und so beschränkt man sich auf das Training oder die Einsätze und das Privatleben mit den Hunden. Denn das „Einsatzgerät“ Hund ist ja immer auch der eigene Hund, der eigene vierbeinige Freund.

**RETTUNGSHUNDESTAFFEL
ASB KRONACH**

Tel.: 0 92 61 / 50 677-0
E-Mail: rettungshunde@asb-kronach.de



Wenn Geschichte bunt erneuert wird



Gerald Stutz hat die Möglichkeiten der Städtebauförderung genutzt.



Spezialistin auf ihrem Gebiet: Rita von Frantzky.

Das Haus an der Adresse Bamberger Straße 4 ist durchaus prominent. Es gehört mit seinem Türmchen irgendwie zum westlichen Portal der Innenstadt und ist im Volksmund als Schuhmann-Haus bekannt. Einst war es gelb, jetzt steht es in einem Grünton da. Seit über einem Jahr wird hier gearbeitet, renoviert, restauriert, gewirkt und gewerkt. Doch was und wer stecken dahinter? Und wieso und weshalb?

Rita von Frantzky ist mittlerweile ein bekanntes Gesicht in Lichtenfels. Die Frau, die für Fragen rund um Städtebauförderung auch in Lichtenfels tätig wird, ist mehrmals monatlich vor Ort. Das sind dann oft Bauherrentermine, zu denen sie aus Nürnberg anreist, und dabei immer auch mit Stadtbaumeister Gerhard Pülz zusammentrifft. An diesem 17. November wird auch der Lichtenfelser Architekt Johannes Morhard bei einem Treffen dabei sein, vor allem aber Hauseigentümer Gerald Stutz. Im März 2018 erwarb er die Immobilie vom Vorbesitzer. Ab hier führt eine Spur in die Vergangenheit und eine in die Gegenwart. „Mir hat das Haus immer gefallen, ich habe hier

auch teilweise meine Jugend verbracht“, so der Unternehmer aus der Werbemittelbranche. Mit „hier“ meint er die Backstube samt Ofen, die im Parterre noch erhalten ist, die Lichtenfels aber schon seit Jahrzehnten nicht mehr zu Gesicht bekam. Stutz spricht von „Nostalgie“, die bei ihm aufgekommen sei, als er von der Möglichkeit erfuhr, das Haus kaufen zu können. Doch mit dem Kauf war die Zukunft des Hauses, über dessen Eingang in Sandstein geschlagen das Baujahr 1913 zu lesen steht, besiegelt. Es sollte wieder strahlen, es sollte durchaus auch auffälliger werden. „Wenn ich es kaufe, ist es klar, dass ich renoviere“, erklärt Stutz. Das wiederum erklärt auch das bald darauf erfolgte erste Zusammentreffen mit Rita von Frantzky.

Was die schon beinahe Teilzeitlichtenfelserin aus Nürnbergerin dem Haus zugute hält, ist sein Wiedererkennungswert und seine relative Größe. Dabei fällt auch der Begriff „Zweiseitigkeit“ und zu ihm erzählt Morhard etwas Anekdotisches. Denn die beiden Frontseiten des Hauses teilen sich eine sanfte Abrundung, die an der Schnittstelle zwischen Bamberger

Straße und Bahnhofstraße geschah. Ein solches Haus wie das in Lichtenfels, erklärt der Architekt, soll auch in München noch vorkommen und der Grund, weshalb das mit der Abrundung so ist, lag im Willen zur Unfallvermeidung. Damit Pferdegespanne, welche von zwei Seiten auf die Ecke zusteuerten, einander frühzeitig genug erkennen konnten, sei diese sanfte Kurve ersonnen worden. Obwohl dies ein landesweit vernünftiger Gedanke gewesen sein dürfte, sind nicht viele Häuser dieser Bauart bekannt. Auch Morhard hat seinen Bezug zu dem Haus und wie man so im neu ausgebauten Dachstuhl, der nun eine Wohnung bereithält, miteinander ins Gespräch kommt, da formuliert er es so: „Wer in Lichtenfels aufgewachsen ist, der kennt das Café Schuhmann.“ Bis hierhin ist das eine noch eher allgemeine Aussage, ab jetzt jedoch wird sie etwas spezieller, denn: „Das Café Schuhmann war wie ein Wiener Kaffeehaus.“ Mag auch das Café Schuhmann nicht mehr sein, eine Bäckerei samt Café gibt es dennoch. Schon längst ist die Bäckerei Söllner ein Begriff. Im Gegensatz zum „Schuhmann“, welches sich rechts vom Hauseingang befand, findet sie sich links davon. All die Umbaumaßnahmen im Haus bringen auch für die Bäckerei Söllner, die seit knapp vier Jahren von der Bäckermeisterin und Betriebswirtin Johanna Kornitzky betrieben wird, etwas mit sich. Der Genuss wird ums Eck biegen, ein kleines Caféhaus vorhalten und von der Bahnhofstraße aus zu betreten sein.

Damit all derlei Dinge umgesetzt werden können, gibt es ein kommunales Förderprogramm, bei welchem die

Stadt Lichtenfels private Bauherren bei notwendigen Umbauarbeiten durch Gewährung eines Zuschusses unterstützt. Zweck dessen ist die Erhaltung des historischen Stadtkerns und dessen angrenzender Bebauung, sowie die Verbesserung des äußeren und inneren Zustandes von privaten Wohn-, Geschäfts- und Verwaltungsgebäuden. Dies alles auch unter den Aspekten der Barrierefreiheit und der Energieeinsparung. Zwischen 1992 und 2016 wurden 23 private Maßnahmen bezuschusst. Dann, 2016, beschloss der Stadtrat die Novellierung des kommunalen Förderprogramms und rief das Lichtenfelser Stadtsanierungsprogramm (www.lichtenfels.de/stadtsanierungsprogramm) sowie das Lichtenfelser Geschäftsflächenprogramm ins Leben. Eine positive Folge dessen war, dass die Förderungen erhöht wurden. Bis dato wurden in dem einen Fall 18 Maßnahmen angegangen bzw. abgeschlossen, im anderen Fall zehn. Im Laufe der Zeit, so Rita von Frantzky, seien die seit einigen Jahren aufgelegten Förderprogramme in Lichtenfels richtig gut angenommen worden. Mehr noch, sie hätten sogar Schule gemacht, denn „das Stadtsanierungsprogramm wird mittlerweile in Oberfranken und Mittelfranken kopiert“. Bei der Regierung in Bayreuth habe sich diesbezüglich gar schon ein Satz geprägt: „Schaut auf Lichtenfels!“ Was hiesigen Hauseigentümern mit dem Willen zum Sanieren auch entgegenkommt, sei, dass das Stadtsanierungsprogramm sogar vereinfacht wurde.

Doch es kann passieren, dass die äußeren Umstände eben nicht einfacher werden. Was, wenn man mit Renovie-

rungs- und Sanierungsarbeiten in Verzug gerät? Wirkt sich das nachteilig auf die Förderung aus? Eine Frage, die gerade jetzt in Corona-Zeit Aktualität aufweist. Doch in dieser Frage geben von Frantzky und Pülz Entwarnung. Es gibt „einen langen Atem bei der Städtebauförderung“, heißt es unisono. „Wenn wir sehen, dass es Baufortschritte gibt, dann zeigt sich die Städtebauförderung in Hilfe und Geduld unbürokratisch.“

Stadtbaumeister Gerhard Pülz weiß um Herausforderungen am Haus. Zum Beispiel um die des Schallschutzes. Auch ihm wurde bei den Renovierungsarbeiten Aufmerksamkeit geschenkt. Wie er das bemerkt, bemerkt er gleich noch etwas. Im neuen Dach befindet sich eine Gaubenart, die er beim Namen nennt: Fledermausgaube. Von innen sieht so eine einzelne Gaube elegant aus, von außen erinnert sie an ein halb geöffnetes Augenlid, an die Hälfte eines Schlafzimmersblicks quasi. Auch Pülz hat einen besonderen Bezug zu diesem prominenten Haus, denn im Parterre befand sich ein Tabakladen und immer dann, wenn sein Onkel, der unweit in der Bahnhofstraße wohnte, seinen Namenstag beging, besorgte ihm sein Neffe etwas Erlesenes zum Schmauchen. „Dieses Haus ist eine Institution“, findet auch Pülz. Doch jetzt stehen manchmal Menschen davor und üben sich in Betrachtung oder vielmehr im Betrachten. Die Hausfarbe fordert den Betrachter heraus. Auf diesen Umstand angesprochen, gerät Stutz in die Nähe des Lachens. „Ich habe mich mit Farben beschäftigt, habe mich in Bamberg umgesehen“, erklärt er seine Reaktion auf den Hinweis Morhards, wonach das Haus optisch verlöre, wenn eine Farbe gewählt würde, die dem Sandstein zu verwandt ist. „Ich war verwirrt über diesen Vorschlag und so bin ich auch noch nach Coburg gefahren, um mich dort auch noch umzusehen.“ Doch die Eindrücke aus beiden Städten gaben Morhards Einschätzung Gewicht. „Da waren wir wieder Freunde“, so Stutz über den Ausgang des kleinen Farbendisputs. Es ist eben ein Haus mit Geschichten und Geschichte, mit Vergangenheit und Zukunft. Letzteres ermöglicht eben auch durch das Lichtenfelser Stadtsanierungsprogramm.

Rita von Frantzky
Tel.: 0911/14 69 13 01
E-Mail: frantzky@bayerngrund.de
lichtenfels.de/stadtsanierungsprogramm)



Gerhard Pülz, Gerald Stutz, Rita von Frantzky und Johannes Morhard auf Höhe einer dritten Etage.

Wenn Kinderfreude Runden dreht

Die Märchenwaldbahn, dreht heuer wegen Corona leider keine Runden. Nicht eine einzige. Gelegenheit also, dass sich das Stadtmagazin dafür mal im Gegenzug um die Märchenwaldbahn dreht. Ein Bericht zu allerlei liebenswerten Kuriositäten von hinter den Kulissen.



Peter Daut ist Eisenbahner mit einem Herz für Kinder.

Peter Dauth ist Eisenbahner mit Leib und Seele. Lange Jahre arbeitete der Lichtenfelser als Zugbegleiter und er ist so etwas wie der Archivar der Schaffner und Zugbegleiter, die an der Märchenwaldbahn alljährlich ihren Dienst tun. Eigens für die Kinder und damit er für sie Dienst tun konnte, nahm er sich alljährlich drei Wochen Urlaub. Doch der Mann hütet einen Schatz. Es sind Stapel an Kinderfahrkarten. Soweit nicht ungewöhnlich, aber jetzt kommt's: 2002 wurden sie von der Deutschen Bahn eingeführt und fußen auf einem Kindermalwettbewerb, dessen beste Motive eben auf den Fahrkarten landeten. Wenn also ein Kind mit der „großen Bahn“ verreist ist und seine Fahrkarte nicht vom Schaffner kontrolliert und „geknipst“ (soll ja vorkommen) wurde, dann behielt sie für die kleine Bahn im Märchenwald auch ihre Gültigkeit. Tata.

Der eigens für die Lichtenfelser Märchenwaldbahn weitest angereiste Gast? „Einer – ohne Schmarren – kam mit drei Kindern extra aus Berlin“, erinnert sich Dauth. Ob es noch eigens aus Flensburg, Hamburg oder Rimini angereiste Besucher gegeben haben könnte, ist nicht bekannt. Aber Berlin ist schon beeindruckend genug.

Eine kleine Rechenaufgabe: $2 \times 5 \times 30 \times 19 = ?$ So viele Stunden sind von all den Schaffnern, Lokführern und Zugbegleitern in den letzten 20 Jahren seit Bestehen der Märchenwaldbahn zu Kinderfreuden geleistet worden. Denn es müssen laut eines Dienstplans immer zwei „Schaffner“ gleichzeitig vor Ort sein und die Dienstzeit beträgt im Regelfall fünf Stunden, sofern es nicht zu Fahrplanänderungen kommt. $2 \times 5 \times 30 \times 19$ ergeben 5700 Stunden, abgeleistet von seit Bestehen der Märchenwaldbahn nun schon 33 Schaffnern, Lokführern und Zugbegleitern.

Initialzündung? Als Initiator der Kindereisenbahn und des gesamten Märchenwalds gilt der in Lichtenfels bekannte

Korbmacher und Künstler Manfred Popp. Seine Stunden sind in den 5700 Stunden noch gar nicht dabei. Denn der Mann sägte, leimte, fräste und baute. Er war sprichwörtlich der Mann hinter den Kulissen, denn all die Pinguine auf Skiern, das Iglu und sonstige die Landschaft entlang der Fahrtstrecke belebenden Figuren wurden von ihm ertüfelt und erbaut. Nach und nach zwar, doch die ersten Arbeiten dazu begannen schon „im März und April 2000“, wie sich Popp erinnert. „Das Holz war Kiefer und Fichte, überlassen vom Bauhof.“ Dann musste es gehobelt und zu Quadern verleimt werden, aus welchen sich Figuren schnitzen ließen. „Viele, viele Samstage lang.“

Gruppenerstbesucher? Der erste Kindergarten, der als Gruppe mit der Eisenbahn fuhr, war der Kindergarten Trieb. Daraufhin wurde außerhalb der regulären Öffnungszeiten immer zu Donnerstagmorgen ein fester Kindergartentermin angeboten. Dieser Termin reicht jetzt aber längst nicht mehr aus, denn es werden Kindergärten seitens der Stadt Lichtenfels im großen Umkreis eingeladen. Dieses Angebot wird sehr gut angenommen und diese Fahrten sind immer Sonderfahrten.

Traditionen? Gibt es auch. Die Abschlusssonderfahrt am letzten Schultag vor den Weihnachtsferien gebührt den 1. und 2. Klassen der Dr.-Roßbach-Grundschule in Lichtenfels.

Stil? Ist vorhanden. Auch kleidungstechnisch. Soweit möglich, trägt jeder Märchenwaldschaffner eine Original-Uniform. Allerdings ist ihnen mitunter anzumerken, dass nicht jeder, der hier sein Hobby zum Dienst gemacht hat, ein Berufseisenbahner war oder ist. Die ganze Truppe formiert sich aus allen Berufs- und Altersschichten.

Männer der ersten Stunde? Aber sicher! Einer von ihnen ist auch Gerhard Klingner. Er war der erste „Hauptschaffner“ und kümmerte sich um die Einsatzpläne. Es heißt, er habe „streng darüber gewacht“. Oder wie er es selber mal ausdrückte: „Ich war der interne Boss gewesen.“ Von 2000 bis 2010 weist ihn die Statistik als Märchenwaldschaffner aus. Erinnerungen hat der Mann an die Anfangszeit genug und zu ihnen gehört der Umstand, dass erste Kinderbahnüberlegungen schon Ende der 80er Jahre aufgekommen sind. Als es 2000 dann wirklich soweit war, war sie „die lustigste Eisenbahn, die „ich mir vorstellen konnte“. Sie hatte nämlich einen schwachen Motor und der Platz war nicht ganz eben. Man musste sie mitunter schieben oder bremsen. Es bedurfte auf jeden Fall eines Podiums, welches Höhenunterschiede nivellierte. Ganz früher, so erzählt der Mann per Telefon, habe man die Bahn beim Stellwerk eingelagert. Übersommern lassen, quasi. Aber nur weil Sommer war, war man als Schaffner nicht untätig. Er zumindest nicht, denn: „Im Sommer wurden die Schienen gesäubert – herrlich!“ Laut Statistik gehört Gerhard Klingner zu den 13 Schaffnern, die von Anfang an dabei waren. Es sind 13 von nun insgesamt 33. Klingner selbst gab seine planerische Aufgabe 2011 weiter und dies an eine Frau. Gemeinsam mit dem Touristikbüro erstellt sie, Roswitha Funk, ehrenamtlich die Einsatzpläne. Da kommen ordentlich Stunden zusammen.

Dauerbrenner? Die gibt es auch und sie bestehen in Reinhold

Funk und Herbert Koch. Die beiden Männer haben von 2000 bis 2019 jedes Jahr Dienst an der Märchenwaldbahn verrichtet. Ihnen am nächsten kommt Bruno Erhard, der bis in das Jahr 2018 dienstbar war. Zuverlässige, kinderfreundliche Märchenwaldschaffner sind jedenfalls immer herzlich willkommen.

Dahingefahrene Schaffner? Die gibt es leider auch schon. Bruno Erhard, Harry Schöler, Alfons Endres und Siegfried Höppel sind verstorben. Sie alle waren Märchenwaldschaffner mit Leib und Seele und ihre Kollegen erinnern sich ihrer gerne.

Doch neben der Kinderbahn, hält der Märchenwald auch noch das Hexenhaus und die Malstube vor. Für 2019 sehen die Zahlen im Einzelnen so aus, dass das Hexenhäuschen bei normalem Betrieb 59 Stunden lang geöffnet hat. Dazu kommen ungezählte Stunden an Vormittagen für Kindergartenkinder und die Dr.-Roßbach-Grundschule. Gelesen haben 18 Märchentanten und zwei Märchenonkel. Es waren Michael Pülz und Erster Bürgermeister Andreas Hügerich.

Die Malstube war für 62 Stunden geöffnet und wurde von 13 Damen und Herren betreut. Über eine Kinderbesucherzahl ist auch etwas bekannt: 571.



Die Märchenwaldschaffner 2019

Stehend von links nach rechts: Manfred Ernst, Maximilian Fath, Benno Wiesmann, Lukas Eller, Friedrich Welsch, Reinhold Funk, Horst Pokorny, Peter Jung, Walter Füglein, Jürgen Höhnke.

Kniend: Reinhard Scherer, Günther Lutz, Stefan Ruppenstein. **Es fehlen:** Herbert Koch, Jürgen Dauer.



KOINOR

**MÖBEL
MADE IN
GERMANY**



**LEBEN UND
ARBEITEN
IN DER
REGION**

www.koinor.com



Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr

AKTUELLE STELLENANGEBOTE:

BERUFSKRAFTFAHRER M/W/D

SACHBEARBEITER BEANSTANDUNGS-
MANAGEMENT M/W/D

MITARBEITER EINKAUF M/W/D

TECHNISCHER PRODUKTDESIGNER /
KONSTRUKTEUR M/W/D

BETRIEBSHANDWERKER FÜR
MASCHINENTECHNIK M/W/D

BETRIEBSHANDWERKER M/W/D

AUSBILDUNGSBERUFE 2021:

POLSTERER M/W/D

POLSTER- UND DEKORATIONSNÄHER M/W/D

FACHKRAFT FÜR LAGERLOGISTIK M/W/D

FACHLAGERIST M/W/D

INDUSTRIEKAUFMANN/-FRAU M/W/D

FACHINFORMATIKER SYSTEMINTEGRATION M/W/D



Koinor Polstermöbel GmbH & Co. KG
Landwehrstraße 14, 96247 Michelau
Frau Ina Kober-Naumann
bewerbung@koinor.de
Tel. +49 (0)9571 / 892 330





ICH BRAUCH DOCH KEIN FITNESSSTRAINING – ODER?

Da sind doch sowieso nur Pumper drin – was will ich als normaler Mensch in so einer Muckibude? Ich will doch keine Muskelberge!

Bewegung hab ich auf der Arbeit schon genug! Da brauch ich kein Fitnessstudio mehr!

Ich hab keine Zeit für Training, ich muss wichtigere Dinge erledigen!

Vielleicht erkennst Du Dich sogar selbst in diesen Aussagen wieder. Dies ist nicht schlimm, denn das liegt eher an mangelnder bzw. falscher Aufklärung durch Medien & Co. Leider wissen die meisten Menschen nicht, wie wichtig ein regelmäßiges Fitnessstraining für wirklich JEDEN ist (gerade in der aktuellen Situation!) und wie viele Vorteile es mit sich bringt, wenn es von professionellen Trainern geplant und betreut wird.

DOCH KLÄREN WIR ZUM EINSTIEG ERST EINMAL, WAS MAN UNTER DEM BEGRIFF „FITNESS“ ÜBERHAUPT VERSTEHT: Unter Fitness (= Lebenstauglichkeit) versteht man grundsätzlich ein ausgewogenes Maß an optimaler körperlicher sowie mentaler Leistungsfähigkeit, das mit einem Fehlen von Krankheiten sowie mit einem physischen, psychischen und sozialen Wohlbefinden einhergeht. Dies ermöglicht der jeweiligen Person, ein selbstbestimmtes Leben mit optimaler Alltagsbelastbarkeit zu führen.

Somit sollte Dein „Fitnessstraining“ ein ganzheitliches Training sein, das Dich dabei unterstützt, Dein Leben nach Deinen Wünschen zu leben, sowie den meisten Erkrankungen vorzubeugen. Das hört sich doch mal so richtig gut an, oder?

Grundsätzlich liegt der Fokus auf der Verbesserung der vier, für den Alltag wichtigen motorischen Fähigkeiten: Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Dadurch wird auch „ganz nebenbei“ Deine mentale Leistungsfähigkeit optimiert. Übrigens besteht ein Fitnessstraining keineswegs nur aus „stupiden“ Bewegungen auf Fitnessgeräten, sondern kann auch ganz unterschiedliche Formen annehmen – somit wird es Dir und Deinem Körper auf keinen Fall langweilig werden.

UND WELCHE VORTEILE HABE ICH JETZT GENAU, WENN ICH MICH DAZU ENTSCHLIESSE, REGELMÄSSIG EIN FITNESS-TRAINING DURCHFÜHREN?

Die Antwort: SEHR VIELE! Unter anderem:

- Stärkung des Immunsystems – der einzige, wirklich effektive Schutz vor (Virus-) Erkrankungen!
- Optimierung der Körperhaltung, Rückenkräftigung, Gelenkstabilisation und damit Vermeidung und Verzögerung degenerativer Gelenk-Erkrankungen, wie B. Arthrosen, Bandscheiben-Vorfälle etc. – gerade in der jetzigen Home-

Office-lastigen und gleichzeitig bewegungsarmen Zeit von enormer Bedeutung!

- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems + Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit – wichtig, damit auch Dein Herz, Deine Gefäße und Deine Lunge dauerhaft gesund bleiben!
- Prävention fast aller (Zivilisations-)Krankheiten, wie z.B. Diabetes Typ II, Arteriosklerose, Bluthochdruck, Schlaganfall, Herzinfarkt, Krebserkrankungen, Depressionen, Burn-Out usw. – **aber auch Verbesserung der Beschwerden bei bereits bestehenden Erkrankungen!**
- Unterstützung Deiner Figurformung und Straffung durch Muskelaufbau und Verbesserung der Fettverbrennung – damit Du Dich auch nach dem Lockdown noch wohl in Deinem Körper fühlst!

Du siehst also, dass ein regelmäßiges Fitnessstraining gerade in der jetzigen Zeit von besonderer Bedeutung ist und unbedingt in irgendeiner Form regelmäßig durchgeführt werden sollte! Und zwar egal in welchem Alter!

ABER ICH KANN JA GERADE IN KEIN FITNESSSTUDIO GEHEN, WAS MACHE ICH JETZT?

Wir haben für jedes Problem eine Lösung: Wir erstellen Dir gerne für zu Hause einen individuellen Trainingsplan inkl. Übungsvideos – basierend auf Deinen persönlichen Voraussetzungen und Zielen! Natürlich lassen wir Dich damit nicht allein, sondern betreuen Dein Training die komplette Zeit über. Wenn Du Interesse daran hast, wende Dich einfach per Mail an uns (info@sportstudio-highlight.de) unter dem Betreff „Zu Hause trainieren“.

Du kannst Dich einfach nicht dazu motivieren, alleine daheim in Deinem Wohnzimmer zu trainieren? Natürlich haben wir auch dafür eine Lösung:

Schau doch einfach mal auf unsere Facebook- und/oder Instagram-Seite – hier führen wir gleich 6x pro Woche Live-Workouts mit unseren professionell ausgebildeten Trainern für Euch durch! Und solltest Du zu der jeweiligen Uhrzeit verhindert sein, ist das auch keine Ausrede: Auf unserem YouTube-Kanal findest Du noch einmal alle Live-Kurse und kannst sie jederzeit abrufen und mittrainieren!

Wir freuen uns auf Dich!
Dein Highlight Team



Pabstenweg 10
96215 Lichtenfels
09571/739112
www.sportstudio-highlight.de



SHOPPINGLÜCK IN LICHTENFELS



BON BINGO CITYCENTER LIFE

23. Nov - 24. Dez 2020
Gewinne über 22.000 €*



GEWINNZAHLEN:

- Woche 23.11. - 28.11.20: **31**
- Woche 30.11. - 05.12.20: **78**
- Woche 07.12. - 12.12.20: **23**
- Woche 14.12. - 19.12.20: **10**
- Woche 21.12. - 24.12.20: **95**

Und so geht's:

1. Kassenbon-Nummer prüfen!
2. BON-BINGO bei Übereinstimmung der letzten beiden Ziffern mit der wochengültigen Gewinnzahl. Deine Chance auf einen Wochen- und Hauptgewinn!
3. BON-BINGO-Gewinnspielschein ausfüllen, Kassenbon anheften. (Gewinnschein erhältlich in allen teilnehmenden Geschäften oder online unter www.citycenter.life/bonbingo)
4. Spielschein mit Kassenbon in Gewinnspiel-Briefkasten am Eingang des K+K SCHUH CENTERS im CITYCENTER LIFE werfen. Alternativ per Post an: Creativmarketing, Michael-Och-Straße 5, 96215 Lichtenfels
5. Daumen drücken!



📍 Mainau 4, 96215 Lichtenfels
🕒 Öffnungszeiten
zw. 08.00 - 20.00 Uhr

📱 [life.citycenter](https://www.citycenter.life)
❤️ www.citycenter.life

* Aktion gültig von 23. 11. 2020 bis 24.12.2020. im CITY CENTER LIFE, außer bei Spiel-In-Casino und EDEKA. Teilnahme ab 18 Jahren. Gewinne können nicht ausbezahlt werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Vollständige Teilnahmebedingungen und Gewinne unter www.citycenter.life/bonbingo. **Abbildungen ähnlich.

www.citycenter.life/bonbingo



BON BINGO

CITYCENTER LIFE



23. Nov - 24. Dez 2020
Gewinne über 22.000 €*



Gewinne voraus! Lichtenfels wird zu Weihnachten beschenkt, denn 43 garantierte Preise erwarten jeden, der so schlau ist, seinen Kassenzettel aufzuheben. Die große Bon-Bingo-Weihnachtstombola des CITYCENTER LIFE ist wieder da und will an alle Kunden ein Danke sagen. Danke, danke, danke. An Sie und Sie und Sie.

Worum geht es eigentlich? Es geht darum, Akku-Bohrschrauber, Laptops, E-Tretroller, einen Flachbildschirm, jede Menge Geldgutscheine, hochwertige Fahrräder, sogar Motorroller und sage und schreibe auch ein Auto (Mitsubishi Space Star) an den Mann bzw. die Frau zu bringen. Alles was Sie dafür tun müssen, ist an einem freundlichen Ort einzukaufen: im CITYCENTER LIFE.

Okay, ein bisschen Glück gehört auch dazu, aber von diesem Glück ist schon etwas bekannt. Achten Sie bei Ihrem

Kassenbon auf die Zahlen 10, 23, 78 und vor allem 95. Bilden Sie in der richtigen Woche die Endziffern Ihres Bons, gehören Sie zu einem ausgewählten Kreis und landen in einem Lostopf zu den Wochen- oder sogar Hauptgewinnen. Aber Achtung, denn jede Gewinnwoche gehört zu einer Zahl. Ein Beispiel: Vom 14.-19. Dezember landen Sie im Lostopf zu den Gewinnen zur Zahl 10, also zum Flachbildschirm, den Lenovo-Laptops oder den JBL Charge 4. In der Woche davor bietet von Montag bis Samstag die Kassenziffer 23 Zugang zu den lockenden Preisen eben jener Woche. Aber die 95 behält zwischen 23. November 2020 und 24. Dezember 2020 immer Gültigkeit. Klar, denn unter ihr sind die absoluten Highlights zu gewinnen, eben die Motorroller und das Auto. Langer Rede kurzer Sinn: Achten Sie auf die Flyer und Hinweise im CITYCENTER LIFE und fragen Sie ruhig mal die freundlichen Mitarbeiter in den

Läden. Doch was, wenn die Gewinnzahl mit Ihrer Bonnummer übereinstimmt, wie geht es dann weiter? An den Kassen liegen Flyer mit Formularen zum Ausfüllen persönlicher Daten parat. An diesen Flyer wird der Bon getackert und der Kunde wirft ihn im Anschluss in den dafür vorgesehenen Tombola-Briefkasten am K&K Schuhcenter.

Doch was, wenn ich erst Tage später bemerke, dass ich einen Gewinnbon der Woche besitze? In solchem Fall darf man den Bon noch bis zum Mittwoch der darauffolgenden Woche in den Briefkasten werfen.

Die Ziehungen erfolgen zeitnah und die Gewinner werden vom Creativmarketing benachrichtigt.

Die Übergabe der Gewinne erfolgt im CITYCENTER LIFE.





Ein Lichtenfelser Wiedergänger

Sagen stammen immer aus längst vergangenen Zeiten. Zumindest ist das die allgemeine Meinung. Doch Sagen entstehen auch heute noch und es kommt nur darauf an, sie niederzuschreiben, denn irgendwer wird sich dann schon finden, sie weiterzuerzählen. So wie diese.

Es lebt ein Mann in Lichtenfels und sein Name ist der Redaktion bekannt. Er geht zur Arbeit und ist fleißig und bescheiden. Dann und wann, nach getanem Tagwerk, gönnt er sich ein Glas Rotwein. Eine Frau hat er nicht und auch keine Kinder. Einen Grund, sich wichtig zu machen, hat er auch nicht. Wie gesagt, er ist bescheiden und betrunken hat man ihn noch kaum gesehen. Eines Tages erzählte der Mann

von sich und er war dabei ernst und heiter zugleich. So können Menschen sein, wenn ungewöhnliche Vorgänge bei ihnen als Normalität empfunden werden und als ein Begleitumstand, der eben zu einem gehört. Als der Mann noch jünger an Jahren war, verstarb ihm sein Vater und er wurde verabschiedet und zu Grabe getragen. Er ruht auf dem Friedhof und das ist, was die Bekannten und Freunde des Mannes denken, wissen oder zu wissen glauben. Doch immer nachts, wenn der Mann durch seine Wohnung geht, kommt ihm dort sein Vater entgegen. Er wandelt durch den Korridor der Wohnung, aus der er einst getragen wurde. Dabei finden sich in seinem Gesicht weder Anzeichen von

Erlösung, noch von Anspannung. Er ist einfach nur vorkommend und dabei stumm. Es geht kein Glockenschlag, es weht kein Hauch und es werden auch keine Stimmen vernehmlich, denn alles spielt sich in der Unaufgeregtheit des Selbstverständlichen ab. Und es ist noch nicht einmal so, dass die Augen des Geistes nach den Augen des Sohnes suchen. Man geht aneinander vorüber und wenn es auch nicht immer zur selben Uhrzeit passiert, so geschieht es doch allnächtlich. Zu sagen und zu bedeuten haben die beiden Männer einander nichts. Keiner von ihnen nimmt einen Kontakt zum anderen auf und wie sie im Leben zueinander standen, so gehen sie ihrer Wege auch jetzt.

Lif-Card

Der Lichtenfelser Einkaufsgutschein



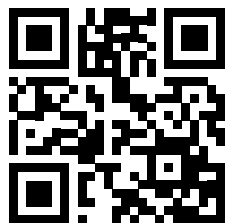
*Die perfekte
Geschenkidee!*

Ein Gutschein – viele Möglichkeiten!
Einlösbar in über 80 Geschäften.

Erhältlich bei:

- den Geschäftsstellen der Sparkasse Coburg-Lichtenfels im Landkreis Lichtenfels
- den Geschäftsstellen der VR-Bank Lichtenfels-Ebern im gesamten Stadtgebiet Lichtenfels
- Geschäftsstelle des Obermain Tagblattes, Bahnhofstr. 14
- Bürgerbüro im Rathaus, Marktplatz 1
- Tourist Information, Marktplatz 10
- Vitale Apotheke (LIFE city center), Mainau 4
- Otto Shop, Badgasse 4
- Shell-Autoport Tankstelle, Bamberger Str. 125
- E-Center Werner, Mainau 8

Alle teilnehmenden Unternehmen finden Sie unter www.lif-card.de



Unser Lichtenfels

HIER BIN ICH DAHEIM

HIER KAUF ICH EIN

Vom 27.11. bis 24.12.

ZWEI STUNDEN KOSTENFREIES
PARKEN IN DEN PARKHÄUSERN



AHA

Abstand + Hygiene
+ Alltagsmaske

stadt
LICHTENFELS

Lichtenfels:
IHR
TREFFPUNKT.

STADTMARKETING
LICHTENFELS e.v.