

Geschafft: Ailingen I behält gegen Ulm die Nerven

Iberl & Co. verschaffen sich Luft im Abstiegskampf – Herren II siegen 9:7 in Deuchelried

AILINGEN (dbu) - Eine verschmerz- bare Niederlage, ein ganz, ganz wichtiger Sieg – so lautet die Bilanz der ersten Herrenmannschaft der TSG Ailingen am „Super-Sonntag“. Zunächst mussten die Ailingen gegen den Tabellenführer SV Böblingen eine 4:9-Niederlage einstecken, im Anschluss schafften sie in einem hoch emotionalen Abstiegsduell gegen den SSV Ulm 1846 einen wichtigen Sieg. „An diesem Spieltag haben wir doppelt Kraft, Nerven und Konzentration gebraucht“, sagte ein sichtlich erschöpfter Teamchef Alfred Iberl am Sonntagabend. Zunächst war Tabellenführer Böblingen Gast in der Schulsporthalle. Nach den Eingangsdoppeln führte die TSG noch mit 2:1. Nachdem Iberl und Jan-Eike Wegner ihre ersten Einzel verloren, kippte Wegner mit einem Kreislaufzusammenbruch um. „Das war für uns natürlich ein riesiger Schock und man hat gesehen, dass wir nach dieser Pause mit dem Kopf bei Jan-Eike waren“, begründete Iberl die Niederlage. „Alleine Michael Vintz und Ulrich Baur konnten ihre Leistung abrufen. Und das über den ganzen Tag“, lobte Iberl.

Start gegen Ulm misslingt

Um 15 Uhr begann die Partie gegen den SSV Ulm, den Tabellenvorletzten der Verbandsklasse. Der Start misslang den Ailingern und es stand 1:2. Alleine Dominik Bucher und Michael Vintz konnten ihr Doppel nach Abwehr mehrerer Matchbälle gewinnen. Der Reihe nach gelang ein Sieg nach dem anderen. Ersatzmann Stefan Haas baute die Führung auf 7:2 aus. „Dominik und Uli haben dann, mit einer richtig starken Leistung und unseren Zuschauern im Rücken,



Nachdem Ailingens Nummer zwei Jan Eike Wegner kurzfristig passen muss, springt er in die Bresche: Stefan Haas.

FOTO: GÜNTER KRAM

den Sack zugemacht“, sagte Iberl. Was viele Beteiligte bei dem Spiel gegen die „Spatzen“ störte: In einigen Phasen geriet die sportliche Auseinandersetzung zunehmend zu einer verbalen, wobei der Ulmer Spieler Markus Klein immer im Brennpunkt stand – mal im Disput mit dem Gegner, mal mit den Zuschauern, mal mit den eigenen Leuten. Ailingens Teamchef Alfi Iberl, der als Streitschlichter

einsprang, bezeichnete Kleins Verhalten als „grob unsportlich“ und machte seinem Ärger noch am Abend in einer E-Mail an den Klassenleiter Luft. Mit 12:14 Punkten haben die Ailingen einen komfortablen Abstand zum ersten Abstiegsplatz. Den belegt weiterhin der SSV Ulm 1846 mit 5:17 Punkten. Nächsten Samstag erwartet Ailingens „Erste“ den TTC Loßburg-Rodt in der Ro-

tachhalle um 19 Uhr. Die „Zweite“ feierte einen knappen, aber verdienten 9:7-Auswärtserfolg in Deuchelried. Mannschaftskapitän Peter Schmid ist froh: „Wieder ein starker Gegner weniger.“ Dadurch bleibt das Team auf Meisterschaftskurs in der Bezirksliga. Mit der SG Aulendorf, am kommenden Samstag um 15 Uhr (Rotachhalle), wartet der letzte Mitspieler im Aufstiegskampf auf Schmid

Truppe. Die Damen verloren mit 4:8 gegen den TTC Wangen. Teamchefin Michaela Matzenmüller-Bitschar meinte: „Wenn wir gleich beide Doppel verlieren, haben wir einfach eine schlechte Ausgangssituation.“ Die TSG-Damen, die weiterhin im Tabellenkeller der Landesliga feststecken, haben nun noch zwei Spiele gegen direkte Abstiegsandidaten – und damit ordentlich Druck.

Regionalligateam macht es spannend

FRIEDRICHSHAFEN (gus) - Über die maximale Punktausbeute können sich die Herren III in der Volleyball-Regionalliga und die Damen I in der Oberliga freuen. Beide Teams haben ihre Ligaspiele gewonnen. Das VLW-Stützpunktteam unterlag hingegen in Reutlingen mit 0:3.

Spannung war beim Regionalligamatch VfB Friedrichshafen III gegen DJK Aalen angesagt. Nachdem sich (Spieler-)Trainer Burkhard Sude krankheitsbedingt abgemeldet hatte und auch Kapitän Dominic Lehle stark erkältet war, standen die Vorzeichen nicht gut. Am Ende durften die Häfler einen 3:2-Sieg (22:25, 25:21, 25:21, 23:25, 15:11) bejubeln. Dank Jonas Hoffmann und dem erst 17-jährigen Philipp Sigmund – beides „Leihgaben“ von den Volley YoungStars – und dem großen Kampfgeist, haben die „Herren 3“ ihren Platz in der Tabellenmitte gefestigt.

Jubeln durfte auch das Damen- team des VfB Friedrichshafen nach ihrem 3:1-Erfolg (25:22, 25:20, 21:25, 25:18) bei TSV G.A. Stuttgart I. Im Kampf gegen den Tabellennachbarn gelang den Volleyballerinnen vom Bodensee ein sehr guter Start. Die Taktik, die gegnerische Libera mit Aufschlägen unter Druck zu setzen, ging auf. Abgesehen von einer Schwächephase zu Beginn des dritten Satzes überzeugten die VfB-Damen vor allem im Angriff. Vier Spieletage vor Saisonende rangiert das Team von Trainer Ralf Hoppe mit 20:8 Punkten auf dem zweiten Platz hinter Rottenburg.

Nichts zu holen war für das VLW-Stützpunktteam Friedrichshafen beim PSV Reutlingen. Nach dem Sieg der Württembergischen Meisterschaft am Vortag war bei den jungen Häflern die Luft raus und eine 0:3-Niederlage (19:25, 17:25, 20:25) die Folge.

Warum Radfahren eine ideale Sportart zum Abnehmen ist

Olympiasieger Uwe Peschel bringt die Move-Teilnehmer bei der Aktion der „Schwäbischen Zeitung“ auch in diesem Jahr auf den Sattel

Von Timo Schoch

KRESSBRONN - Es war keine Liebe auf den ersten Blick: Als Uwe Peschel mit zwölf Jahren sein erstes Rennrad geschenkt bekommt, landet es keine vier Wochen später wieder im Eck. „Zuerst bin ich jeden Tag Vollgas gefahren, aber danach habe ich schnell die Lust verloren“, erzählt der Olympiasieger heute. Sein Vater Axel, selbst ein erfolgreicher Radsportler, hat das gute Stück schließlich weggegeben. „Er war echt enttäuscht, dass ich nicht mehr gefahren bin“, erinnert sich Peschel.

Doch fünf Jahre später packt den Zeitfahrern die Freude am Radfahren, und die lässt ihn bis heute nicht mehr los. „Meine Lehrzeit verbrachte ich im Internat, das 30 Kilometer von zu Hause entfernt war. Diese Strecke bin ich täglich gefahren“, sagt der ehemalige Radprofi. Aus den Heimfahrten werden

schließlich immer längere Radtouren. Und Uwe Peschel immer drahtiger. „Denn als Kind war ich nicht der Schmalste“, erzählt Peschel. „Der Sport hat mir körperlich gutgetan. Ich habe abgenommen, mich fitter und damit auch besser gefühlt.“

Gerade für korpulenteren Menschen sei das Radfahren eine ideale Sportart. „Mit der richtigen Ausführung nimmt man quasi zwangsläufig ab“, weiß Peschel. Dies hätten die Move-Teilnehmer im vergangenen Jahr bereits gespürt. „Dabei war Abnehmen nie das Ziel. Unser Ziel ist es, die Menschen aufs Rad zu bringen. Das Abnehmen ist dann ein schöner Nebeneffekt“, sagt Peschel. Dazu hätten durch den Sport viele auch damit begonnen, sich bewusster zu ernähren. Deshalb legt Peschel bei Move 2011 einen Schwerpunkt auf die richtige Ernährung.

Auch bei Peschel selbst hätte das Move-Training gewirkt. „Ich habe im

vergangenen Jahr seit langem mal wieder 70 Kilogramm gewogen“, freut er sich. Einige Teilnehmer nahmen bei der viermonatigen Aktion sogar zehn Kilogramm und mehr ab. Und das ganz gelenkschonend. Denn durch eine richtig eingestellte Sitzposition und die runden Bewegungen ist es eine ideale Sportart für

„Die Region hier ist ein Paradies für Radfahrer“

Uwe Peschel, ehemaliger Radprofi

die Gelenke. „Und anders als beim Walken oder Joggen hat man beim Radfahren einen weiteren Radius, man sieht also mehr“, sagt Peschel.

Für den Wahl-Kressbronner hatte das Radfahren aber noch einen weiteren schönen Nebeneffekt: Obwohl er erst spät mit diesem Sport be-

ginnt, bleibt sein Talent nicht lange unentdeckt. Nach der Lehre absolviert er deshalb den Wehrdienst in einer Sportfördergruppe. Dadurch legt er den Grundstein für seine erfolgreiche Sportkarriere. Mit 22 Jahren gewinnt Peschel bereits olympisches Gold in Barcelona. Danach folgen acht Jahre Profiradsport, zahlreiche Medaillen bei Weltmeisterschaften und Deutschen Meisterschaften, etliche Siege bei renommierten Rennen und die Teilnahme bei den bekanntesten Rundfahrten der Welt, unter anderem der Tour de France.

Auch nach seiner Karriere sitzt Peschel regelmäßig auf dem Sattel. „Die Region hier ist ein Paradies für Radfahrer“, schwärmt er. „Durch das Radfahren fühlt man sich unabhängig, spürt die Geschwindigkeit und kann nebenbei die Natur bewusst erleben.“ Gerade auf den Frühling freut er sich am meisten.

Denn dann fährt er mit den Move-Teilnehmern an blühenden Wiesen und Obstbäumen vorbei, durch eine der schönsten Gegenden in Deutschland. Kein Wunder also, warum er so angetan ist: „Für mich ist das dann Adrenalin pur.“

Alles zu Move 2011

Weitere Informationen und die Anmeldung zur SZ-Aktion „Move“ finden Sie im Internet unter www.schwaebische.de/move2011. Oder bei den Infoveranstaltungen am 23. März 2011, um 18:30 Uhr im Ravensburger Schwörssaal, oder am 24. März 2011, um 18:30 Uhr im Biberacher Komödienhaus. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. In der Region Bodensee und Ravensburg sind nur noch wenige Plätze verfügbar.



Olympiasieger Uwe Peschel (vorne) trainiert in diesem Jahr wieder Move-Teilnehmer. FOTO: TIMO SCHOCH

ANZEIGE

Das Rennrad ruft

Mehr Kraft am Berg, einfach ein paar Kilos weniger oder sich wieder zehn Jahre jünger fühlen: Mit dem **Rennrad-Fitnessprogramm „Move“** ist dies nun kein Wunschdenken mehr. Das speziell entwickelte Ausdauerprogramm von Olympiasieger **Uwe Peschel** bringt sowohl Anfänger als auch Halbprofis in Form.

Denn nach dem viermonatigen Training packen auch Sie Ihren Alpenpass oder sogar die lang geplante Alpentour. Und das Beste an diesem Komplettpaket ist: Sie lernen sich gesund zu ernähren, fit zu werden und dabei noch Spaß zu haben.

Sichern sie sich jetzt einen Platz im Move-Team!



So erhalten Sie weitere Infos:

Online reinklicken & anmelden:
www.schwaebische.de/move2011

Anrufen: 0180 200 8001*
* Festnetzpreis 6 Cent/Anruf, Mobilfunkpreise max. 42 ct/min



Kostenfreie Infoveranstaltung

23. März 2011, um 18:30 Uhr: Ravensburg, Schwörssaal oder
24. März 2011, um 18:30 Uhr: Biberach, Komödienhaus

Wann?

Von April bis Juli wird Uwe Peschel Sie in neue Fitness-Dimensionen führen.

Wo?

Ihr Trainingslager ist die Region Biberach, Ravensburg, Bodensee.

Preis?

55,- € pro Monat mit AboKarte
65,- € pro Monat ohne AboKarte

Schwäbische Zeitung

Veranstaltet von:



In Kooperation mit

