

Testlauf dient dem Weltrekordversuch

LINDAU (sz) - Mit Unterstützung der Wasserwacht Lindau findet in der Nacht vom Karfreitag auf Karsamstag ein etwa achtstündiges Testschwimmen von Bruno „Orca“ Dobelmann im Bodensee vor Lindau statt. Der Stuttgarter Extremschwimmer und Weltrekordhalter Bruno „Orca“ Dobelmann will sich dabei auf seinen Weltrekordversuch Ende Mai im Langstreckenschwimmen im Bodensee vorbereiten.

Das Weltrekord-Projekt „Bodensee-Längsquerung“ soll laut Vorankündigung am Montag, 21. Mai, erfolgen. An diesem Tag beginnt das Zeitfenster, in dem der 53-jährige Stuttgarter Extremsportler Dobelmann, der von Freunden und Fans auch gerne bei seinem Spitznamen „Orca“ genannt wird, und sein Team einen Weltrekord planen. Noch nie ist es nach Aufzeichnung des Veranstalters der Bodenseequerung einem Schwimmer gelungen, nach dem Reglement der FINA (Internationaler Dachverband der Schwimmer) den Bodensee in Längsrichtung zu durchqueren. Hierbei soll der Startpunkt der Ort sein, dem der Bodensee seinen Namen verdankt – Bodman am nördlichen deutschen Ufer des Sees. Das Ziel für die Bodenseequerung wird Bregenz sein.

Die rund 64 Kilometer lange Schwimmdistanz will Dobelmann nonstop und ohne Neoprenanzug – lediglich mit Badekappe, Ohrstöpseln, Badehose und Schwimmbrille ausgerüstet – zurücklegen. Als Schutz vor Kälte und gegen das Wundscheuern ist der Einsatz von Fett oder Vaseline zum Einreiben erlaubt. Ein physischer Kontakt zur Begleitcrew und dem Boot ist während des Schwimmens verboten. Für diese Distanz rechnet Bruno Dobelmann damit, rund 24 Stunden schwimmend unterwegs zu sein.

Derzeit laufen die Vorbereitungen auf Hochtouren. Am Karsamstag, 7. April, will der Extremsportler seine Kaltwassertauglichkeit auf den Prüfstand stellen. Dabei muss er mindestens acht Stunden bei einer Wassertemperatur, die unter 17 Grad Celsius liegt, schwimmen. Dieser Testlauf wird von der Wasserwacht Lindau betreut.

Das Testschwimmen soll am 7. April um 2 Uhr nachts beginnen, damit auch das Schwimmen bei Dunkelheit im Bodensee getestet werden kann. Der Testlauf endet gegen 10 Uhr am Samstagmorgen. Geschwommen wird ein Dreieckskurs vor der Halbinsel Lindau. Auch mehrere Fernsehsender wollen laut Vorschau von dem Testschwimmen berichten.

Weitere Informationen zur Bodenseequerung gibt es online: www.bodenseequerung.de

Kurz berichtet

SVK spielt heute in Biberach

TETTANANG (sz) - In der Fußball-Landesliga gastiert der SV Kehlen heute, Samstag, beim FV Biberach. Spielbeginn ist um 15 Uhr.



Nur ein Ausrutscher? Spätestens nach Ostern entscheidet sich, in welcher Spielklasse die Lindauer Handballerinnen um Johanna Fleschhut (vorne) spielen werden.

FOTO: CHRISTIAN FLEMMING

Es droht der Abstieg nach ganz unten

Handball-Bezirksvorstand berät über Neustart der Landesliga-Damen in Kreisliga

Von Peter Schlefsky

LINDAU - Die Handballabteilung des TSV Lindau kommt derzeit nicht zur Ruhe: Nachdem sich die männlichen Aktiven bei ihrer Mannschaftssitzung am Donnerstagabend durchbringen konnten, den Spielbetrieb aufrechtzuerhalten (siehe Meldung nebenan), ist weiterhin unklar, ob die erste Damenmannschaft auf eigenem Wunsch hin in der kommenden Saison in der Bezirksliga spielen darf. Hier gibt es bei der zuständigen Stelle, dem Bezirksvorstand Bodensee-Donau, im Handballverband Württemberg (HVW) offenbar Vorbehalte.

Zwar schaffte die Damen-„Erste“ auch in ihrer zweiten Saison in der Landesliga den sportlichen Klassenerhalt. Allerdings war den Verantwortlichen laut Informationen aus TSV-Kreisen schon länger bekannt, dass man für die kommende Spielzeit wohl keinen ausreichenden Kader zusammenbekäme, um auch künftig auf Landesliga-Niveau bestehen zu können. Immerhin haben die beiden Torhüterinnen Heidrun Plieniger und Elisabeth Tillig ihren Rückzug aus der Damen I zum Saisonende rechtzeitig angekündigt – zudem verlässt Damen-trainer Florian Staudacher den TSV, um sich voll auf seine Aufgaben als Sportlicher Leiter bei der MTG Wangen zu konzentrieren (LZ berichtete).

Als zukunftssträchtige Lösung hatte die Handballabteilung des TSV Lindau bereits Anfang März per E-Mail ei-

nen Antrag auf Rückzug aus der Landesliga als freiwilliger Absteiger gestellt. Doch scheint dieses Vorhaben mit den Verbandsbestimmungen nicht so ohne Weiteres in Einklang zu bringen sein. Das große Problem ist der Paragraph 7 der HVW-Spielordnung: Hier ist in Absatz 5, in Verbindung mit Absatz 1, festgelegt, dass eine Mannschaft, die den freiwilligen Rückzug aus dem HVW-Spielbetrieb wünscht und damit in den Spielbetrieb des Bezirks zurückkehrt, dort neu in der untersten Spielklasse beginnen muss. Das wäre im Falle der TSV-Damen also die Frauen-Kreisliga A der Bezirksstaffel Bodensee. „Wir hatten uns definitiv nicht gut informiert. Dennoch glaube ich, dass wir hier noch eine einvernehmliche Lösung mit dem Bezirk Bodensee-Donau finden werden“, gibt der scheidende TSV-Trainer Florian Staudacher am Donnerstag im Gespräch mit der Lindauer Zeitung zu.

Derzeit scheint festzustehen, dass sich der zuständige Bezirksvorstand in der Woche nach Ostern mit dem Anliegen des TSV Lindau auf Eingliederung des bisherigen Landesliga-Damenteams in die Bezirksliga beschäftigen und darüber entscheiden wird.

Fakt ist allerdings auch, dass es für die Lindauer Handballriege eine Zitterpartie werden dürfte, ob ihr Vorhaben am Ende von Erfolg gekrönt ist: Der Antrag des TSV Lindau werde „kontrovers diskutiert“, war auf Anfrage der LZ am Freitag aus Verbandskreisen zu erfahren.

TSV-Männerteam plant für die neue Handballsaison

LINDAU (ps) - In der Handballabteilung des TSV Lindau scheinen nach der Aussprache der verbliebenen Herrenmannschaft am Donnerstagabend (die LZ berichtete) die Weichen auf ein Weitermachen gestellt zu sein. Das ist einer Mitteilung von TSV-Pressesprecherin Angela Flax zu entnehmen.

Nachdem die TSV-Handballer während der abgelaufenen Spielzeit ständig mit Personalsorgen zu kämpfen hatten und deswegen auch nicht durchgängig die Punkterunde absolvieren konnten, will man dennoch versuchen, auch in der kommenden Saison am Spielbetrieb teilzunehmen. „Verstärkt durch den A-Jugendtorwart und weitere drei Jugendspieler steht wieder einmal ein recht beachtlicher Kader auf dem Papier“, heißt es in einem E-Mail, das der Redaktion nach dem Meeting der verbliebenen Spieler am Donnerstagabend vorliegt. Verstärkt werde die Mannschaftsbildung darüber hinaus „durch die beiden Oldies Roland Leuthe und Thomas Brombeis, die bereits zum Ende der letzten Saison ausgeholfen haben“. Insgesamt stehen 14 Spieler fest zur Verfügung, hinter vier weiteren Namen „steht noch ein Fragezeichen“.

Nähere Informationen rund um die Handballabteilung des TSV Lindau gibt es online unter www.handball-lindau.de



„Und, wie fühlst du dich?“

Drei Wochen vor der ersten Ausfahrt müssen die Teilnehmer von MOVE 2012 beim Leistungstest erstmals an ihre Grenzen gehen

Von Julian Glonnegger

FRIEDRICHSHAFEN - In drei Wochen geht es los. Dann beginnt MOVE 2012 für die knapp 300 Teilnehmer mit der ersten Ausfahrt auf dem Rennrad. Endlich rauf auf den Sattel und raus auf die Straße. In diesen Tagen laufen die Vorbereitungen sowohl für Organisator Uwe Peschel, als auch für die Hobbyradler. Denn im Leistungsdiagnostikzentrum im Klinikum Friedrichshafen werden die Teilnehmer sozusagen auf Herz und Nieren getestet.

„Und, wie fühlst du dich?“, fragt Jan Heckel, Diplom-Sportwissenschaftler und Geschäftsführer am Leistungsdiagnostikzentrum in Friedrichshafen. „Ähm, ja geht schon noch gut“, die kurze Antwort von Lisa Brettschneider, die sich auf dem Fahrradsattel noch mit einem entspannten Lächeln abstrampelt. An Bauch und Rücken ist Lisa mit Kabeln verbunden, die ihre Herzwerte samt Puls kontrollieren. Alle drei Minuten gibt es zudem einen Stich ins Ohrfläppchen, um 20 Mikroliter Blut abzunehmen. Dieses liefert dann die entscheidenden Laktat-Werte. „Es



Jan Heckel vom Leistungsdiagnostikzentrum Friedrichshafen nimmt bei Lisa Brettschneider einen Tropfen Blut, um die Laktatwerte zu kontrollieren.

FOTO: GLONNEGGER

geht einerseits natürlich darum, die Teilnehmer gesundheitlich zu checken. Deshalb auch die vielen Kabel. Das ist quasi wie ein Belastungs-EKG. Über die Ergebnisse schaut nach dem Test ein Arzt, um gesundheitliche Risiken ausschließen zu können“, sagt Jan Heckel. Eine Maßnahme, die im vergangenen Jahr bei drei Teilnehmern bis dahin unbekannte Herzfehler aufgedeckt hat. „Wir haben sie dann zum Kardiologen geschickt, und bei zwei musste sogar eine Herz-OP helfen“, sagt He-

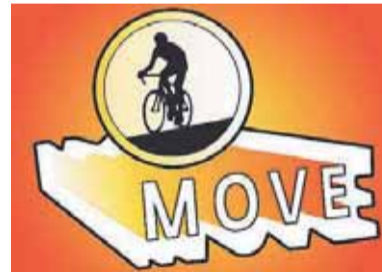
ckel.

Ein anderer Grund, warum die knapp 300 MOVEler beim Leistungstest an ihre Grenzen gehen müssen, ist die Einteilung in die passende Leistungsgruppe. Dabei spielen verschiedene Faktoren eine Rolle: Alter, Geschlecht, Gewicht, Körpergröße und Fitnesszustand. Aufschlüsse über eben diesen liefert das sogenannte Laktat (Milchsäure). „Es geht einfach gesagt darum, die Schwelle zu finden, an der der Körper beginnt, mehr Laktat zu bilden“, so Jan Heckel.

Denn zu Beginn bezieht der Körper seine Leistung über die sogenannten Langzeitspeicher, über Fette (aerober Bereich). An einem gewissen Punkt (Schwelle) beginnt der Sauerstoffmangelbereich, der Körper bezieht die Energiegewinnung dann über die Kurzzeitspeicher wie Kohlehydrate. Dann wird vermehrt Laktat gebildet. Ab diesem Zeitpunkt befindet sich der Athlet in einem Bereich, der ihn recht schnell an seine Grenzen bringt. In der Sportlersprache spricht man dann gerne vom „sauer werden der Beine“. „In diesem Bereich hält man vielleicht noch

eineinhalb Stunden durch“, sagt Heckel. Da bei MOVE aber das Ziel sei, dauerhaft treten zu können, müsse man die Schwelle finden, an der der Körper noch im aeroben Bereich arbeiten kann.

Die 24-jährige Lisa ist inzwischen im anaeroben Bereich. Die Anstrengung ist ihr in der sechsten Schwierigkeitsstufe deutlich anzusehen, denn alle drei Minuten wird der Widerstand um 30 Watt erhöht. Nach 18 Minuten hat sie ihre Schwelle von



Langzeit- auf Kurzzeitspeicher wohl überschritten. Vier Minuten später erreicht sie ihre maximale Grenze – danach ist ausfahren angesagt. Jetzt kommt es darauf an, dass sich ihr Puls wieder schnell von der Maximalbelastung erholt.

20 Minuten später erklärt der Sportwissenschaftler Jan Heckel Lisa Brettschneider im Gespräch, was es mit den verschiedenen Ergebnissen und Kurvendiagrammen auf sich hat. „Lisa hat sehr gute Werte. Sie kann maximal 3,8 Watt pro Kilogramm treten“. Viel entscheidender allerdings: 2,8 Watt pro Kilogramm kann Lisa dauerhaft treten, denn das ist der Wert, den sie fahren kann, ohne dabei auf die Kurzzeitspeicher zurückgreifen zu müssen. „Das ist der entscheidende Wert. Es kommt nicht auf die maximal getretene Wattzahl an. Wenn ein Mann mit 100 Kilo Körpergewicht 400 Watt in der Spitze treten kann, dann ist er genauso gut wie eine Frau mit 50 Kilo, die 200 Watt schafft“, erklärt Jan Heckel.

„Lisa wird mit diesen Werten sicher in eine der stärkeren Gruppen eingeteilt werden“. Worte, die Lisa gerne hört, denn inzwischen hat die 24-Jährige auch ihr Lächeln vom Testanfang wiedergefunden.

Lesen Sie in der nächsten Woche, wie es mir als „Rennrad-Laie“ beim Leistungstest ergeht.

ANZEIGE

150-Jahre Modelle z.B. Corsa ab € 11.990,- zzgl. € 739,- Fracht

DIE OPEL JUBILÄUMSMODELLE

HAPPY HUNDERTFÜNFZIG!

1	Sondermodell mit Preisvorteil bis zu € 7.560,- ¹	OPEL CORSA SELECTION 3-TÜRIG 1.2 ecoFLEX mit 51 kW (70 PS), Kraftstoffverbrauch in l/100 km, innerorts/außerorts/kombiniert/CO ₂ -Emission, kombiniert in g/km/Energieeffizienzklasse: 7,2/4,5/5,5/129/2D.	OPEL ZAFIRA FAMILY 1.6 ecoFLEX mit 85 kW (115 PS), Kraftstoffverbrauch in l/100 km, innerorts/außerorts/kombiniert/CO ₂ -Emission, kombiniert in g/km/Energieeffizienzklasse: 8,7/5,5/6,7/157/D.
5	Inspektionen gratis ²	Aktionspreis ⁴ 8.990,- Oder mtl. ^{3,4} 99,-	Aktionspreis ⁴ 15.390,- Oder mtl. ^{3,4} 199,-
0	Anzahlung ³	«OPEL CORSA MIT KLIMAANLAGE UND RADIO/CD FÜR NUR 990,- AUFPREIS!»	

1) Preisvorteil gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers. 2) Die ersten 5 Inspektionen gratis, auch bei Barzahlung bis max. 5 Jahre Laufzeit oder 150.000 km Laufleistung für alle Hauptarbeiten gemäß Opel Serviceplan zzgl. Material und Sonderarbeiten. Details unter: www.autozentrum-hofmann.de 3) Anzahlung 0,- €; Laufzeit: 36 Monate; Laufleistung: 100.000 km/Jahr; Ein Angebot der GMAC Leasing GmbH. Für die das Autohaus Hofmann als ungebundener Vertreter tätig ist. 4) Zzgl. 739,- € Fracht, Inbetriebnahme, Änderung und Druckfehler vorbehalten.

Autohaus HOFMANN freundlich - preiswert - kompetent

Autohaus Hofmann KG
Weingarten: Ertfischer Str. 23, Tel. 0751/50 77-0
Bad Saulgau: Buchauer Str. 40, Tel. 07581/48 77-0
Friedrichshafen: Paulinenstr. 58, Tel. 07541/38 36-0
Bad Waldsee: Im Ballenmoos 1, Tel. 07524/97 30-0

www.autozentrum-hofmann.de

Wir sind Service!

Von A wie Airport-Service bis Z wie Zubehör – das Portfolio der **Autohaus Hofmann KG** lässt keine Wünsche offen, wenn es um Ihr „Helix Blechle“ geht:

- > **Airport-Service:** Sie fliegen. WIR warten – und zwar Ihr Fahrzeug: Reparatur, Ölwechsel, Inspektion, Reifenwechsel und und und.
- > **Leasing & Fleet-Services:** WIR bieten speziell für kleine und mittlere Unternehmen einen bedarfsorientierten und flexiblen Firmenkunden-Service. Mit deutlich höherer Liquidität, steuerlichen Vorteilen und absoluter Planungssicherheit.
- > **Leasing/Finanzierung:** WIR machen Ihnen attraktive und maßgeschneiderte Angebote. Sie bleiben „flüssig“.
- > **Ho- und Bringservice/Ersatzwagen:** WIR kommen Ihnen jederzeit entgegen – und das bis vor Ihre Haustür oder an den Schadensort.
- > **Haupt- und Abgasuntersuchung (HU/AU):** WIR übernehmen das lästige Vorfahren, Sie sparen Zeit und das ohne Mehrkosten.
- > **Unfallspezialist:** WIR versetzen nach den modernsten Methoden Ihr Fahrzeug wieder in den ursprünglichen Zustand – als wäre der Unfall nie passiert.
- > **Smart-Repair:** WIR beseitigen kleine Schäden an Interieur und Karosserie. Schnell, unkompliziert und kostengünstig.
- > **Lackiererei:** WIR beseitigen Schönheitsfehler und Kratzer, lackieren Teile oder auch komplett. Hochqualifiziert, modern, computergesteuert.
- > **Autoteile, Reifen, Zubehör:** WIR bieten, liefern und montieren – kompetent, schnell, zuverlässig.

Wir sind für Sie da!



Sommerreifen ab € 29,-

Räderwechsel und Einlagerung für nur € 39,90

Jetzt im Autohaus Hofmann einen Termin vereinbaren!

