

Singen wirft Cheftrainer Günther raus

SINGEN. Kurz vor dem heutigen Derby gegen Alemannia Wilferdingen (15 Uhr) hat der FC Germania Singen seinen Trainer Alexander Günther entlassen. „Es hat mehrere Spannungen gegeben. Teile der Mannschaft konnten nicht mehr mit dem Trainer“, erklärte gestern Singens Vorsitzender Carlo Giesinger die Maßnahme des Vereins auf Nachfrage der PZ. Günther selbst, der am Donnerstag von Giesinger per Telefon von seiner Entlassung erfuhr, war gestern noch „völlig perplex und enttäuscht“ über die Entwicklung, zumal der Club mit ihm erst vor gut zwei Monaten verlängert hatte. „Das es Spannungen gegeben haben soll, ist neu für mich. Ich habe mit allen Spielern gesprochen. Alle haben für die neue Saison zugesagt. Und jetzt das“, wundert sich der 43-Jährige, der seit fünf Jahren die Germania trainierte. Mit ihm muss auch Oliver Schneider, der Coach der „Zweiten“ gehen. Mit Willi Gramlich (1. Mannschaft) und Jörg Schäfer (2. Mannschaft) übernehmen nun zwei ehemalige Spieler das Kommando bis zum Saisonende. *dom*



Alexander Günther

Fans haben die Qual der Wahl

PFORZHEIM. Pforzheims Handballer haben an diesem Wochenende wieder einen vollen Heimspielkalender. In der 3. Liga trifft die TGS Pforzheim heute um 19 Uhr in der Fritz-Erler-Halle auf Mitaufsteiger Salamander Kornwestheim (siehe Text oben).

In der Konrad-Adenauer-Halle ist heute ab 20 Uhr in einer Begegnung der Oberliga Baden-Württemberg die MTG Wangen bei der SG Pforzheim/Eutingen zu Gast. Im Hinblick auf die Zielsetzung Aufstieg und die große Anzahl an Mitbewerbern zählt für die Eutinger nur der Sieg.

In der Badenliga will sich der HC Neuenbürg nach der deutlichen Niederlage in Bretten heute, Anpfiff 20 Uhr, in der Stadthalle, mit einem Sieg gegen den TV Hardheim rehabilitieren.

Fast noch schwieriger ist die Hausaufgabe von Badenligist SG Pforzheim/Eutingen II am Sonntag um 18 Uhr in der Konrad-Adenauer-Halle gegen den TSV Viernheim. Die Südhessen sind nach einem Hänger wieder richtig gut drauf.

In der Bundesliga der männlichen A-Jugend erwartet die SG Pforzheim heute (17.45 Uhr) in der Konrad-Adenauer-Halle den VfL Günzburg. *gl.*

„Ihr Auto wäre es Ihnen auch wert“

PZ-INTERVIEW mit dem Kardiologen Dr. Walter Schüler zum Start in die Laufsaison 2014

DAS GESPRÄCH FÜHRTE
SIMON WALTER

Vom Citylauf in Pforzheim über den Straubenhardt Panoramalauf bis hin zum Kieselbronner Gaßeschennerlauf: Zahlreiche läuferische Höhepunkte werfen ihre Schatten voraus. Das gilt auch für das 2. Laufsymposium der PZ und der Arcus Sportklinik am 29. April. Dort ist auch Dr. Walter Schüler, Kardiologe an der Arcus-Klinik, mit dabei. Im PZ-Interview verrät er, weshalb Laufen Leben rettet.

PZ: Ich bin 28 Jahre alt, bin letztes Jahr Marathon gelaufen und fühle mich topfit – sollte ich da vor den diesjährigen Läufen zum Arzt gehen?

Dr. Walter Schüler: Läufer haben häufig ein sehr gutes Körpergefühl. Daher würde ich nicht pauschal sagen, dass jeder zum Arzt muss. Gleichwohl gibt es ja viele Beispiele, dass es beim einen oder anderen besser gewesen wäre, vorher dort gewesen zu sein. Wichtig ist mir da immer eine individuelle Analyse: Wie fühlen Sie sich beim Laufen? Spüren Sie etwas Besonderes? Haben Sie Extra-Schläge, Aussetzer, ein Ziehen? Wichtig ist auch, wie es in der Familie aussieht. Sind die Eltern gesund? Gibt es Herzerkrankungen? So macht man eine Voranalyse, bei der man schon das ein oder andere herausgefiltert bekommt und erkennen kann, ob eine Vorsorge-Untersuchung sinnvoll ist.



Dr. Walter Schüler

Und wer sollte auf jeden Fall zur Voruntersuchung?

Die Fälle, bei denen es immer großes Zeter und Mordio gibt, sind ja meist Fälle von akutem Herztod. In Bezug auf diesen plötzlichen Herztod ist laut Studien das 35. Lebensjahr eine wichtige Grenze. Ab da zählt man gefäßmäßig zum alten Eisen und muss eher nach der Infarkt-Gefährdung schauen. Zumindest eine orientierende Diagnostik würde ich ab diesem Alter also machen. Das heißt: Ruhe-Elektrokardiogramm (EKG), Anamnese (Schilderung der Vorgeschichte, Anm. d. Red.), Ultraschall, Belastungs-EKG.

Welche Erkrankungen sind bei unter-35-jährigen Läufern gefährlich?

An Anfänger und Fortgeschrittene richtet sich das Laufsymposium der PZ und der Arcus-Klinik am 29. April, 19 Uhr im PZ-Forum.
■ **19 Uhr:** Begrüßung



Jetzt laufen sie wieder: Wie hier beim Funrun im Rahmen des Citylaufs 2013 sind auch in diesen Tagen wieder viele Hobbysportler unterwegs. FOTO: KETTERL

Cityläufer stehen in den Startlöchern

Ab heute ist die Anmeldung für den SWP-Citylauf Pforzheim freigeschaltet. Das sind die Startzeiten für den Lauf am 27. Juni:

- **14.15 Uhr:** red young-Staffelläufe der Schulen, Jahrgänge 2001 und jünger (430 Meter)
- **15.30 Uhr:** red young-Staffelläufe der Schulen, Jahrgänge 1997 und jünger (850 Meter)
- **16.45 Uhr:** Bambini-Lauf, Jahrgänge 2007 und jünger (285 Meter)
- **17.15 Uhr:** Offener Schülerlauf D+C, Jahrgänge 2003 – 2006 (1000 Meter)
- **17.30 Uhr:** Offener Schülerlauf B+A, Jahrgänge 1999 – 2002 (2035 Meter)
- **18.00 Uhr:** FunRun, Jahrgänge 2004 und älter (4 400 Meter)
- **19.00 Uhr:** Hauptlauf, Jahrgänge 2000 und älter (10 Kilometer)

Anmeldung für die Einzelläufe unter www.ws-pforzheim.de/citylauf. Die Anmeldung für die Staffelläufe ist nur beim Staatlichen Schulamt Pforzheim (07231 6057-403) möglich. *sw*

Unter 35 sind es eher seltene Erkrankungen, wie zum Beispiel Herzmuskel-Entzündungen, angeborene Herzmuskel-Verdickungen, angeborene Herzrhythmusstörungen oder Fehlbildungen. Das kriegen sie mit einem normalen Belastungs-EKG oft gar nicht raus. Hier hilft in einem ersten Schritt häufig die gründliche Familien-Anamnese weiter.

Aber wird der Sport durch eine solche Untersuchung nicht zu

Kostenlose Tipps beim Laufsymposium

- **19.15 Uhr:** Das Herz! Was ist beim Lauftraining aus kardiologischer Sicht zu beachten? (Dr. Walter Schüler)
- **20 Uhr:** Der Citylauf! Infos von Rüdiger Fricke, WSP und Uwe Steiner vom Sportlichen Ausrichter TV Tiefenbronn
- **20.15 Uhr:** Die Beine! Wie sind Fehler beim Lauftraining zu vermeiden? (Dr. Thomas Ambacher)

einem ziemlich teuren Hobby? Wenn man das im Selbstzahler-Bereich macht, kommt man bei einer solchen Untersuchung auf 300 bis 400 Euro raus. Aber Ihr Auto wäre es Ihnen auch wert.

Sie haben die aufsehenerregenden Todesfälle angesprochen. 2013 ist etwa ein 24-Jähriger beim Stuttgarter Halbmarathon gestorben. Ist Laufen also doch gefährlich?

Überhaupt nicht. Im Gegenteil: Ich bin Verfechter des Sports als Therapie, das ist hochgradig gesund. Man muss die Chance nutzen, die man durch das Laufen bekommt – und die sind erheblich. Patienten, die damit angefangen haben, sagen oft: Ich fühle mich jetzt viel besser, ich schlafe besser, ich bin ausgeglichener, ich bin belastbarer. Frauen leiden weniger unter ihren hormonellen Schwankungen. Und davon profitieren auch Männer...

Gibt es dafür auch wissenschaftliche Belege?

Es ist sogar bewiesen, dass Laufen das Leben verlängert. Das werde ich auch auf dem Laufsymposium zeigen. Es gibt etwa die Hu-Studie, bei der 116 000 Frauen untersucht wurden. Egal ob sie geraucht haben oder übergewichtig waren: Die haben ihre Todesrate halbiert, nur indem sie dreieinhalb Stunden pro Woche sportlich aktiv waren. Das ist nur eine halbe Stunde pro Tag.

Sport kann also auch Therapie sein. Dabei es hieß doch lange: Wenn ich eine Herzschwäche habe, sollte ich mich schonen und gar kein Sport treiben.

Das hieß es zwar lange, aber es ist völliger Quatsch. Vor 20, 25 Jahren haben wir die Infarkt-Patienten ins Bett gepackt und sie durften sich drei Tage nicht bewegen. Aber das ist völlig überholt. Wenn sie gut behandelt sind, holen sie heute in der Regel am Tag nach dem Infarkt aus dem Bett.

Was heißt gut behandelt?

Das Hauptproblem muss gelöst sein. Wenn etwa eine Engstelle war, muss die rasch beseitigt worden sein. Und das ist inzwischen in der Mehrzahl der Fälle möglich.

Und dann können die Patienten auch wieder Sport machen?

Nicht können, sondern müssen. Das ist ein ganz entscheidender Therapie-Ansatz. Ich bin fest davon überzeugt, dass sie mit Sport häufig mehr erreichen können als mit Medikamenten.

TGS gegen Mitaufsteiger

PFORZHEIM. In der 3. Handball-Liga erwartet Aufsteiger TGS Pforzheim heute um 19.00 Uhr den SV Salamander Kornwestheim in der Fritz-Erler-Halle. Der letztjährigen Mitaufsteiger kann auf eine eingespielte Mannschaft bauen. Trainer Mirko Henel – seit 2010 verantwortlich – nimmt nach der Saison eine Auszeit und wird durch Hans Christensen, Trainer des Oberligisten SG Pforzheim/Eutingen, ersetzt. Nach Ende der Vorrunde fanden sich die Schuhstädter auf einem Abstiegsplatz wieder. In der Rückrunde ist mit acht Punkten aus sieben Spielen eine Leistungssteigerung zu erkennen. Prunkstück ist die Rückraumreihe mit Denis Gabriel (106 Tore), Kevin Wolf (103) und Christopher Tinti (97), die in der Liga ihresgleichen sucht.

Doch auch die TGS ist nach den zuletzt 3:1-Punkten gegen die Topteams auf dem aufsteigenden Ast. Mit einem Heimspiel wäre das Abstiegsgepenst wohl endgültig verjagt. *pm*

Hilda-Halle: SG lädt zu PK

PFORZHEIM. Wenn im kommenden Jahr die neue Sporthalle des Hilda-Gymnasiums fertiggestellt ist, dann wollen zwei Vereine dort ihre Heimspiele austragen: TGS Pforzheim und SG Pforzheim/Eutingen (die PZ berichtete). Das Thema sorgt schon im Vorfeld für Diskussionen. In der nächsten Sitzung des Sportausschusses am Montag, 24. März, stehen die Vergabekriterien auf der Tagesordnung. Die SG Pforzheim möchte, wie es in einer gestern versickten Einladung heißt, „im Vorfeld zur Aufklärung beitragen.“ Deshalb lädt der Verein für Dienstag, 18. März, um 17.00 Uhr in das Foyer der Konrad-Adenauer-Halle zu einer Pressekonferenz ein.

Eingeladen sind in dem vom Vorsitzenden Jörg Lupus unterzeichneten Schreiben Sportbürgermeisterin Monika Müller, Bau-Bürgermeister Alexander Uhlig, die Mitglieder des Sportausschusses, Mitglieder des Sportkreis-Vorstandes und Sponsoren. *mm*

SPORT-TELEGRAMM

■ **In der 2. Basketball-Bundesliga** der Frauen empfängt der Grüne Stern Keltern am morgigen Sonntag um 17.30 Uhr den TSV Amicitia Viernheim in der Dietlinger Speiterlinghalle zu seinem letzten Heimspiel in der Hauptrunde. Bereits vor dieser Partie stehen die Sterne als Meister der Hauptrunde fest und gehen als Erster in die am 5. April beginnenden Aufstiegs-spiele zur 1. Bundesliga.

— ANZEIGE —

Heimspiele der Pforzheimer Handballer

15.03.2014 diesen Samstag in der Konrad-Adenauer-Halle

17.45 Uhr | A-Jugend vs. VfL Günzburg
20.00 Uhr | Herren 1 vs. MTG Wangen

www.sg-pforzheim.de

100% HANDBALL
IN DER BWOL

1. Platz
Vorbildliche
Talentförderung
für die Zukunft

100% HANDBALL
IN DER 1. LIGA