

TIPP DER WOCHE

Tobias Krüger (Germania Bietigheim)



„Wirklich fassen können wir es selbst nicht“, gibt Tobias Krüger zu. Sechs Spieltage sind in der Fußball-Landesliga absolviert und er führt mit Aufsteiger Germania Bietigheim die Tabelle an. „Wir stehen defensiv gut und manchmal spielt auch das Glück eine Rolle. Dann passiert es eben, dass einer wie ich goldrichtig steht und das Ding in letzter Minute reindrückt“, schmunzelt er. So geschehen am Sonntag, als Krüger zum 1:0 in Oeffingen traf. Der 25-Jährige mahnt zu Realismus: „Durchmarsch? Selbst davon zu träumen, wäre zu früh“, stellt der beim GSV Pleidelsheim fußballerisch groß gewordene zentrale Mittelfeldspieler klar. „In Pleidelsheim wollte ich immer mit meinen Kumpels spielen“, erzählt er. Käme heute ein attraktives Angebot, „würde das schmeicheln, aber da gibt es auch den zeitlichen Faktor“, erklärt Krüger, der mit Teamkollege Dominik Faber ein Unternehmen, das sich auf Steinküchen spezialisiert, betreibt. (bs)

Table with football match results: Oberliga (Reutlingen - Bissingen 1:0, Freiberg - Bahlingen 1:1), Verbandsliga (Echterdingen - Neckarrens 0:1, Löchgau - Nagold 0:2), Landesliga (Schwalkheim - Heimerdingen 0:1, Heilbronn - Pflugfelden 2:2, Bietigheim - Schluchtern 2:0)

EISHOCKEY

Boisvert hält seine beiden Torhüter bei Laune

Am Sonntag wird Steelers-Trainer Hugo Boisvert mit der eigenen Vergangenheit konfrontiert, wenn um 17 Uhr die Kassel Huskies in die Ege Trans-Arena kommen. Bei den Hessen war der Deutsch-Kanadier vor seinem Wechsel nach Bietigheim als Co-Trainer tätig.

VON KARL-HEINZ ULLRICH

BIETIGHEIM-BISSINGEN. Seinen Fokus dürfte Boisvert jedoch zunächst ganz auf den heutigen Freitag gelegt haben, denn da steht um 19.30 Uhr für den Eishockey-Zweitligisten bei den Dresdner Eislöwen – bei denen Boisvert auch schon als Spieler unter Vertrag stand – eine knifflige Aufgabe an. Das Team aus der sächsischen Landeshauptstadt wird als Mitfavorit auf die DEL-2-Meisterschaft gehandelt, legte allerdings einen kapitalen Fehlstart in die neue Saison hin. Nach der 2:5-Heimniederlage am vergangenen Sonntag gegen die Löwen Frankfurt rangiert das vom Ex-Bietigheimer Jochen Molling trainierte Team ohne einen einzigen Punkt auf dem letzten Tabellenplatz.

Die Steelers dagegen sind mit drei Siegen gestartet, mussten aber zuletzt den ersten Rückschlag verdauen. Nach der 2:3-Niederlage bei den Eispiraten Crimmitschau betrieb Boisvert Ursachenforschung: „Wir haben im dritten Drittel zu viele Strafen kassiert und in der Box kann man kein Spiel gewinnen.“ 12 Strafminuten handelte sich der Meister im letzten Spielabschnitt ein, dazu bekam Verteidiger Willie Corrin nach Spie-



Starker Saisonstart: Steelers-Keeper Ilya Sharipov wusste zu überzeugen.

Foto: Baumann

lende wegen unsportlichen Verhaltens noch eine Disziplinarstrafe aufgebremmt.

Das war ärgerlich, erfreulich dagegen dürfte für Boisvert der Konkurrenzkampf zwischen den Pfosten sein. Denn mit dem Duo Sinisa Martinovic und Ilya Sharipov haben die Steelers das vielleicht beste Torhüter-Gespann der DEL 2.

Routinier Martinovic (37), der schon 2009 mit Bietigheim erstmals Zweitliga-Meister wurde, und Youngster Sharipov (23), der vor einem Jahr vom SC Riessersee ins Ellental

wechelte und sofort einschlug, treiben sich gegenseitig zu Höchstleistungen an. Beide Keeper bekamen in der vergangenen Saison ihre Einsätze und hatten großen Anteil am Titelgewinn. Dabei wies Sharipov am Ende mehr Spiele (41) auf als Martinovic (29). Auch in dieser Spielzeit will Boisvert seine Torhüter bei Laune halten. „Ich bin sehr zufrieden mit den beiden. Sie bekommen ihre Chancen“, kündigte der Steelers-Coach an und schob nach: „Man muss sich jetzt noch nicht auf eine Nummer eins festlegen.“

FUßBALL AM WOCHESENDE

2. Bundesliga

Table with football match results for 2. Bundesliga: Holstein Kiel - SV Darmstadt 98, Arminia Bielefeld - 1. FC Köln, MSV Duisburg - Jahn Regensburg, etc.

3. Liga

Table with football match results for 3. Liga: Hallescher FC - Hansa Rostock, SC Preußen Münster - Wehen Wiesbaden, etc.

Regionalliga Südwest

Table with football match results for Regionalliga Südwest: SSV Ulm - 1899 Hoffenheim II, VfB Stuttgart II - TSG Balingen, etc.

Oberliga

Table with football match results for Oberliga: FC Rot-Weiß Erfurt - FC Carl Zeiss Jena, FC Rot-Weiß Ahrenshoop - FC Rot-Weiß Jena, etc.

Verbandsliga

Table with football match results for Verbandsliga: TSG Tübingen - FSV Hohenbach, SSV Eintracht Nord - SKV Rutesheim, etc.

Landesliga

Table with football match results for Landesliga: TSV Schwalkheim - TSV Heimerdingen, TSV Schornbach - SSV Gaisbach, etc.

Berzirksliga

Table with football match results for Bezirksliga: FC Lössau II - SKV Rutesheim II, TSV Heimsheim - SGM Rixingen, etc.

Kreisliga A1

Table with football match results for Kreisliga A1: AKV Ludwigsburg - SGV Freiberg II, TV Aldingen II - Anadolou Marbach, etc.

Kreisliga A2

Table with football match results for Kreisliga A2: TSV Malmshausen - TSV Heimerdingen II, SV Frielzheim - TSV Schwieberd II, etc.

Kreisliga A3

Table with football match results for Kreisliga A3: VfL Gemrighausen - TSV Enzweihingen, SV Illingen - SpVgg Besigheim, etc.

Kreisliga B1

Table with football match results for Kreisliga B1: TSV Grünbühl II - DJK Ludwigsburg, DITB JSK Ludwigsburg - MTV Ludwigsburg, etc.

Kreisliga B2

Table with football match results for Kreisliga B2: FC Marbach II - GSV Erdmannh. II, FC Oberstenfeld II - Club Litaliano Grob., etc.

Kreisliga B3

Table with football match results for Kreisliga B3: SV Pattonville II - Hochb./Hochd. II, TSV Ludwigsburg II - SV Poppenweiler, etc.

Kreisliga B4

Table with football match results for Kreisliga B4: TSV Heimsheim II - TSV Weissach, TSV Ditzingen II - SpVgg Mönshausen, etc.

Kreisliga B5

Table with football match results for Kreisliga B5: TSC Kornwestheim II - SpVgg Renningen II, SV Frielzheim II - GSV Hemmingen, etc.

Kreisliga B6

Table with football match results for Kreisliga B6: TSV Höfingen II - TV Möglingen, VfB Tamm II - TSV Korntal II, etc.

Kreisliga B7

Table with football match results for Kreisliga B7: Phoenix Lomersh. II - Hohenh./Freudental II, TSV Wiernshausen - SGM Rixingen II, etc.

Kreisliga B8

Table with football match results for Kreisliga B8: VfL Gemrighausen II - TSV Enzweihingen II, SV Illingen II - SpVgg Besigheim II, etc.

Kreisliga B9

Table with football match results for Kreisliga B9: FC Lössau III - VfL Kirchheim, SpVgg Bissingen II - Roßwag Mühlhausen II, etc.

Männliche Jugend

Table with football match results for Männliche Jugend: SSV Reutlingen - FC Lössau, VfL Nagold - SSV Ulm, etc.

A Junioren

Table with football match results for A Junioren: SSV Reutlingen - FC Lössau, VfL Nagold - SSV Ulm, etc.

Verbandsstaffel Nord

Table with football match results for Verbandsstaffel Nord: Normannia Gmünd - SKV Rutesheim, Neckarsulmer SU - TSV Hstholen, etc.

B-Junioren

Table with football match results for B-Junioren: TSG 1899 Hoffenheim II - TSG Balingen, Bahlinger SC - Karlsruher SC II, etc.

KURZ NOTIERT

Tennisspielerin Barthel zieht ins Halbfinale von Taschkent ein. Mit dem Halbfinaleinzug in Taschkent hat Tennisspielerin Mona Barthel ihren größten Erfolg seit Ende Februar gefeiert. Die 28-Jährige aus Neumünster setzte sich im Viertelfinale in der usbekischen Hauptstadt 6:3, 7:5 gegen die Weißrussin Vera Lapko durch. (dpa)

Ferrari-Pilot Vettel setzt weiter auf die WM-Wende. Sebastian Vettel will im Formel-1-Titelkampf gegen Lewis Hamilton mit kleinen Schritten doch noch die Wende schaffen. „Ich setze mir nicht als Ziel, alle sechs Rennen zu gewinnen, sondern in erster Linie setze ich mir als Ziel, das nächste hier zu gewinnen. Wenn das erledigt ist, geht es weiter“, sagte der Ferrari-Star vor dem 16. Saisonlauf am Sonntag (13.10 Uhr/RTL) in Sotschi. In der WM-Wertung liegt der Heppenheimer schon 40 Punkte hinter WM-Spitzenreiter Hamilton. „In der Position, in der wir jetzt sind, müssen wir auf uns schauen. Es liegt nicht mehr ganz in unserer Hand, der Abstand ist da und den gilt es zu verkleinern“, sagte Vettel. „Wir versuchen alles zu geben, was wir haben und wir glauben immer noch an unsere Chance.“ (dpa)

Silber für Junior Mayrhofer bei der Rad-Weltmeisterschaft. Der 18 Jahre alte Marius Mayrhofer hat bei den Weltmeisterschaften in Innsbruck die erste Medaille für den Bund Deutscher Radfahrer (BDR) geholt. Der Tübinger Schüler gewann gestern im Junioren-Rennen über 132,4 Kilometer Silber. Zuvor konnte im 71,1 Kilometer langen Rennen der Juniorinnen Hannah Ludwig aus Heidelberg als beste Deutsche nur auf Rang 19 fahren. (dpa)

Lauf geht's-Teilnehmer für das große Ziel gerüstet

Beim LKZ-Gesundheitsprojekt wird in allen Trainingsgruppen schon fast zwei Stunden am Stück gelaufen - Auch erfahrene Athleten profitieren vom Programm

Das LKZ-Gesundheitsprojekt Lauf geht's geht in seine heiße Phase. In wenigen Wochen steht im Bottwartal das große Ziel, der Halbmarathon an. Und die meisten Teilnehmer fühlen sich inzwischen gut vorbereitet.

Zu denen gehört beispielsweise Stefan Greiner. Der Endvierziger war schon im vergangenen Jahr bei der Premiere von Lauf geht's dabei, damals als Laufeinsteiger. Nun ist er bereits in die mittlere der Laufgruppen, Cappuccino genannt, aufgestiegen und fest davon überzeugt, dass es auch mit dem zweiten Halbmarathon seines Lebens klappt. Im Training am Sonntagmorgen, vier Wochen vor dem Wettkampf, hat er mit seiner Laufgruppe rund 16 Kilometer zurückgelegt, es fehlen als nur noch fünf bis zur kompletten Halbmarathonstrecke.

Dass das Training und die mit dem Projekt verbundene Ernährungsumstellung etwas gebracht hat, spürt Greiner nicht nur, sondern sieht es auch. „Zehn Kilo und zwei Hosengrößen weniger“, zieht er schmunzelnd Bilanz. Und am meisten er-

staunt ihn, dass er inzwischen sogar schon Kollegen animiert, mit ihm gemeinsam laufen zu gehen.

Dank der kohlehydratarmen Ernährung nach dem Konzept von Dr Wolfgang Feil und dem regelmäßigen Ausdauertraining sind auch bei Anja und Manfred Schikora die Pfunde gepurzelt. Er hat neun Kilo abgenommen, sie vier, erzählt das Ehepaar, dass sich im Frühjahr kurz vor dem Anmeldeschluss spontan entschieden hatte, bei Lauf geht's mitzumachen. „Wir waren eigentlich beide keine Ausdauersportler“, erzählt Anja Schikora.

Inzwischen sind es beide aber geworden, können auch die langen Trainingsläufe mit ihrer Einsteigergruppe Latte macchiato problemlos absolvieren. Und sie sind auch für den Halbmarathon im Bottwartal zuversichtlich. Ein Ausweichen auf die 10-Kilometer-Strecke kommt für die Schikoras nicht infrage. „Wir ziehen das durch. So nahe sind wir vielleicht nie wieder dran“, betont Anja Schikora lachend. Ebenfalls zum ersten mal bei Lauf



Start zu einem langen Training. In der Ludwigsburger Lauf geht's-Gruppe wird derzeit am Sonntagmorgen fast zwei Stunden gelaufen.

Foto: Jürgen Schmidt

geht's dabei ist Heike Otten. Überlegt mitzumachen, habe sie schon im vergangenen Jahr, erzählt sie, doch in diesem Jahr war die Überzeugung stark genug. Denn Heike Otten ist zwar sportlich, geht regelmäßig ins Fitnessstudio. Doch mit

Ausdauerbelastungen hatte sie bislang ebenso wenig am Hut wie die Schikoras.

Doch inzwischen, nach einem knappen halben Jahr ist ihr das regelmäßige Laufen schon in Fleisch und Blut übergegangen. Dass das so ist, liege auch an

dem durchdachten Trainingsplan und der guten Betreuung, sowohl vor Ort durch die Trainer um Susanne Weber und die Onlineratsschläge des Teams von Wolfgang Feil. Und natürlich an der guten Stimmung in der Gruppe beim gemeinsamen Laufen, betont Heike Otten.

Lauf geht's wird aber auch von ambitionierten Läufern angenommen und gelobt, zum Beispiel von Caren Weber. Die Marathonläuferin nutzt das LKZ-Projekt, um nach einer Babypause wieder einzusteigen. „Lauf geht's bringt auch erfahrenen Läufern etwas“, betont sie. Und die können offenbar noch etwas dazulernen. „Mobilisations- und Stabilisationsübungen habe ich früher nie so gemacht, wie jetzt“, erklärt sie. Nicht zuletzt deshalb fühle sie sich jetzt fitter als früher, als sie ebenfalls regelmäßig gelaufen sei.

Für den Halbmarathon im Bottwartal hat sie ein klares Ziel: „Ich will auf jeden Fall unter zwei Stunden laufen.“

WEITERE INFORMATIONEN unter www.lauf-gehts-lb.de.