



Marc Zeppel in Aktion: Mit einem langen Paddel gleitet er auf einem SUP-Brett stehend über die Lahn. Ab nächster Woche bietet der Argensteiner auch Kurse in der Sportart an. Privatfoto

Im Stehen über die Lahn paddeln

Marc Zeppel will neue Sportart etablieren

Seit Marc Zeppel vergangenen Herbst zum ersten Mal Stand-Up-Paddeling machte, ist er süchtig. Nun will er diese neue Trendsportart auch in Marburg anbieten – auf der Lahn.

von Katharina Kaufmann

Marburg. Auf einer Dienstreise in Portugal machte Marc Zeppel eine Entdeckung: Weil kaum Wind ging, waren keine Surfer am Strand zu sehen, dafür aber Menschen, die auf surfbrettähnlichen Brettern standen und lange Paddel in den Händen hielten. „Ich habe mich gewundert, was das ist und dann einfach mal nachgefragt“, berichtet der 41-jährige Familienvater im Gespräch mit der OP. Und er erfährt: Stand-Up-Paddeling, oder kurz SUP, nennt sich diese Sportart, die sich mehr und mehr zu einem Trend entwickelt.

Der Sport kommt aus Hawaii, soll ein ideales Ganzkörper-Training sein, das sowohl Kraft, Ausdauer als auch die Koordination schult. SUP schult die Balance und beansprucht die großen Muskelgruppen, wie Beine, Rumpf, Rücken und Arme. „Man steht auf einem großen Brett, ähnlich einem Surfbrett, hat ein extra langes Paddel in der Hand und schiebt sich damit durchs Wasser“, erklärt

Zeppel. Ab nächstem Dienstag, 3. Mai, bietet er regelmäßig abends Kurse in dieser Sportart auf der Lahn in Marburg an. Vom Bootssteg bei der DLRG geht es dann in Richtung Bahnhof. Diese Strecke hat die Stadt Marburg dem Sportler für die Kurse, die er im Nebenerwerb gibt, freigegeben.

„SUP ist ein Sport für die ganze Familie“, erklärt der Argensteiner. Er habe das selbst ausprobiert, und sowohl seine Frau als auch seine beiden Kinder seien mittlerweile begeisterte SUPer.

Grundvoraussetzung für die neue Sportart, die Zeppel gerne in Marburg etablieren möchte, ist es, schwimmen zu können. „Natürlich sollte man auch keine Angst vorm Wasser haben, schließlich fällt man schon hin und wieder mal rein, gerade am Anfang“, erklärt der angehende SUP-Lehrer. Auch deshalb sei die Lahn optimal für diesen Sport geeignet: Sie sei nicht zu tief und habe eine langsame Fließgeschwindigkeit.

„Ich möchte den Spaß an diesem Sport auch anderen vermitteln“, schildert der 41-jährige seine Motivation und verspricht, dass die Grundtechniken schon innerhalb von zwei Stunden zu lernen seien. „Dann geht es ans Genießen“, sagt er, lacht und paddelt davon.

Mehr Informationen zum Sport und den Kursen gibt es im Internet unter www.supirates.de

Größ sichert Michelbach einen Punkt

von Marius Mayer

■ Gruppenliga

SF BG Marburg – TSV Michelbach 3:3. Tore: 0:1 Rechner (15.), 1:1 Jauernick (23.), 1:2 Stengel (36.), 2:2 Pöttgen (48.), 3:2 Asghedom (61.), 3:3 Größ (90.). SR: Lang (Haiger). Zuschauer: 100. Gelb-Rot: Stengel (67.), Michelbach, wdh. Foul). Die 100 Zuschauer sahen eine ausgeglichene erste Hälfte mit guten Torchancen auf beiden Seiten. Steffen Rechner brachte die Michelbacher nach einem Freistoß von Jens Herbert per Kopf in Führung (15.). Schon acht Minuten später glichen die Blau-Gelben durch einen Flachschuss von Maurice Jauernick aus. In der 36. Minute brachte Martin Stengel, der eine Heeringabe von links mit der Brust annahm und direkt verwertete, die Gäste wieder in Führung. Im zweiten Durchgang legte die Heimelf einen Gang zu und kam schon drei Minuten nach Wiederanpfiff durch einen Volleyschuss von Pöttgen zum Ausgleich. Nachdem Aman Asghedom die Blau-Gelben in Führung gebracht hatte (61.) und Michelbachs Stengel die Ampelkarte sah (67.), schien alles auf einen Sieg der Marburger hinauszulaufen. Allerdings versäumte es die Münn-Elf, den Sack zu zumachen. Dies sollte sich rächen – Daniel Größ traf in der 90. Minute zum 3:3.

1. SC Sachsenhausen – FV Breidenbach 0:1. Tor: 0:1 Damm (57.). Schiedsrichter: Radl (Gernsheim). Zuschauer: 50. Gelb-Rote Karte: Gattwinkel (90., Sachsenhausen, Meckern). Die Hinterländer taten sich lange Zeit schwer gegen die mit allen Mann verteidigenden Gastgeber. So dauerte es bis zur 57. Minute, ehe sich Ismet Kaya auf der rechten Seite durchsetzte und seine Flanke Johannes Damm erreichte, der per Kopf das Breidenbacher Siegtor markierte. Die ersatzgeschwächten Sachsenhäuser waren in der Folge nicht mehr in der Lage, den Sieg des Tabellenführers noch einmal in Gefahr zu bringen.

Tenniskreis sucht für Nachwuchsarbeit die Zusammenarbeit mit den Schulen

Kirchhain. Unter seinem neuen Jugendwart Philipp Kammerer unternimmt der Tenniskreis Marburg weitere Schritte zur Akquirierung und Förderung jugendlicher Tennisspieler in den Vereinen. In der jüngsten Zusammenkunft des „Arbeitskreises Jugend“ in Kirchhain wurden Möglichkeiten diskutiert, wie Tennis und Schule miteinander in Einklang gebracht werden können.

Der stellvertretende Bezirksvorsitzende und Schulreferent Sebastian Metz hielt einen Vortrag zum Thema Schultennis, an den sich eine rege Diskussion anschloss. Anzustreben seien Kooperationsvereinbarungen zwischen Schulen und Vereinen. Die Vereine müssten mit konkreten Konzepten auf die Schulen zugehen.

Wünschenswert sei die Einführung einer „Arbeitsgemein-

schaft Tennis“ im Stundenplan, wobei als Zielgruppe Kinder des ersten bis vierten Schuljahres im Vordergrund stehen müssten. Auf Schulfesten und Sporttagen könne man auf das Angebot der Vereine und des Tenniskreises aufmerksam machen. Dieser habe Kinderschläger und Kleinfeldnetze beschafft, die den Schulen und Vereinen leihweise zur Verfügung gestellt werden könnten.

Vor dem Hintergrund teilweise rückläufiger Mitgliederzahlen in den Vereinen, bestehe mit dem Bemühen um den Nachwuchs auch die Möglichkeit, die Eltern für den Sport zu begeistern. Dabei sei zu überlegen, ob die Vereine den Eltern befristete Beitragsermäßigung oder Beitragsfreiheit gewähren könnten.

Auch weitere Angebote der Vereins, etwa „Cardio-Tennis“, ein neu entwickeltes, gesund-

heitsförderndes Trainingsprogramm, bei dem die Tennisbewegungen musikalisch unterstützt in den Bewegungsablauf integriert werden, müssten publik gemacht werden.

Der „Arbeitskreis Jugend“ kommt am 18. Mai (18 Uhr) auf der Anlage des TV Wehrda wieder zusammen. Dann soll eine Stunde für Schultennis gestaltet und gezeigt werden, wie „Cardio-Tennis“ funktioniert.

Distanzreiten: Lehrgang in Caldern

Caldern. Lena Weiershäuser bietet am 21. und 22. Mai ein Einführungs-Seminar zum Thema „Distanzreiten“ auf dem Gestüt Birkenhof in Lahntal-Caldern an. Lena Weiershäuser hatte schon von klein auf einen ganz besonderen Bezug zu den Araber-Pferden ihrer Eltern, konnte eher reiten als laufen. Dies lernte sie auf dem Hengst Abdallah, dem besten Distanzhengst seiner Zeit in Europa.

Es folgte eine klassische Reit-ausbildung mit einigen Dressurturnieren, aber schon mit 13 Jahren kam sie durch die befreundete Distanzreiterin Dr. Monika Kröz zu „ihrem“ Sport, den sie 2006 mit der Silbermedaille im deutschen Team in Libramont (Belgien) krönte. Inzwischen hat die 27-Jährige mehr als 5 000 km Distanzritte absolviert, mehr als 70 000 km im Training zurückgelegt.

Der erste Seminartag ist dem Ablauf eines Rittes, der richtigen Ausrüstung, dem Training, dem Beschlag und der Fütterung der Pferde gewidmet. Am zweiten Tag geht es um das richtige Vorstellen des Pferdes, Puls-messung, Ausrüstungskontrolle, Crewing. Außerdem steht ein Trainingsritt über 20 km auf dem Programm.

Weitere Informationen und Seminarunterlagen unter www.gestuet-birkenhof.de

Losglück bringt das Ziel in Reichweite

Volleyball: Stiftsschule Amöneburg beim Bundesentscheid „Jugend trainiert für Olympia“

Nach souveränen Auftritten beim Kreis-, Regional- und Landesentscheid folgt für die Mädchen der Stiftsschule St. Johann nun die letzte Etappe auf einem langen Weg: der Bundesentscheid.

von Marcello Di Cicco

Amöneburg. Wenn sich von Dienstag bis Samstag kommende Woche die 16 besten Schulteamer aus ganz Deutschland beim Bundesentscheid bei „Jugend trainiert für Olympia“ miteinander messen, dann möchten auch die Amöneburger Stiftsschülerinnen ihre persönliche Erfolgsgeschichte erfolgreich abschließen.

Den Weg in die Bundeshauptstadt ebnete sich das Team von Trainerin Ulrike Wiegard in der Wettkampfklasse (WK) III nach souveränen Auftritten beim Kreis- und Regionalentscheid sowie durch einen überzeugenden 25:17- und 25:16-Endspielsieg beim Landesentscheid gegen die Elly-Heuss-Schule Wiesbaden, die beim Bundesentscheid 2010 Sechste war.

Nach einem „überragend guten“ und „mental richtig starken“ Auftritt beim Landesfina-

le, wie Wiegard lobte, wartet auf Sarah Greib, Antonia Ried, Victoria Limper, Katharina Selle, Larissa Hahn, Anne Grimm und Constanze Bieneck nun das Bundesfinale, an dem die Stiftsschule letztmals vor fünf Jahren in der WK II der Mädchen teilnahm und Siebte wurde.

„Dass wir mit der Schule nach Berlin fahren, ist schon eine coole Sache. Schließlich warten dort ziemlich gute Teams auf uns“, sagt Constanze Bieneck, die am Montag ihren 15. Geburtstag feiert, sowohl dem Hessenkader als auch dem Sichtungskader für die Jugend-Na-

tionalmannschaft angehört und beim TV Wetter bereits Zweitliga-Luft geschnuppert hat. „Wir wollen zumindest nicht Letzter in der Gruppe werden“, sind sich Wiegard und Bieneck einig.

Denn die vier Gruppenletzten spielen nur die Plätze 13 bis 16 aus. „Einen Sieg rechnen wir uns schon aus“, gibt sich Wiegard kämpferisch. Durch den ließe man sich viele Türen öffnen. In der Gruppenphase treffen die Amöneburgerinnen auf die Oberschule an der Ronzellenstraße (Bremen), das Gymnasium Süderelbe (Hamburg) und die Realschule Emlichheim

(Niedersachsen). „Wir hatten Losglück, da die Mannschaften aus den Stadtstaaten meist nicht so stark sind“, weiß Wiegard, die den niedersächsischen Gegner jedoch als einen der Turnierfavoriten einschätzt.

Los geht es für die Stiftsschülerinnen mit einem Empfang in der hessischen Landesvertretung. Am Mittwoch finden dann alle drei Vorrundenspiele statt. „Da heißt es früh aufstehen“, sagt Wiegard. Turnierbeginn ist bereits um 8 Uhr. Der erfolgreichen Ankunft nach einem langen Weg sollte auch der frühe Beginn nicht im Wege stehen.



Die Mädchen der Stiftsschule Amöneburg reisen voller Vorfreude zum Volleyball-Bundesentscheid „Jugend trainiert für Olympia“ in Berlin. Privatfoto

Bauerbach siegt 8:2 beim VfB Marburg II

von Michael E. Schmidt

■ Kreisoberliga Nord

VfB Marburg II – SV Bauerbach 2:8. Tore: 0:1 Florent Raishtaj (10.), 1:1 Carlos Arsenio (20., FEM), 2:1 Arsenio (24.), 2:2 Leonard Raishtaj (39.), 2:3 Manuel Brehm (44.), 2:4 F. Raishtaj (51.), 2:5 Brehm (55.), 2:6 L. Raishtaj (62.), 2:7 Brehm (64.), 2:8 Alban Ademi. Bis zur Pause sahen die rund 50 Zuschauer einen offenen Schlagabtausch mit fünf Toren. Hinzu kamen weitere zahlreiche Chancen auf beiden Seiten. „In den ersten 45 Minuten hat meine Mannschaft gut mitgehalten. Nach dem Wechsel wollten wir weiter nach vorne spielen, wurden dabei jedoch klassisch ausgekontert, und schließlich brachen alle Dämme“, sagte Marburgs Trainer Kosta Ioannidis.

FUSSBALL

Hessenliga: Würges – SC Waldgirmes 0:2.
Verbandsliga Mitte: FSV Braunfels – TSG Wörsdorf 3:3, Vikt. Kestelbach – SG Oberliederbach 1:0, Fvgg Kastel – VfB Gießen 1:2.
Gruppenliga Kassel: Zierenberg – SG Lohre 2:0, 1. FC Schwalmstadt II – FC Körle 2:1.
Kreisliga B Franken: SG Wollmarf. II – Oberes Edertal II 4:1, Gemündener W. II – Löhlabach 3:2, Ellershausen – Battenhausen 4:1.