

Lahrer Erfolge im Ju-Jutsu

GELSENKIRCHEN. Die Deutschen Einzelmeisterschaften im Ju-Jutsu in Gelsenkirchen fanden mit erfolgreicher Lahrer Beteiligung statt. Durch vorangegangene Turniere, hatten sich fünf Athleten aus der Ju-Jutsu Abteilung des BFSV-Lahr für diese Meisterschaften qualifiziert. Katharina Wabnitz erreichte den dritten Platz in der Seniorenklasse bis 48 Kilo durch außergewöhnlich starke Kampfleistungen, heißt es in einer Pressemitteilung des Vereins. Ihr Kollege Roman Wagner



Katharina Wabnitz und Roman Wagner. Foto: Verein

er kämpfte sich ebenfalls eine Bronzemedaille bei seiner ersten Deutschen Meisterschaft in der Klasse der Senioren bis 69 Kilo. Weitere Sportler des Lahrer Vereins erreichten gute Platzierungen. Stefanie Brandt erreichte den vierten Platz in der U21 bis 70 Kilo, Daniel Wagner den fünften bei den Senioren bis 69 Kilo und Vincent Haupt erreichte den siebten Platz in der U21 bis 69 Kilo. red/mw

Redaktion

Lokalsport
Telefon: 07821/2783-140
Telefax: 07821/2783-150
E-Mail: sport@lahrer-zeitung.de

Kein Fußballverzicht im Ramadan

Muslime auf der ganzen Welt fasten noch bis zum 9. April. Auch in den Mannschaften des Multikulti-Vereins SC Lahr ist das ein Thema. Lässt sich Sport und der Verzicht vereinbaren? Der Verein spricht über seine Erfahrungen.

■ Von Moritz Wolf

LAHR. Für Muslime hat am 10. März der Ramadan begonnen. Wer das Fasten lebt, für den sind unter anderem Essen und Trinken zwischen Sonnenauf- und Sonnenuntergang tabu. Sportler stehen in dieser Zeit vor besonderen Herausforderungen – zum Beispiel im Fußball. Lassen sich regelmäßiges Training und Spieltage überhaupt mit dem Verzicht vereinbaren? Unsere Redaktion hat mit Verantwortlichen des SC Lahr gesprochen.

„Immer mal wieder hat es Spieler gegeben, die während des Ramadan gefastet haben“, berichtet Petro Müller. Der Sportliche Leiter des SC ist für die erste und zweite Herrenmannschaft zuständig. In der aktuellen Saison gibt es, anders als in früheren Jahren, keinen aktiven Spieler der fastet. Grund sei auch die Verletzungssituation, berichtet Müller. Ein Spieler der fastet, ist betroffen und steht daher gerade sowieso nicht auf dem Fußballplatz.

Entscheidend ist die Selbsteinschätzung der Spieler

Auf Training und Spieleinsätze hätten die gläubigen Fußballer bisher noch nie verzichtet. „Sie trainieren schon mit“, berichtet Müller. Klar sei für ihn aber auch: „Je höher die Liga, desto schwieriger.“ Das höhere Spielniveau bringe auch größere körperliche Belastungen mit sich.

Entscheidend sei die Selbsteinschätzung der Fußballer. „Die Spieler müssen ehrlich mit sich selbst sein“, findet Müller. Man müsse sich mit den besonderen Umständen arrangieren, gerade bei einem Team-sport wie Fußball. An Spieltagen bedeutete das in vergange-



In diesem Jahr hat der Ramadan bei der ersten und zweiten Herrenmannschaft des SC Lahr keine Auswirkungen. In den vergangenen Jahren fasteten manche Spieler. Auf Training und Spiele verzichtete aber bisher niemand. Foto: Künstle

nen Jahren, dass es auch kürzere Einsätze gab, je nach Energie und Fitness.

Mit den Auswirkungen des Fastens auf den Sport, hat sich



„Die individuelle Entscheidung wird voll respektiert.“

Stefan Wölfle
Jugendleiter SC Lahr

auch Stefan Wölfle, Jugendleiter im Verein, beschäftigt. In diesem Jahr sei es aber noch

kein Thema, berichtet er im Gespräch mit unserer Redaktion. Das hänge mit der jetzigen Jahreszeit zusammen. Zu den Trainingseinheiten am Abend, ist die Sonne bereits – oder fast – untergegangen. So hätten Jugendliche, die am Ramadan teilnehmen, die Möglichkeit, sich vor den Übungseinheiten zu stärken, begründet Wölfle. Liege der Ramadan aber etwa im Sommer, sei die Situation eine andere.

Im vergangenen Jahr hatten sich zwei SC-Jugendspieler entschlossen, zu fasten, berichtet Wölfle. Die konkrete Auslegung variere aber je nach Spieler. „Es gab schon alle Varianten des Fastens“, so der Jugendleiter. Von sehr konsequent bis zu Ausnahmen, etwa um an den Trainings- und Spieltagen den

Trinkverzicht auszusetzen. Aus Sicht des Jugendleiters hängt es auch stark vom jeweiligen Elternhaus ab, ob der Ramadan bei muslimischen Jugendlichen einen großen oder kleinen Rahmen einnimmt.

Auf den Fußball komplett habe, wie auch bei den Herren, bisher niemand verzichtet. „Aller größten Respekt vor dieser Willenskraft“, merkt Wölfle anerkennend an. Im Verein werde die individuelle Entscheidung „voll respektiert und akzeptiert“.

Klar ist für den Verein: Die Gesundheit steht im Vordergrund. Daher liege es an den Betroffenen, ihr Training, falls nötig, anzupassen – etwa indem sie ihr Pensum etwas herunterfahren. Auf Trainerseite sei es wichtig, dass etwa

Pausen zum trinken und stärken ermöglicht werden – beispielsweise, wenn das Training kurz vor Sonnenuntergang beginnt. „Da braucht es das nötige Fingerspitzengefühl“, so Wölfle. Das, so fügt er hinzu, sollte ein guter Trainer aber sowieso mitbringen.

Wechselnde Zeiten

Der Fastenmonat Ramadan richtet sich nach dem islamischen Kalender. Er begann in diesem Jahr mit dem Erscheinen der Neumond-Sichel am zehnten März. Der Kalender wird anders berechnet als der christlich-gregorianische und richtet sich nach dem Mond. Deshalb variiert der Zeitpunkt des Fastenmonats.

Neuried bleibt in Erfolgsspur

Die FCN-Elf überzeugte gegen den SV Ödsbach und bleibt 2024 ungeschlagen.

■ Von Joachim Schwende

KREISLIGA A NORD. FC Neuried – SV Ödsbach 3:1 (1:0). Der Neurieder FC durfte gestern den dritten Sieg in diesem Jahr feiern, musste in diesem Jahr nur im Auftaktspiel dem Spitzenreiter aus Lautenbach einen Punkt abgeben. Zunächst erspielten sich die Gäste leichte Vorteile. Doch FC-Torhüter Manuel Günther erwischte einen guten Tag, hielt seine Farben in dieser Phase im Rennen. Feger nutzte einen Strafstoß zur Führung, mit diesem knappen Vorsprung ging es auch in die Pause. Durch das 2:0 von Reichenbach kurz nach Wiederbeginn wurden die Hausherren dann noch besser und kontrollierten in der Folge das Geschehen. Auch der Anschlusstreffer warf die Neurieder nicht aus der Bahn.

Tore: 1:0 Feger (21.), 2:0 Reichenbach (46.), 2:1 Vollmer (87.), 3:1 Feger (89.).

FC Ottenheim – SV Leutesheim 1:1 (0:1). Der FC Ottenheim kam zwar vor eigenem Anhang Publikum gegen den SV Leutesheim zu einem Remis, bleibt



Der FC Neuried (hier in den roten Trikots) lieferte in der Rückrunde eine sehr gute Leistung ab. Foto: Fissler

aber weiter in akuter Abstiegsgefahr. Die Gäste hatten einen Auftakt nach Maß: Der Zeiger der Uhr hatte sich noch keine fünf Mal gedreht, da klingelte es schon im Tor der Hausherren. Barzewitsch mit seinem dritten Saisontreffer brachte sein Team früh in Führung. Doch das Spiel zweier sehr de-

fensiv eingestellter Mannschaften war sehr arm an Chancen, zumeist spielte sich das Geschehen zwischen beiden Strafräumen ab. Einer der wenigen Höhepunkte war dann der Ausgleichstreffer durch Christian Mück.

Tore: 0:1 Barzewitsch (4.), 1:1 Mück (70.).

Trampolinturner holen Titel

Die Ichenheimer Nachwuchsathleten überzeugten vor allem als Team.

MANNHEIM. Die Titelkämpfe der Badischen Mannschaftsmeisterschaften im Trampolinturnen in der Altersklasse elf Jahre und jünger, wurden in Mannheim ausgetragen. Bei diesem Wettkampf starteten auch Athleten vom Turnverein Ichenheim.

Die Trampolin-Sportler Maxima Huber, Jonathan Broß, Jade Wernigk, Lucas Gatzke und Yasmin Mustafa zeigten in der nordbadischen Stadt ihr Können. Von Anfang an war klar, dass alle Teams ganz dicht beieinander liegen und ein spannendes Finale zu erwarten war, berichtet der Verein in einer Pressemitteilung. Mit ihrem Teamgeist und einer laut Verein „absolut meisterhaften“ Übung von Maxima Huber, die auch in der gesamten Altersklasse den höchsten Kürwert erturnte, sicherten sich die fünf Ichenheimer den Mannschaftstitel.

Greta Häußermann, Nicole Nastenka, Lea Geschwendt und Fabian Nägele vertraten den TVI in der Altersklasse zwölf bis 14 Jahre. Das Quartett legte mit ihren Punkten als Führende nach dem Vorkampf den

Grundstein für die Finalteilnahme und einer Medaille. Der Finaldurchgang lief aus Vereinsicht sehr gut, doch das starke Team der Konkurrenten des ASV Wolfartsweier zog vorbei und überlies Ichenheim die Silbermedaille.

Die Athleten erturnen weitere Medaillen

In der offenen Altersklasse der Vereinsmannschaften ging der Ichenheimer Verein mit Indira Häußermann, Leon Sexauer,

Estefania Koch, Kaan Erbil und Jule Riehle an den Start. Mit Souveränität, Routine und Wettkampferfahrung lieferte die Mannschaft einen guten Vorkampf und sicherte sich den Finalplatz, berichtet der Verein. In einem packenden Finaldurchgang gelang es durch starke Mannschaftsleistung sowie dem höchsten Kürwert und der Tagesbestleistung, geturnt von Häußermann, die Silbermedaille in der offenen Altersklasse zu erobern. red/mw



Der TV Ichenheim präsentiert die Medallenausbeute. Foto: Verein