

# stadtmagazin

## Lichtenfels

AUSGABE  
No. 21



Sommer in der  
**Heimat**



Unternehmerin



Schützenfest



Unternehmen

# Gutschein

Veranstalter:



Sie erhalten bei Vorlage  
dieses Coupons auf ein Getränk  
einmalig einen Rabatt von



# Wein LICHTENFELSER FEST

MARKTPLATZ  
14.–18.06.17

## Programm

### Mittwoch, 14. Juni von 16.00 – 23.00 Uhr

- 18.00 Uhr Die Rossinis
- 18.30 Uhr Feierliche Eröffnung mit der fränkischen Weinkönigin Silena Werner, Ersten Bürgermeister Andreas Hügerich und Korbstadtkönigin Maria I.

### Donnerstag (Fronleichnam), 15. Juni von 11.00 – 23.00 Uhr

- 13.00 Uhr Play again sam
- 19.00 Uhr The Jets

### Freitag, 16. Juni von 11.00 – 23.00 Uhr

- 19.00 Uhr Heaven

### Samstag, 17. Juni von 11.00 – 24.00 Uhr (Flechtkulturlauf)

- 13.00 Uhr Race Trio
- 16.30 Uhr Startschuss zum Flechtkulturlauf auf der Weinfestbühne
- 19.00 Uhr The Wild Bobbin' Baboons
- 19.30 Uhr Siegerehrung Flechtkulturlauf auf der Weinfestbühne

### Sonntag, 18. Juni von 11.00 – 21.30 Uhr

- 13.00 Uhr Voices4u
- 17.30 Uhr Frankinelli Quartett



# Vorwort



Liebe Lichtenfelserinnen und Lichtenfelser,

seit gut 15 Jahren lebe ich nun schon in dieser schönen Stadt. Sicherlich hat auch sie ihre Ecken und Kanten, aber wenn man ehrlich ist: Es ist eine tolle Stadt, eine Stadt, in der es sich gut leben lässt. Schauen wir auf den Korbmarkt, das Schützenfest oder das Open-Air-Kino auf dem Marktplatz. Und es gäbe noch mehr aufzuzählen. Dies ist - neben meiner Frau - unter anderem auch ein Grund dafür, warum ich nach Metropolen wie Dortmund und Zürich hier hängengeblieben bin und mich wieder ehrenamtlich engagiere, wie zum Beispiel in meiner Feuerwehr in Seubelsdorf.

Dieses Jahr starten wir, mit vielen Feuerwehrleuten aus dem Landkreis, einen Spendenlauf zugunsten der Stiftung Deutsche Krebshilfe beim Flechtkultururlaub Obermain. Dort laufen wir in Schutzbekleidung und Atemschutzflaschen auf dem Rücken für all diejenigen, die das nicht mehr können. Wir wollen aufmerksam machen, dass Krebs allgegenwärtig ist. Unterstützen Sie uns dabei, jeder Euro ist wichtig! Dafür ein großes Dankeschön.

Herzlichst, Ihr Frank Stuhlmann

# Inhalt Themen und Rubriken



## Impressum Stadtmagazin Lichtenfels

Herausgeber: Stadtmarketing Lichtenfels e.V.  
Verantwortlich i.S.d.P.: Steffen Hofmann  
Redaktion: Markus Haggberg, Harald Neumann  
Layout und Gestaltung: Terminal2, Lichtenfels  
Druck: creo Druck & Medienservice GmbH

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck von Berichten und Fotos nur nach Genehmigung. Redaktion, Autoren und Verlag übernehmen keine Haftung für die Richtigkeit des Inhalts.

Stadtmarketing Lichtenfels e.V., Ringgasse 4, 96215 Lichtenfels,  
Tel. 095 71-9 48 90 88, info@stadtmarketing-lichtenfels.de



**08/09** Oberfränkische Malertage

**11** Sportstudio Highlight:  
Abnehmtipps

**12/13** Flechtkulturlauf

**14/15** Freizeitmöglichkeit Badesee

**16/17** Ortsteil: Köttel

**18/19** Veranstaltungskalender

**20/21** Volksfestsicherheit

**22/23** Unternehmensvorstellung:  
Ramona Lippert

**24/25** Rund um die Kreisstadt:  
System GmbH

**26/27** CrossFit: Kniegesundheit

**30/31** Unternehmensvorstellung:  
Obermain-Katzenhotel

**32/33** Vereine stellen sich vor:  
German Doctors Freunde Lichtenfels

# ERFOLGREICH GETRENNT ...GETRENNT



**HOFMANN**  
IHR IMPULSGEBER

Aus eins mach zwei: Von der Hofmann Innovation Group zu Impulsgeber und Möglichmacher!

Große Veränderungen in Lichtenfels: Die Hofmann Innovation Group, unter deren Dach die Werkzeugbau Siegfried Hofmann GmbH und Robert Hofmann GmbH seit 2003 gemeinsam auftraten, hat sich aufgelöst. Beide Firmen treten nun komplett eigenständig auf.

Aus dem Werkzeugbau wird Hofmann – Ihr Impulsgeber. Die Robert Hofmann GmbH hingegen wird zu Hofmann – Ihr Möglichmacher.

Der Grund für diesen Schritt ist einfach erklärt: Erfolg! Beide Firmen sind in den vergangenen Jahren stark gewachsen und haben ihr Produktportfolio stetig weiterentwickelt. Die deutliche Neupositionierung macht es Kunden, Lieferanten und Außenstehenden einfacher, den jeweils richtigen Ansprechpartner zu finden.

„Im Jahr 2012 hatten wir 231 Mitarbeiter. Heute sind es schon mehr als 350 – Tendenz steigend. Auch unser Umsatz stieg in dieser Zeit von 32 Millionen Euro auf 56 Millionen Euro an“, sagt Stefan

Hofmann, Geschäftsführer bei Hofmann – Ihr Impulsgeber. Ähnlich sieht es beim Möglichmacher aus: „2011 hatten wir 127 Mitarbeiter, aktuell sind es 287. In diesem Zeitraum stieg unser Umsatz von 22 Millionen Euro auf 50 Millionen Euro“, so Robert Hofmann, Gründer und Geschäftsführer von Hofmann – Ihr Möglichmacher.

Neue Namen, Logos, Homepages und Social-Media-Kanäle - das alles ist erst einmal gewöhnungsbedürftig. Doch den Schritt, eine erfolgreich etablierte Marke aufzugeben, haben sich beide Firmen

[www.hofmann-impulsgeber.de](http://www.hofmann-impulsgeber.de)

...  
T ERFOLGREICH

**HOFMANN**  
IHR MÖGLICHMACHER

**HOFMANN**  
IHR MÖGLICHMACHER

# HOFMANN

**IHR MÖGLICHMACHER**

gut überlegt. „Dem Ganzen ging ein langer Strategieprozess voraus“, versichert Stefan Hofmann. Dabei wurde deutlich, dass beide Firmen ihren Wachstumskurs bestmöglich fortsetzen können, wenn sie eigenständig auftreten. Kunden erkennen zudem dadurch leichter, welcher Hofmann welche Leistungen anbietet.

Statt „Innovation Group“ also „Impulsgeber“ und „Möglichmacher“. „Wir sind schon lange kein reiner Werkzeugbau mehr. Unser Geschäftsbereich Maschinenbau gewinnt immer mehr an Be-

deutung. Außerdem sind wir im Bereich Forschung und Entwicklung sehr aktiv. Das soll durch ‚Impulsgeber‘ deutlich werden“, erklärt Stefan Hofmann.

Robert Hofmann fügt für sein Unternehmen an: „Umgangssprachlich sind wir der ‚Modellbau‘. Mittlerweile haben wir uns zu einem individuellen Problemlöser für komplexe Baugruppen und Aufgabenstellungen entwickelt. Unsere Kunden bekommen vom Prototypen bis hin zur Serie alles aus einer Hand. Das macht uns zum Möglichmacher.“

Trotz dieser Neuausrichtung werden die intensiven und guten Geschäftsbeziehungen der Firmen untereinander selbstverständlich auch weiterhin bestehen bleiben. Als Hofmann – Ihr Impulsgeber und Hofmann – Ihr Möglichmacher setzen zwei Traditions-Unternehmen den Kurs für eine erfolgreiche Zukunft fort. Er wird auch der Region Schub verleihen.

Unter [www.hofmann-impulsgeber.de](http://www.hofmann-impulsgeber.de) und [www.hofmann-imm.de](http://www.hofmann-imm.de) können sich alle Interessierten ein Bild von den neuen Auftritten der Firmen machen.



Bankvorstände vereint für die Kunst in Lichtenfels: Hans-Joachim Autsch und Roland Vogel

# Eine Stadt stand Modell

Die 20. Oberfränkischen Malertage hatten Lichtenfels zum Thema. Im Mai waren rund 20 versierte Maler auf Motivsuche zu Gast. In gewisser Weise dauern die Malertage aber noch an und erfahren dieser Tage einen neuen Höhepunkt: Ausstellung, Vernissage, Lesung. Rückblicke, Einblicke und Ausblicke zu einem einmaligen Vorkommnis.

Wer aufmerksam durch Lichtenfels geht, wird Plakate und Flyer entdecken, die nun vielerorts in Schaufenstern hängen bzw. ausgelegt sind. Eine aquarellene Auswahl an Lichtenfelser Baulichkeiten, eine Blütenlese an Wahrzeichen, denen vorgelagert ein geflochtener Walfisch zu liegen scheint. Keine Motive, die Christel Gollner alltäglich zu sehen oder in den Sinn bekommt, denn die Ideengeberin der Oberfränkischen Malertage ist Bayreutherin. Doch wenn sie mit ihrer Absicht, die Schönheiten eines Ortes von Malern festhalten zu lassen in Rathäusern vorstellig wird, leiht man ihr seit 1998 Gehör. So in Coburg, Bayreuth, Pegnitz, Kulmbach, Forchheim, oder, wie nun geschehen, in Lichtenfels.

Die Grundidee der Malertage ist dabei oft erfrischend einfach, will sich das Schöpferische doch stets unter die Passanten bringen. Maler, die an öffentlichen Plätzen ihre Staffelei aufbauen, ihre Sicht auf die gastgebende Stadt malen und sich von Einheimischen dazu in Gespräche verwickeln lassen, bilden einen Kern des beabsichtigten Geschehens. Ob Lichtenfels lohnen und sich Motivvielfalt ergeben würde, scoutete Christel Gollner im Vorfeld. Das von ihr gestaltete Plakat bejaht die Wahl Lichtenfels'.

Mai 2017, Pressekonferenz in der Ehemaligen Synagoge: Presse ist geladen, Bürgermeister Andreas Hügerich ist anwesend, Christel Gollner ohnehin, Sponsoren sind

vor Ort, Stadträte, Kunstvereinsvorsitzende sowie Hans-Joachim Autsch und Roland Vogel, Vorstände der Raiffeisen-Volksbank Lichtenfels-Itzgrund e.G. bzw. der Sparkasse Coburg-Lichtenfels. Ihre beiden Häuser sind maßgebliche Förderer der Malertage nebst der nun aktuellen Bilderausstellung im Stadtschloss. „Wir haben es mit Kunst und Kultur zu tun und auch mit regionalen Künstlern“, erklärt Autsch den Unterstützungsansatz der Raiffeisen-Volksbank. Vogel hingegen bemerkt, dass „spannend ist, was rauskommt, wenn mal jemand anderes einen Blick auf Lichtenfels wirft“. Eben damit trifft er einen Punkt, denn Maler oder Fotografen haben eigene Blicke auf das, von dem andere glauben, es sei schon bekannt. Sie können Teilausschnitte eines Motivs erkennen oder betonen, Rahmen ihrer Wahrnehmung geschult verschieben und einrichten. So, dass sie auch Einheimischen einen neuen Blick auf ihre Stadt anzubieten haben. Diese Blicke werden, zu Bildern vollendet, einen Monat lang im Stadtschloss hängen.

Einer derjenigen, die Blicke auf Lichtenfels geworfen haben, ist Klemens Wuttke. Ein Nürnberger, ein Ex-Lichtenfelser. Auch er war an den Tagen zwischen dem 25.-28. Mai in der Korbstadt unterwegs, trug in sein Skizzenbuch ein und brachte in einer zur Malerwerkstatt eingerichteten Adresse am Marktplatz seine Beobachtungen auf Leinwand bzw. Papier. Auf die Frage, ob er den Eindruck habe, das ihm eigentlich

bekannte Lichtenfels durch die Malertage neu entdeckt zu haben, antwortet er: „Absolut, ja. Es war eine Offenbarung. Vor allem unter dem malerischen Aspekt habe ich die Stadt neu gesehen.“ In Bezug auf Fluchtpunkte und Proportionen biss sich Hildegard Frederking aus Goldkronach „die Zähne an der Stadtpfarrkirche aus“. Auf die Frage nach Motivvielfalt in Lichtenfels gab sie amüsiert und resigniert zurück: „Das schaffen wir nie alles, was da ist. Die Stadt ist wunderschön.“ Auch sie hatte, um so etwas wie Unterschleif vorzubeugen, auf Leinwand zu malen, die mit Beginn der Malertage gestempelt wurde.

Wie schön Lichtenfels ist und welche Blicke darauf Einheimischen von den Malern ans Herz gelegt wurden, wird in Ausstellungen mit Festprogramm zu sehen sein. Die 20. Oberfränkischen Malertage finden ihre Vollendung (18.6.-16.7.) im Stadtschloss. Mittwochs, an Freitagen und Samstagen wird von 14-17 Uhr geöffnet sein, an Donnerstagen von 17-20 Uhr und an Sonntagen zwischen 10-17 Uhr. Eintritt ist frei. Zur Ausstellungseröffnung (18.6. um 10:30 Uhr) wird der Schriftsteller Godehard Schramm eine Einführung geben. Auch eine Midisage (9.7.) ist geplant, wobei Schramm um 15 Uhr aus eigenen Beobachtungen - auch zu Lichtenfels - liest. Überdies werden weitere Bilder in den beiden Banken zu den üblichen Öffnungszeiten zu sehen sein.





Christel Gollner



# SCHREPFER



GRUPPE

...mit guter Technik  
sparsam heizen!

Heizöl - Diesel - Pellets - Heizung



Bamberger Str. 125 Tel. 09571-3472 schrepfer-energie.de



stadt   
**LICHTENFELS**

## FLECHTKURSE IN LICHTENFELS



Anmeldung und Information  
unter [www.flechtworkshops.de](http://www.flechtworkshops.de)  
und bei der Tourist-Information,  
Marktplatz 10, 96215 Lichtenfels,  
Telefon 09571/795-101

# Die 12 wichtigsten Gründe, wieso Sie nicht (mehr) abnehmen

Im 17. Teil unserer „Gesundheits- und Fitness-Kolumne“ möchten wir die wichtigsten Gründe, die uns seit über 20 Jahren im Studioalltag immer wieder begegnen, erklären. Wir möchten Ihnen zeigen, warum Sie nichts abnehmen oder wieso es zum Stillstand gekommen ist.

## **Grund 1:**

Sie essen über lange Zeit viel zu wenige Kalorien

Nach dem Motto „noch weniger ist noch besser“, übertreiben viele Diätbegeisterte. Der Körper sieht dies jedoch als Mangelsituation, reduziert den Stoffwechsel und baut Muskulatur ab. Dies führt in der Folge zum Stillstand der Gewichtsabnahme. 1 Kilo Muskelverlust verringert Ihren Stoffwechsel um 100 Kalorien täglich.

## **Grund 2:**

Sie trinken zu wenig

Ihr Körper besteht zu ca. 2/3 aus Flüssigkeit. Neben dem gesundheitlichen Aspekt der Flüssigkeitsaufnahme, ist Wasser wichtig für den Erfolg beim Abnehmen. Trinken regt den Fettstoffwechsel an. Wir empfehlen mind. 2 bis 2,5 l pro Tag.

## **Grund 3:**

Sie essen zu wenige „gesunde“ Fette

Es ist wichtig, den Körper im Gleichgewicht zu halten! Unser Ziel: tierische Fette reduzieren und gleichzeitig die essentiellen gesunden Fette aus Leinöl, Rapsöl, Olivenöl, Walnüssen und fettem Seefisch auch während der Diät ausreichend zuführen.

Fazit: Der wohldosierte Einsatz von „gesunden“ Fetten hilft gesund Gewicht zu verlieren und Muskeln zu straffen.

## **Grund 4:**

Sie machen stundenlanges Ausdauertraining

Falsch ist: Stundenlanges Ausdauertraining sei perfekt für die Fettverbrennung! Richtig ist: Durch stundenlanges Ausdauertraining lernt der Körper Energie einzusparen und mehr Fett einzulagern. Nein, im letzten Satz ist kein Schreibfehler! Zusätzlich wird bei zu viel Ausdauertraining Muskelmasse abgebaut. Fett wird jedoch in der Muskulatur verbrannt.

Das beste Training für die Fettverbrennung ist das Muskeltraining. Muskeltraining kurbelt ihren Stoffwechsel für bis zu 72 Stunden an, Ausdauertraining dagegen nur für max. 9 Stunden. Das heißt: Muskeltraining hat im Vergleich eine bis zu achtmal größere Wirkung auf die Fettreduktion.

## **Grund 5:**

Sie haben Ihre Ernährung und Ihr Training nicht aufeinander abgestimmt

Das ist der meistübersehene Bereich zum Thema Fettverlust. Die meisten Menschen beginnen mit einer Diät und irgendwann später beginnen sie mit dem Training oder umgekehrt. Richtig wäre beides gleichzeitig zu beginnen. Richtige Ernährung und richtiges Training wirken synergetisch und Sie werden damit größere Abnehmerfolge erzielen.

## **Grund 6:**

Der Klassiker: Sie haben zwar die Vorteile des Muskeltrainings erkannt, trainieren aber mit zu hohen Wiederholungszahlen

Die meisten Frauen möchten einen schlanken und straffen Körper. In vielen Büchern wird erzählt, sie müssten mit leichtem Gewicht viele Wiederholungen ausführen. Das ist ein Irrglaube! Wer nicht genügend Trainingsgewicht verwendet, um seine Muskulatur ausreichend zu fordern, wird seinen Stoffwechsel nicht erhöhen und den Körper nicht entsprechend straffen und formen können. 1 Kilo Muskulatur regt Ihren Stoffwechsel um 100 Kalorien an.

## **Grund 7:**

Sie glauben, die Ernährung ist nicht so wichtig

Richtig ist: Eine richtige, zielgerichtete, gesunde Ernährung ist eine wichtige Größe auf dem Weg zu Ihrem Figurerfolg. Rechenbeispiel: Ein Big Mac-Menü (mit Pommes und Cola) bei McDonald's hat 1000 Kalorien. Die klassischen Ausdauerdisziplinen wie Radfahren oder Nordic Walking verbrennen pro Stunde nur 250 -350 Kalorien. Das heißt, selbst wenn Sie 3x pro Woche 1 Stunde Rad fahren, haben Sie in der Summe die 1000 Kalorien nicht verbraucht.

## **Grund 8:**

Sie trainieren zu lange

Viele glauben: Je mehr man trainiert umso größer sind die Erfolge. Wissenschaftliche Studien belegen eindeutig: Zu langes Training ist kontraproduktiv und stresst

den Körper durch eine erhöhte Kortisol-Ausschüttung unnötig. Ein erhöhter Kortisolspiegel hemmt Ihre Fettverbrennung. Im Idealfall dauert eine Trainingseinheit maximal 75 Minuten.

## **Grund 9:**

Sie strengen sich beim Training zu wenig an

Natürlich steht beim Training der Spaß im Vordergrund. Wer allerdings seinen Abnehm-Turbo aktivieren will, muss sich etwas mehr anstrengen. Von Nichts kommt Nichts. Leider gilt das auch hier. Wer die Belastung nicht geplant progressiv steigert um neue Reize zu setzen, kann keine weiteren Abnehmerfolge erwarten.

## **Grund 10:**

Sie trainieren zu unregelmäßig

Nur wer regelmäßig seinem Sportprogramm nachgeht, hat die Chance sein Gewicht nachhaltig und bleibend gesund zu reduzieren. Es ist wichtig, den neuen Lebensstil als spaßbereitende Gewohnheit aufzubauen.

## **Grund 11:**

Sie trainieren daheim

In einer Studie wurde bewiesen, dass 9 von 10 Trainierenden, die bei sich daheim sporteln, nicht korrekt trainieren. Sie folgen Plänen von Freunden, aus dem Internet oder aus Fitnessmagazinen. Diese Trainierenden werden ihre Trainingsziele nie erreichen.

## **Grund 12:**

Ihre Übungsausführung ist unkorrekt

Wer seine Übungen unkorrekt ausführt, wird nicht die gewünschten Trainingserfolge erzielen. Zusätzlich belastet falsches Training unnötig Sehnen, Bänder und Gelenke.





Jürgen „Stango“ Steinmetz zeigt schon auf den Zieleinlauf

## STECKBRIEF

Name: Jürgen Steinmetz  
Alter: 58  
Spitzname: Stango  
Beruf: Verwaltungsbeamter

**Kilometerstand seit Gründung des ASC Burgberg e.V. im Jahre 1999:**

*„Ich bin durch Radfahren, Schwimmen und Handball zu vielseitig, als dass man mich auf einen Kilometerstand reduzieren könnte.“*

# Es läuft!

Der Flechtkulturlauf steht bevor. Was durch den ASC Burgberg e.V. befördert und zur Tradition wurde, hat noch allerlei Überraschungen zu bieten. Eine davon dürfte das Abschneiden der Feuerwehrmannschaft sein, die in voller Montur für den guten Zweck antritt. Über Rückblicke, Einblicke und Ausblicke spricht das Stadtmagazin mit dem Initiator des Flechtkulturlaufs: Jürgen Steinmetz.



### 01. Flechtkulturlauf 2017 - das verflixte sieben-te Jahr also. Was fällt Ihnen dazu ein?

J.S: Der ziemliche Aufwand. Man braucht Beständigkeit und kann nicht sagen: Heute habe ich Lust zum Organisieren und morgen nicht. Es ist wichtig, dass alle ehrenamtlichen Helfer (ca. 100-120) bei der Stange bleiben. Die Helfer sind zumeist aus Feuerwehren, der DLRG, dem BRK, Verkehrskadetten und dem ASC Burgberg.

### 02. Wie ist der Lauf über die Jahre gewachsen?

J.S: Wir haben mit 370 Läufern angefangen und 2016 eine Marke über 700 erreicht. Unser Lichtenfelser Flechtkulturlauf ist jetzt gleich groß wie der Lauf Mezza maratona dei Castelli Romani in unserer Partnerstadt Ariccia.

### 03. Überrascht Sie der Erfolg manchmal?

J.S: Nein, ich habe es der Heimat doch letztlich zugetraut. Ich bin insofern stolz, dass es eine lokale Veranstaltung mit lokalen Aktionisten ist. Dazu zählen neben einheimischen Firmen sogar mitlaufende Ämter und Behörden.

### 04. Auf der Webseite zum Flechtkulturlauf tauchen jede Menge Sponsoren auf. Gibt es eine Verbundenheit der heimischen Wirtschaft zum Lauf und war es schwer, an Sponsoren zu kommen?

J.S: Die, die das unterstützen, gehören zu einer gewachsenen Struktur - auch aus dem ASC heraus. Es ist gewachsene Verbundenheit. Ein anderer Sponsor ist zum Beispiel mein Nachbar. Der Flechtkulturlauf profitiert von unserem ASC-Netzwerk.

### 05. Bitte ein Wort zur Akzeptanz in der Bevölkerung.

J.S: Die Negativstimmen sind wesentlich

geringer als die, die sich dafür aussprechen. Der Lauf sorgt für Belebung der Stadt. Dadurch, dass wir aus den anspruchsvollen Bergstrecken ins flache Städtische gezogen sind, bringt man mehr Leute in die Stadt.

### 06. Was unterscheidet den Flechtkulturlauf von anderen Läufen?

J.S: Dass er nicht so wettkampforientiert ist. Er ist Volkslauf. Wenn sogar der Bürgermeister seine Mutter dazu motivieren kann, bei einem Lauf teilzunehmen, ist das schon eine sinnige Sache. Wir haben eine gewisse Ungezwungenheit. Er ist und soll bleiben: ein ungezwungenes Miteinander von Leistungssportler und Freizeitsportler.

### 07. Der Flechtkulturlauf als Wirtschaftsfaktor - was fällt Ihnen dazu ein?

J.S: Werbung für Lichtenfels. Wo ist Lichtenfels? Wo ist was in Lichtenfels? Über das Internet steht uns das weltweit offen. Ich bin ein Verfechter des Nahverkehrs und insbesondere des VGN. Insofern bietet sich für Leute aus dem Großraum Nürnberg an, auf einen Tagesausflug hierher zu kommen.

### 08. Es wird erstmalig ein Feuerwehr-Team in voller Montur mitlaufen. Können Sie sich noch daran erinnern, wie Sie von der Aktion „Laufen gegen Krebs“ erfuhren?

J.S: Ja. Erfahren habe ich das via Facebook. Ich habe mich erst gewundert und mich gefragt: Was sind denn das für Spezialisten? Immerhin ist diese Vorgehensweise für Gesundheit wegen der körperlichen Belastung doch sehr speziell. Auf der anderen Seite zeigt es doch auch die Belastungsfähigkeit unserer Feuerwehrler. Toll finde ich auch das Karitative, und sie wollen ja als Team durchkommen.

### 09. Haben Sie mal die Trainingsläufe begleitet?

J.S: Ich habe sie mal zufällig gesehen, als sie normal und ohne Ausrüstung trainierten. Ich bin aber über Facebook gut informiert, was Herr Stuhlmann (Frank Stuhlmann, Notfallseelsorger, Feuerwehrmann und Initiator des Feuerwehr-Teams) so macht. Ich freue mich darauf, sie live zu erleben. Beim Triathlon Iron-Man in Roth habe ich Feuerwehrler aus New York gesehen, die so etwas Ähnliches gemacht haben. Oder einen Ex-Marine, der seinen im Schlauchboot sitzenden Sohn 3,8 Kilometer schwimmend durch den Kanal gezogen hat.

### 10. Auf der Flechtkulturlauf-Webseite ist die Sprache davon, dass es mal eine Meisterschaft der „Fire Figthers“ (Feuerwehreute) geben könnte. Der Lauf darf also noch wachsen und neue Kategorien finden?

J.S: Genau. Wenn man der Vielzahl der freiwilligen Feuerwehrler eine Plattform bietet, ist das doch toll. Da sehe ich schon Potential. Aber es geht immer noch zuerst um den Spaß an der Bewegung.

### 10. Nehmen statistisch gesehen genügend Lichtenfelser teil oder ist noch Luft nach oben?

J.S: Na ja, wenn man 20000 Einwohner hat und davon 10000 bis 15000 Erwachsene, da kann man schon sagen, es ginge mehr. Bewegung ist ein Zukunftsthema, auch oder besonders wegen der Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

### 11. Visionen zum Flechtkulturlauf 2025?

J.S: Der Stango ist endlich in Pension. Der Flechtkulturlauf ist ein Ort, wo sich innovative Köpfe treffen. Motto: Laafen und waafen.



# Gute Aussicht am Naherholungsgebiet



Noch mehr Sand unter den Füßen, durch freie Sicht das Schneyer Schloss voraus und achtern ein baldiges Beach-Volleyballfeld. Das vor einem Jahr am Oberwallenstadter Baggersee mit Cocktails und Burgern gestartete Karibische Eck hat sich erweitert. Eine kurze Geschichte um Sand, Strand und das Verschwinden einer Befürchtung.

Valmir Ferizaj hat ordentlich aufgetan. 300 Tonnen Sand, so der 34-Jährige, lägen nun seit April dieses Jahres für einen Strand von 50 Metern Länge verstreut. Im ufernahen Wasser zudem noch einmal 300 Tonnen Rollkies, um den Einstieg ein wenig angenehmer zu gestalten. Weitere 80 Tonnen Sand würde das nun entstehende Beach-Volleyballfeld beinhalten. Viel Sand, um ab und an mit dem Rechen durchzugehen und Zigarettenkippen zu entfernen. Derlei kennt Ferizaj, der den Künstlernamen Valimero trägt, schon aus dem vergangenen Jahr. Er schuf ein saisonales Freizeitgebiet, doch er sei, so sagt er, durchaus mit Befürchtungen in seine zweite Lichtenfelser Saison gestartet. Aber seit Mai stehe etwas fest: Er würde es wieder tun!

Mit all den Tonnen an Sand ist es nicht getan. Was dem gelernten Restaurantfachmann aus Nürnberg bezüglich des Sees noch vorschwebte, war ein freier Blick und gute Aussicht hinüber auf die andere Seeseite, ein Tretbootverleih zudem. Für den freien Blick, das Entfernen von Sträuchern zugunsten einer strandähnlichen Freifläche, habe der städtische Bauhof gesorgt. Keine Spur von bürokratischem Aufwand, so Ferizaj rückblickend. „Die Bewilligung ging schnell, ich fühlte mich gut beraten.“ Dass das Konzept Aussicht auf Erfolg haben könnte, sei von ihm stark vermutet worden. Der Entwurf aus Strandgefühl und Longdrinks „war eingesessen“, meint der Gastronom. Und doch, hier klingt es beinahe nach Widerspruch, habe er auch Zweifel an der Fortsetzung

des Karibischen Ecks gehabt. „Ich hatte echt Angst, dass keiner kommt. Im ersten Jahr kommen ja immer alle, das ist normal. Aber dann?“ Mittlerweile, so die Schätzung des Unternehmers, läge die tägliche Besucherzahl bei bis zu 200 Personen, an Wochenenden bei bis zu 400. Die sollen einen Tag am Strand verleben, wozu ihnen in diesem Jahr außerdem noch Liegestühle und eben Tretboote verhelfen. Auf fünf Boote beläuft sich dabei die kleine Flotte. Dass es künftig Orte wie diesen in Lichtenfels braucht, davon zeigt sich Valimero angesichts der zu erhoffenden Entwicklung in der Korbstadt überzeugt. Gerade mit nun freiem Seeblick auf die Schney, wo ein dort ansässiges Unternehmen hunderte Mitarbeiter für sich und somit auch für Lichtenfels gewinnen will.



„Die Idee vom lebendigen Lichtenfels hat mich beeindruckt“, holt Valimero zur von ihm wahrgenommenen Stimmung in der Stadt aus. Mehr noch: „Mir gefällt die Lichtenfeler Mentalität.“ Die und das unbürokratische Entgegenkommen für den Strand hätten den Mittelfranken veranlasst, nun auch in Lichtenfels wohnhaft zu werden. Über das Saisonge-

schäft hinaus. Das aber wird erstmal sieben Tage pro Woche wahren, mit Strand und gastronomischem Betrieb. An guten Tagen gar bis zu 15 Stunden. Dazu zählt nun auch das regelmäßige Wenden und Reinigen des Sandes. Tonne um Tonne.





# LICHTENFELS - MEHR ALS DIE SUMME SEINER



## EIN IDYLL DER UNERGRÜNDLICHKEIT

Köttel. Ein eigenwilliger Name, zugegeben. Er bezeichnet einen Lichtenfelser Stadtteil, der zwischen Lahm, Eichig und Weismain liegt. Doch der Name ist nicht leicht zu ergründen, außer man gäbe sich mit den Hinterlassenschaften von Hasen zufrieden.

Auch die Kötteler Einwohner, von denen es um die 92 geben soll, können sich auf ihren Ortsnamen nur schwer einen Reim machen. 1265 fand der Ort erstmalig urkundliche Erwähnung, damals als Codele. Das klingt nach Latein, aber das Wort Codele existiert in dieser Sprache nicht. Eine Bedeutung aber muss es gehabt haben, wenngleich sicher nicht die der Abkürzung (codel), welche im anglo-amerikanischen Sprachraum für eine Kongressdelegation nach Übersee steht. Oder hat hier gar das Ruhrdeutsch um sich gegriffen, wonach Köttel ein Kind bis zum Grundschulalter meint? Sei's drum, der Ort auf knapp 500 m über dem Meeresspiegel hat seinen Reiz.

Die Einbettung in die Landschaft wirkt gelungen, malerisch sogar. Der Ort selbst ist landwirtschaftlich geprägt, steht mit seinen Häusern und Tennen um eine Kirche samt Dorfplatz herum. Fränkische heile Welt mit Platz zum Wandern und für Besinnung, zehn Kilometer vom Lichtenfelser Ortskern entfernt. Der „Kötteler Grund“ ist Wanderfreunden und Menschen mit Sinn für reiche Stille ein Begriff. Zur Kreisstadt zählt man hier seit dem 1. Januar 1978. Wie so viele Orte im Kreis, gehörte auch Köttel bis zur Säkularisation zum Kloster Langheim. Fünf Jahre später erfasste mit dem Gemeindeedikt auch der Geist der Neuordnung das damals 130 Seelen zählende



Nette Pistenpflege



# (ORTS-)TEILE

Dorf. Hintergrund waren die bayerischen Staatsfinanzen, die Neuordnung der Verwaltung und Steuerreformen notwendig machten. Gemeindezusammenlegungen waren eine Möglichkeit, Einsparungen vorzunehmen. So ging Köttel ab 1818 mit dem unweit gelegenen Eichig eine Ehe ein. Noch heute bilden beide Orte eine Verwaltungseinheit.

In der Bevölkerungsentwicklung gab es einen Zickzack-Kurs. 1818 wurden 20 Einwohner weniger als 1950 gezählt. Doch seit damals gibt der Ort Einwohner ab, verminderte er sich auf aktuell 92 Kötteler. Damit ist er von all den Lichtenfelser Ortsteilen, welche unter 100 Einwohner zählen, aber trotzdem noch der bevölkerungsreichste. Einen Beitrag zu den Sehenswürdigkeiten der Stadt und des Landkreises leistete er mit der Katholischen Kapelle (Kirchweih am 2. Sonntag im November) sowie dem Brunnenhaus aus dem 18. Jahrhundert auch. In der Liste der Baudenkmäler

der Kreisstadt ist allein Köttel gleich mit drei Objekten vertreten. Höhepunkt des Jahres bildet das schon traditionsreiche Dorffest zu Mariä Himmelfahrt. Auch das Vereinsleben hat Höhepunkte aufzuweisen. Herausragend dabei ist der Gartenbauverein, der zum Thema Dorfökologie schon Ehrungen vom Bezirksverband erfuhr. Bleibt noch eine Frage: Köttel?



# VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS IN L

## Juni

### 14. bis 18. Juni | **Marktplatz** **Lichtenfelser Weinfest**

Schöppeln, Schlemmen, Genießen - bei erstklassigen Frankenweinen und hochkarätiger Bühnenunterhaltung kann man auf dem Lichtenfelser Weinfest den Alltag vergessen und mit guten Freunden schöne Stunden verbringen. [www.weinfest-lichtenfels.de](http://www.weinfest-lichtenfels.de)

### 17. Juni | **Marktplatz** **7. Flechtkulturlauf Obermain**

Der Flechtkulturlauf ist ein echter Volkslauf bei dem die Freude am Laufen im Vordergrund steht. Egal ob Einsteiger, Fortgeschrittener oder Profi, es sind alle Läufer und Läuferinnen herzlich willkommen. Start und Ziel ist der Marktplatz in Lichtenfels. [www.flechtkulturlauf.de](http://www.flechtkulturlauf.de)

### 18. Juni bis 16. Juli | **Stadtschloss** **Die Oberfränkischen Malertage**



Die Oberfränkischen Malertage stellen eine künstlerische Veranstaltungsreihe dar, die in dieser Form einmalig ist. Sie bestehen ununterbrochen seit 1998. Alljährlich kommen Kunstschaffende jeweils in einem anderen Ort Oberfrankens zum Malen zusammen. Sie arbeiten alle zu einem Thema, das ausschließlich der betreffenden Kommune gewidmet ist. Dieses mittlerweile zur Tradition gewordene Treffen ist sowohl für die eingeladenen Künstler als auch für die gastgebende Stadt ein Ereignis von besonderer Bedeutung. Das Thema dieses Jubiläumsjahres lautet: Lichtenfels, die Korbmacherstadt im Gottesgarten. Öffnungszeiten der Ausstellung: Mittwoch, Freitag, Samstag 14 bis 17 Uhr, Donnerstag 17 bis 20 Uhr, Sonntag 10 bis 17. Der Eintritt ist frei.

### 22. Juni | 18.30 Uhr | **Säumarkt** **Summer in the City mit „Y-NOT“**



Y-Not, das ist Rhythm'n'Blues, Soul and Rock'n'Roll - die schärfsten Nummern der 60er und 70er. Steigen Sie ein und lassen Sie sich mitreißen vom Groove-Train aus Lichtenfels. Die Open-Air-Veranstaltung findet nur bei sommerlichen Wetter statt, bei Regen wird der Termin verschoben und im Internet bekannt gegeben.

### 24. Juni | 10.00 Uhr | **Treffpunkt: Korbmuseum Michelau** **Themenführung auf dem Pfad der Flecht-** **kultur - Schwerpunkt Korbmacherhandwerk**

Anmeldung bei der Tourist-Information Lichtenfels oder beim Korbmuseum Michelau.

### 25. Juni | **Trieb** **20. Franken-Bike-Marathon** Mountainbike-Radrennen

## Juli

### 1. Juli | 19.30 Uhr | **Stadtschloss** **Sistergold - Glanzstücke**



Alle Termine auch online unter [www.lichtenfels.de](http://www.lichtenfels.de)

Das Quartett präsentiert in seinen Konzerten die persönlichen Glanz- und Lieblingsstücke. Hier trifft Swing auf Klezmer, ausgewählte Klassik auf erdigen Blues und Balladen auf Popmusik. In raffinierten eigenen Bearbeitungen werden bekannte Musikstücke aufgefrischt und in ein neues Gewand gekleidet. Brillanter Sound, glänzende Improvisationen und ausgetüftelte Eigenkompositionen verleihen jedem Konzert eine ganz besondere Note. Kartenvorverkauf: Tourist-Information Lichtenfels, Marktplatz 10, Tel. 09571/795-101.

13. Juli | 18.30 Uhr | **Säumarkt**  
**Summer in the City mit „MOJO“**

Mojo, das sind fünf Musiker und eine Musikerin mit jahrzehntelanger Bühnenerfahrung, die eine Leidenschaft für Rock und Blues teilen. Seit über 30 Jahren spielt MoJo zusammen und ist nach hunderten von Live-Auftritten eine feste Größe in der oberfränkischen Rockszene. Die Open-Air-Veranstaltung findet nur bei sommerlichen Wetter statt, bei Regen wird der Termin verschoben und im Internet bekannt gegeben.



14. bis 23. Juli | **Schützenplatz**  
**Lichtenfelser Schützen- und Volksfest**

19. Juli | 17.30 Uhr |  
**Treffpunkt: Bahnhof Lichtenfels**  
**Führung auf dem Pfad der Flechtkultur zum Thema „Gestern - Heute - Morgen“**

Anmeldung bei der Tourist-Information Lichtenfels oder beim Korbmuseum Michelau.

## August

2. August | 20.00 Uhr | **Stadtschlossgarten**  
**Best of Helga Siebert & Swingin' Easy**

Seit mehreren Jahren findet ein Open-Air-Kleinkunstabend mit der Hamburger Kabarettistin Helga Siebert und dem Lichtenfelser Jazzduo „Swingin' Easy“ statt.



An diesem Abend gibt es - von „Blue Moon“ bis „Der Tag verging in Lust und Freude“ - die Highlights aus den bisherigen Programmen mit Literaturtexten und der passenden musikalischen Umrahmung. Kartenvorverkauf: Tourist-Information Lichtenfels, Marktplatz 10, Tel. 09571/795-101.

3. August | 20.00 Uhr | **Marktplatz**  
**Lichtenfelser Klassik-Open-Air mit „Yunee“**

5. August | 20.00 Uhr | **Stadthalle**  
**Hansi Hinterseer & Das Tiroler Echo**

18. bis 20. August | **Marktplatz**  
**Lichtenfelser Kinosommer**

24. August | 18.30 Uhr | **Säumarkt**  
**Summer in the City mit „Big Fish“**

## September

9. September | 19.30 Uhr | **Ehemalige Synagoge**  
**Amandi MarimbaBanda**

Elisabeth Amandi, die Komponistin und Marimbasolistin präsentiert ihr Programm "Herzensfroh mit Marimba & Co" mit der MarimbaBanda gemeinsam mit Franziska Reif am Klavier und Tim Herr an der Percussion. Kartenvorverkauf: Tourist-Information Lichtenfels, Marktplatz 10, Tel. 09571/795-101.



# Mit Sicherheit ein Festgenuss

Sicherheit ist ein mitunter schwer zu definierender Begriff. Wer kann schon immer genau sagen, worin überall noch Gefahren liegen könnten und wie man diese im Vorfeld benennt? Doch es gibt Erfahrungswerte und es gilt, Risiken zu vermindern, Vorsorgen zu treffen und gute Ausgangslagen zu schaffen. Eben dafür hat auch das Lichtenfelser Schützenfest ein Sicherheitskonzept.

23 Seiten dick und acht Kapitel gehaltvoll. So stellt sich dar, was neun Stationen zwischen Veranstalter, Polizei, Ordnungsamt, Feuerwehr oder Sicherheitsdienst besprochen haben müssen. Seit damals 2010 in Duisburg, als während der Loveparade eine Panik ausbrach und Tote und Verletzte zur Folge hatte, kommt Sicherheitskonzepten bei Großveranstaltungen mehr und mehr Bedeutung zu. Eingefordert wird das von Städten und Kommunen. Eine Tatsache, die im vergangenen Jahr auch das Lichtenfelser Schützenfest mit seinen bis zu 50 000 Besuchern erreichte.

Dieter Brandmeier kennt das Schützenfest seiner Königlich Privilegierten Scharfschützengesellschaft besonders gut. Zentimetergut sogar. Der 1. Platzmeister misst weit vor jedem Schützen-

fest aus, ob die Aufbauten ankommender Schausteller überhaupt auf den Platz oder zum Nachbargeschäft passen, ob sie nicht vielleicht Zugänge verstellen oder ob durch ihre Maße eine verbindliche Brandbestimmung nicht eingehalten werden kann, welche den Abstand zwischen Fahrgeschäften und Stadthalle bestimmt. Seit 1982 ist er, beginnend in Assistenz, damit betraut, Schaustellern ihren Platz zuzuweisen. Wohl niemand kennt den Platz besser als der Lichtenfelser, der Lagepläne durchgeht und „in 3D denkt“. Insofern war es vor einem Jahr klar, dass er am ersten zu erstellenden Sicherheitskonzept großen Anteil haben würde. Er selbst spricht von einem „Sprung ins kalte Wasser“.

Auf die Frage, ob ein Sicherheitskonzept auch notariisch geprüft sein muss, antwortet Erwin Kalb mit einem Nein und einem Aber. „Das prüft die Polizei, das prüft das Ordnungsamt und es prüfen alle Rettungsorgane“, so der 1. Schützenmeister, auch er in die Konzeptionierung einbezogen. „Sechs bis acht Wochen vor Festbeginn“, so Kalb, stehe das Konzept, welches ihn auch als Leiter und Ansprechpartner eines Krisenstabs ausweist. Mit der Funktion „im Ereignisfall die Entscheidungen des Krisenstabs

gegenüber der Presse zu erklären“. Von Stromausfall bis Unfall, Unwetter und Bombendrohung reichen die Gedanken zu Sofortmaßnahmen und Handlungsabläufen. Selbst einen Evakuierungsplan gibt es, der eine Fluchtwegeregelung beinhaltet. Und unter Punkt 5.3.2 ist gar die Notfallkommunikation des Krisenstabs geregelt. Auch wenn Erwin Kalb davon spricht, dass das erstmalige Verfertigen eines solchen die Umstände und Eventualitäten berücksichtigenden Sicherheitskonzepts zwei Wochen Arbeit in Anspruch genommen haben dürfte, federt der mit der schriftlichen Ausarbeitung beauftragte Brandmeier dies doch ein wenig ab. „Ich war ja deswegen nicht in Klausur“, so der Platzmeister launig. Ein Grund dafür liegt im Korbmarkt, denn viel von dem, was dort schon greift und geregelt wurde, floss in die Ausfertigung ein. „Wir reichen es beim Ordnungsamt ein, die laden alle Beteiligten dann zur Besprechung und zum Austausch“, so Brandmeier. Alle Beteiligten, dazu zählen neben dem Veranstalter, der Polizei und Feuerwehr auch der Festwirt, der Sanitätsdienst, die Stadtverwaltung, der Hallenmeister der Stadthalle und natürlich auch der mit Zugangskontrollen beauftragte Sicherheitsdienst.



Platzmeister Dieter Brandmeier  
beim Vermessen örtlicher Gegebenheiten

Struktur des Veranstaltungsgeländes, Fluchtwege, Evakuierung, Verkehrslenkung, Kommunikation, Sicherheits- und Ordnungsdienst, sanitätsdienstliche Versorgung und Feuerwehr - alles und alle Abläufe festgehalten von Dieter Brandmeier. Und dabei elastisch formuliert, um auch das zu berücksichtigen, was nicht vorstellbar ist. Denn wer kann schon immer sagen, worin überall noch Gefahren liegen können? Einmal, so erinnert sich Brandmeier, gab es tatsächlich eine Notfallsituation. Eine besetzte Gondel löste sich Anfang der 80er Jahre vom Riesenrad, direkt auf dem höchsten Punkt. „Sie fiel in die Speichen.“ Zu Schaden gekommen sei niemand, aber der Punkt „Notbefreiung von Fahrgästen“, welcher auf Seite 10 des Sicherheitskonzeptes besprochen ist, war einst Wirklichkeit. „Solche Szenarien hat die Feuerwehr auf dem Schützenplatz aber auch schon mal geübt“, versichert Brandmeier. Und überhaupt sei der Sicherheitsgedanke nicht neu: „Absprachen zwischen den maßgeblichen Stellen des Festes gab es bisher immer.“ Jetzt aber liegen sie im zweiten Jahr in gedruckter Form vor.



Erwin Kalb (o.) und Dieter Brandmeier setzen auf Konzepte



# Lichtenfelser Schützen- und Volksfest 14. bis 23. Juli

## Die zehn schönsten Tage im Jahr für die Familie!





# Eine Tracht Erfolg

E-Bay, Amazon, Annoncen und Trachtendesign. Ramona Lipperts Weg zum Dirndl kennt viele Verzweigungen. Die Lichtenfelserin war auch zur richtigen Zeit am richtigen Trend. Eine Faschingsgeschichte.

In der Bahnhofstraße in Lichtenfels liegt seit wenigen Tagen ihr kleiner Laden. 25 qm Fläche, ein begehrtes Standbein. Der Rest der Musik spielt im Internet und verkauft sich bis Australien, Hongkong, Kanada. „Hier kennt mich keiner und die wenigsten wissen, dass ich das mache“, so die junge Frau. Erzählt sie von den Ereignissen der vergangenen sechs Jahre, fördert sie immer wieder auch Ereignisse zutage, die nach Fügung klingen. Da war die Annonce, die sie las und welche sie ermunterte, sich für einen Mini-Job bei einer Firma für Faschingstextilien zu bewerben. Da war auch die Aufmerksamkeit einer Altenkunstadter Zeitungsleserin, der wiederum eine Annonce von Ramona Lippert ins Auge stach und sie veranlasste, diese an ihre Tochter nach Oberbayern zu schicken. Einer Designerin. Doch als die Mini-Jobberin Ramona Lippert ihre Arbeit aufnahm, sollten sie zunächst zwei Fragen beschäftigen: Was macht so eine im Winter produzierende Faschingsfirma eigentlich im Sommer? Und gleichbedeutend: Was mache ich eigentlich im Sommer? Eine besinnliche Zeit war ihr angebrochen.

Gelernte Industriekauffrau, Sprachenschule für Englisch und Spanisch - Ramona Lippert bringt Qualifikationen mit. Aber ohne Beobachtungsgabe ist das alles nichts wert. Die Lichtenfelserin hatte um 2011 eine Beobachtung getroffen, die nämlich, wonach ein Dirndl-Trend aufkam, bei dem die Hauptsaison in zeitlicher Nähe zum Oktoberfest liegt. Da sie ja gerade in der Textilbranche arbeitete, behielt sie das im Blick und stellte Überlegungen an. Diese sollten sie zur Aufgabe einer Annonce führen: Schnittmacherin gesucht. Gemeldet hat sich eine Frau aus dem Oberbayerischen, deren Mutter in Altenkunstadt wohnt. Das erste Modell, welches nun entstehen sollte, war eigentlich zwei Kleidungsstücke: je ein Dirndl für Mutter und Tochter, für ein gewitztes gemeinsames Erscheinen. „Dieses Modell hat sich merklich gut verkauft“, erinnert sich Ramona Lippert. Wenn die 38-Jährige erzählt, trägt das Gesagte Züge unaufgeregter Natürlichkeit; ein Trend wurde gesehen, eine Chance erspürt und ein Vorgehen umgesetzt. Kleine Schritte, planmäßig nach vorne. Gleichwohl kann sich die Lichtenfelserin an einen sehr aufregenden Moment erinnern. Der kam zu ihr, als ein

Modell bei E-Bay erstmalig im Warenkorb eines Kunden landete. „Ah, wir haben verkauft, wir waren euphorisch“, so die Reaktion. Eine Idee ging auf. Heute hat sich die Arbeitswelt der Unternehmerin geändert. Genauer gesagt trägt sie einstmals undenkbarer Facetten. „Man sitzt in der Freizeit im Biergarten und kann trotzdem verkaufen“, fasste ihre Mutter jüngst die Lage zusammen, als das Handy ihrer Tochter bimmelte und einen eben erfolgten neuerlichen Absatz signalisierte. Dass sie einmal selbständig sein würde, habe sie sich früher nie vorstellen können. Wie das Leben so spielt.

Design aus Deutschland, Auftragsvergabe zur Fertigung innerhalb des EU-Gebiets, Kunden deutschlandweit und sogar an entlegenen Orten dieser Welt. Vor nicht allzu langer Zeit erhielt sie beispielsweise Nachricht aus Norwegen. „Eine Dame hat mir ein Foto von ihrem Kind im Dirndl geschickt.“ Hinter alledem steckt aber auch Fleiß. Dirndl, Kinderdirndl, Trachtenblusen, Trachtentaschen sogar, wollen designt und entworfen werden. Drei Kataloge, welche an Händler verschickt wurden, schuf das lichtenfelserisch-oberbayerische Desig-



Ramona Lippert hat eindeutig ein Herz für Trachtenmode



Kürzlich im März, wieder im Fasching und später Abend: Ramona Lippert ist feierlaunig mit ihren Freundinnen in der Lichtenfelser Innenstadt unterwegs. Da fällt ihr der Leerstand in der Bahnhofstraße auf. Ein Impuls steigt auf: Soll ich den anmieten? Sollte ich einen Laden haben? Eine ihrer Freundinnen rät zu und sagt: „Warum nicht, probier's doch.“ Beste Lage, meint Ramona Lippert. Ihre Kundschaft ist ja (auch) im Internet daheim und wer nun als Reisender vom Bahnhof kommt oder zum Bahnhof geht, der könnte angesichts eines Ladens die Anregung zur Erkundung der Webseite bekommen. Vom Fasching zum Fasching, vom Dirndl zum Laden - ein Kreis schloss sich.



nerinnengespann über die Jahre hinweg. Alles, was in dieser Branche relevant ist, habe sie sich selbst beigebracht, packt die Korbstädterin in vier Wörter: „Selbst ist die Frau!“ An die Anfangszeit denkt sie auch wegen des Spaßes noch heute gerne zurück. „Damals mussten die Freundinnen als Models (für neue Kreationen) herhalten. Das war schon ein Heiden Spaß.“ Über das Dirndl als solches oder das Dirndl im Wandel der Zeit, lässt sich mit Ramona Lippert trefflich philosophieren. „In den 80ern war noch kein Dirndl-Trend auf dem Oktoberfest“, erklärt sie. Auf Fotos und Bildern von damals lasse sich das belegen. Heute ist das anders, heute hat sich das Dirndl auch über die Grenzen des Traditionellen bewegt. „Doch, ich habe auch Jeans-Dirndl, die gehen gut“, so Lippert. Überhaupt trage man Dirndl nun bald zu jedem Anlass, selbst auf, bei und zu Hochzeiten.



Bahnhofstraße 5  
[www.ramonalippert.de](http://www.ramonalippert.de)



Arbeit im Spezialstapler in luftiger Höhe

## Logistisch + freundlich = System

Es liegt eine feine Ironie in der Geschichte von System, ein beinahe entzückender Widerspruch sogar. Die Brüder Volker und Markus Mitlacher sind durchaus das, was man IT-Pioniere nennen darf. Doch worauf sie, die sich mit Begeisterung vorreitend ins Virtuelle und Digitale hineindachten, vertrauen, ist das Gedruckte. Als Verteiler von Druckern und Druckerzubehör an Händler hat ihr Ebensfelder Unternehmen den Markt erobert.

Logistiker mit Humor: Volker Mitlacher



„Die Story vom papierlosen Büro hat gezeigt, dass sich das nicht durchsetzt“, erklärt Geschäftsführer Volker Mitlacher die Branche von System. Dokumente müssen in manchen Branchen gar verpflichtend in Papierform vorhanden sein. Verwickelt man sich mit ihm ins Philosophieren über die Notwendigkeit des gedruckten Wortes, so wird einem die Anfälligkeit der Welt ohne ein solches schnell bewusst. Denn wer sich nur auf das Digitale verlässt, der liefert sich aus: Hackerangriffen, Netzzusammenbrüchen und was sonst noch. Damit Büros, Geschäfte, Privatpersonen an ihre Drucker kommen, kaufen sie diese im Handel und Großhandel. Damit der Handel wiederum an die Drucker kommt, geschieht die Verteilung über System. Dafür steht in besonderem Maße das 2013

in Betrieb genommene Logistikcenter.

Lang und breit liegt das Gebäude dem Veitsberg gegenüber. Eine, je nach Wetterlage und Lichtverhältnis, in vielen Schattierungen baulich graue Eminenz, neben der ein riesiger Wassertank steht. Für einen Brandfall halten sich hier 800 000 Liter Wasser der Feuerwehr parat. Trist ist hier gar nichts, die Welt des Verteilens ist spannend und bei Betreten für das Auge sogar aufregend. Was hier Artikel auf 11 000 qm Grundfläche und dann zusätzlich noch auf mehreren Etagen versandbereit macht, ist Hightech und Computerisierung, ist eine bis in die dünnsten Spitzen ausgeklügelte Logistik aus Zubringersystemen, Rollen und Bahnen. Es







geht um Warenauffindung, Warenbereitstellung, kurze Wege, Fehlerreduzierung, pünktliches Liefern, reibungslose Abläufe. Und der Betrachter merkt: Funktionalität kann ästhetisch sein. Da wären zum Beispiel die Spezialgabelstapler, die sich mittels Induktionsschleife in den Gängen so ausmitteln, dass sie nicht an Waren anecken. 80 000 Euro kostet einer von ihnen und die Kanzel hebt den Fahrer unterm Rollen in knapp neun Meter Höhe. Im Grunde fährt er einen Lift, der ein Stapler in Sonderbauweise ist. Doch an diesem Umstand begegnet man einem weiteren Faszinosum aus der Welt der Logistik, diesmal einem mathematischen. Denn der hier mit Fußbodenheizung versehene Boden muss absolut eben sein, viel gerader als anderswo. Wenn ein Stapler in neun Meter Höhe Lasten bewegt, wirkt sich jeder Millimeter Abweichung von Ebenheit potenzierend auf Hebelkräfte und Gewicht aus. An solche Dinge denkt System.

„Wir haben uns viele Lager angeschaut“, erinnert sich Volker Mitlacher an die Zeit, als man sich Anregungen zum Aufbau des imposanten Komplexes in Ebensfeld holte. Learning by looking, wenn man so will. Doch darüber hinaus darf das Un-

ternehmen auch auf Zusammenhalt in und mit der Belegschaft setzen. Gerade bei manchen Wartungsfragen ist es geschickt, eigenes Personal dazu ausgebildet zu haben. Das erhält Abläufen das Reibungslose. Auch Software für Warenwirtschaft wird im Haus mitunter selbst geschrieben, was unabhängig macht. Und dann passiert bei dem von Volker Mitlacher geführten Rundgang durch die Weiten mehrerer Etagen ein Moment, in dem der Geschäftsführer davon spricht, dass ein „Kollege“ gekündigt hat, weil er umgezogen ist. Der Liebe wegen. Aber das Wort Kollege macht stutzig, klingt es doch mehr als nur freundlich auch nach Augenhöhe. Doch wer ist auf Augenhöhe eines Chefs? Gleich im Anschluss lichtet sich der Nebel, denn Volker Mitlacher duzt einen der 200 Mitarbeiter und wird zurückgeduzt. „Wir duzen uns hier alle - über jede Hierarchie“, erklärt er die familiäre Firmenphilosophie. Sämtliche Getränke für Mitarbeiter sind frei, eine Hilfe gerade an heißen Tagen. An Beispielen wie diesem erklärt sich auch der Name System restlos.

13 000 Warenstellplätze auf 14 Gassen zu je 78 Metern Tiefe befinden sich hier. 2015 erfuhr das Ganze durch ein

automatisches Kleinteilelager rasante Erweiterung, eine, bei der das Betrachten der Geschäftigkeit Spaß bereitet. Zwischen über 20 000 weiteren Stellplätzen verkehren computergesteuerte Zubringer, die 800 Boxen pro Stunde bewegen und umschichten können. Am Ende rollen alle Kommissionierboxen in eine Art computergesteuerten Bahnhof mit Türmen ein, in welchen selbst schon wieder meterhohe Aufzüge verkehren, um bei Bedarf eine Zwischenlagerung vorzunehmen. Letztlich wird jede zusammengestellte Warensendung gewogen, um Warenvollständigkeit zu garantieren. Nicht umsonst liegt die Fehlerquote im Haus bei unter drei Promille. Mit ein Grund, weshalb das Unternehmen Auszeichnungen über Auszeichnungen von Firmen wie Canon oder Lexmark erhielt. Auch zwei Porzellanlöwen sind zu bemerken. Sie stehen für den Preis „Bayerns Best 50“ und drücken aus, dass die GmbH schon zweimalig zu Bayerns besten 50 Unternehmen zählte. Ein neuer Lkw fährt an die Verladerrampe. Einer von vielen, die täglich über 4000 Sendungen abholen.



Industriestraße 8, 96250 Ebensfeld  
www.system.de

## Auf und nieder, immer wieder!

Man mag sie oder man mag sie nicht. Mit Marcus Kutschka, studiertem Fitness-Ökonomen und Inhaber vieler Trainerlizenzen, lässt sich jedenfalls gut allerhand zur ihr aufzählen: das alltägliche Aussteigen aus dem Auto, das allmorgendliche Aussteigen aus dem Bett, das Niedersetzen und Aufstehen auf und von der Keramik - überall und stets hält der Tag für uns einen Bewegungsablauf parat, der sich uns nur andeutungsweise präsentiert und den wir darum nie so recht in Gänze ausführen. Die Rede ist von der Kniebeuge, jener Übung, welche die Gemüter spaltet. Eine Verbeugung vor der Beuge.



Marcus Kutschka beim Workout

In der Athletik sprintet der Mensch durch sie schneller und springt höher. Er verbessert seinen Antritt, seine Sprungkraft und seine Balance. Ihre korrekte Ausführung soll auch eine Verminderung der Verletzungsanfälligkeit von Kreuzbändern bewirken. Kniebeugen bergen bestes Potenzial für effektives und schnelles Muskelwachstum. Mehr als die Hälfte der gesamten Muskelmasse des menschlichen Körpers wird bei Kniebeugen aktiviert und trainiert. Und selbst für den Kopf sollen sie nicht schlecht sein. So sollen Forscher des angesehenen Kings College in London jüngst durch eine Studie nachgewiesen haben, dass sich Kniebeugen vorteilhaft auf die geistige Kraft und Vitalität auswirken. Um diesem Sachverhalt auf die Spur zu kommen, sammelten die Wissenschaftler über einen Zeitraum von zehn Jahren hinweg Daten von 171 eineiigen Zwillingspaaren. Über die Zwillingschaft der Testpersonen sollten genetische Einflussfaktoren ausgeschlossen bleiben, sowie die körperlichen und geistigen Unterschiede besonders gut dokumentiert werden. Das Ergebnis der Studie: Je stärker und besser trainiert unsere Beine sind, desto besser funktioniert auch unser Gehirn. Inwieweit der Zusammenhang zwischen starken Beinen und Kopf nun wirklich auf Beinkraft fußt, oder ob hierzu nicht auch die allgemeine Konstitution und Gesamtfitness von Belang ist, bleibt noch offen. Allerdings stecken in den Beinen mit die größten menschlichen Muskeln. Nichtsdestotrotz: Die Studie legt nahe, wie lohnenswert Kniebeugen sein können.

Für Marcus Kutschka sind das alles keine Überraschungen. Dem 33-Jährigen Betreiber des Lichtenfelser Sportstudios CrossFit fällt noch ein Beispiel ein, welches die Nähe der Kniebeuge zu einer bewussten und gesunden Bewegung unterstreicht. Dann nämlich, wenn man etwas aufheben soll, wird oft daran gemahnt, zu diesem Zweck lieber in die Hocke zu gehen. Die besten Vormacher der Kniebeuge sind für den Studiobetreiber aber kleine Kinder, die beim Spielen wie von selbst in die Hocke gehen und in dieser Stellung verharren können. Für die Leser des Stadtmagazins hat Marcus Kutschka die Kniehocke für Anfänger beleuchtet, in vier Sequenzen unterteilt und einen Rat parat: Unbedingt gewissenhaft und korrekt ausführen! Darüber hinaus kann er auch eine Sorge nehmen: Was sich jetzt gleich sehr theoretisch liest, wird durch Übung und Erinnerung in Fleisch und Blut übergehen und praktisch und einfach werden. Die Kniebeuge also als Start in den Tag und als Übung für zwischendurch? Ja, durchaus.



# 1

## 1. STARTPOSITION

Hüft- bis schulterbreiter Stand, die Fußspitzen zeigen auf 11 Uhr und 13 Uhr. Den Rumpf durch Anspannung des Po-pos stabilisieren. Der Po wird flach, die Hüfte gestreckt. Nun Bauch anspannen, um Hüftposition zu fixieren. Bauchanspannung halten, Poanspannung lockern.



# 2

## 2. ABSENKUNG

Wir stellen uns vor, auf einem Blatt Papier zu stehen. Wir möchten es vorne an den Zehen einreißen, aber wir drehen uns nicht. Der Effekt: Kniebeuge verläuft stabil, das Knie fällt nicht nach innen. Wir gehen so weit runter, wie wir es schaffen, die Knie in ihrer Position unverrückbar zu belassen.



# 3

## 3. TIEFE HOCKE

Im Idealfall befindet sich das Gesäß zwischen den Fersen. „Ass to grass“ (Hintern nah ans Gras) sagen die Amerikaner salopp. Die Knie befinden sich dabei in einer Linie zu den Zehenspitzen und fallen nicht nach innen. Die tiefe Hocke sollte eine Minute lang gehalten werden.



# 4

## 4. AUFSTIEG

Möglichst ruhig und wackelfrei aufrecht nach oben kommen und den Schwerpunkt auf die Stelle am Fuß legen, die unter der Schleife des Schuhs liegt. Fersen und Zehen sind am Boden zu belassen.



Reundorfer Str. 11, Lichtenfels  
[www.crossfit-lichtenfels.de](http://www.crossfit-lichtenfels.de)

# Was unsere VR-BankCard alles kann



**Dieses kleine Kärtchen, das zum Girokonto Ihrer Raiffeisen-Volksbank Lichtenfels-Itzgrund eG gehört, kann vieles. Wissen Sie denn, welche Möglichkeiten Ihnen die VR-BankCard bietet?**

Mit der VR-BankCard sind Sie jederzeit flexibel. Damit können Sie nicht nur an unseren hauseigenen Geldautomaten 24-Stunden **kostenlos\*** Bargeld abheben, sondern **bundesweit** die über 18.500 Geldautomaten der Volksbanken Raiffeisenbanken nutzen. Kontoauszüge können Sie ebenfalls über einen der 14.000 Auszugsdrucker der Raiffeisen Volksbanken in Deutschland drucken.

Sind Sie im Urlaub? Mit Ihrer VR-BankCard können Sie an jedem Geldautomaten mit dem Maestro Zeichen weltweit Bargeld abheben.

Ohne Bargeld Einkaufen im In- und Ausland funktioniert ebenfalls an den entsprechenden Händlerterminals.

Viele Kunden wissen nicht, dass die Geheimzahl für Ihre Bankkarte frei wählbar ist. Wünschen Sie sich eine andere Geheimzahl? Dann ändern Sie Ihre aktuelle doch einfach an unseren Geldautomaten ab. Unter der Funktion

„PIN verwalten“ wählen Sie eine individuelle Geheimzahl aus, die Sie sich leicht merken können. Jederzeit und kostenlos.

**Für unsere Mitglieder haben wir außerdem noch ein ganz besonderes Highlight! Unsere VR-BankCard PLUS.**

Seit jeher steht bei der Raiffeisen-Volksbank Lichtenfels-Itzgrund eG die regionale Verankerung und Förderung der Mitglieder im Mittelpunkt der genossenschaftlichen Idee. Als Mitglied erhalten Sie nicht nur eine attraktive Dividende oder ansprechende Vergünstigungen bei unseren Verbundpartnern, wie z.B. Easy Credit oder R+V Versicherung, Sie sichern sich auch exklusive Vorteile bei ortsansässigen Geschäften und Betrieben.

Die goldene VR-BankCard PLUS in edlem goldenen Design ist eine Kombination aus VR-BankCard und Mitgliederausweis. Somit müssen Sie nicht noch eine der vielen Bonuskarten mit sich führen. Sie nutzen dabei weiterhin alle Möglichkeiten und Leistungen der VR-BankCard wie bereits vorher im Text beschrieben. Als besonderes Highlight werden Ihnen als Mitglied der Raiffeisen-Volksbank Lichtenfels-Itzgrund eG Rabatte, Vergünstigungen und Mehrwertleistungen bei allen teilnehmenden Kooperationspartnern gewährt. Bezahlen mit der VR-BankCard PLUS ihr hier nicht erforderlich. Es reicht aus, wenn Sie Ihren „goldenen Mitgliederausweis“ einfach beim an der Kasse vorzeigen.

## Hier sparen Sie vor Ort!

Bei folgenden Partnern erhalten Sie schon jetzt ansehnliche Rabatte, Vergünstigungen und Mehrwertleistungen im Stadtgebiet Lichtenfels: Die Brille Optik Stark, Buchhandlung und Büromarkt H.O. Schulze, Ruck Werbedruck, Möbelhaus Schmolke, Sportstudio Highlight und viele mehr. Alle unsere Kooperationspartner finden Sie auf unserer Homepage [www.rv-banklif.de](http://www.rv-banklif.de).

## Kostenlose App für alle Smartphone Nutzer!

Auch bundesweit stehen Ihnen weitere Kooperationspartner zur Verfügung. Die kostenlose App für Smartphones zeigt Ihnen an, welche sich gerade in Ihrer Nähe befinden. Laden Sie diese doch gleich über unten stehende QR-Codes herunter. Mehr Informationen erhalten Sie außerdem in allen Geschäftsstellen der Raiffeisen-Volksbank Lichtenfels-Itzgrund eG.



QR-Code für iOS



QR-Code für Android Geräte

\*bei allen teilnehmenden Volksbanken Raiffeisenbanken

# Deutschlandweit Geld abheben und bezahlen



**Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.**

**Wir machen den Weg frei.**

Mit der VR-BankCard sind Sie jederzeit flexibel - eben eine Karte für alle Fälle. Egal ob Sie Bargeld benötigen, in einem Geschäft bezahlen wollen oder Deutschlandweit Kontoauszüge ziehen möchten. Als Mitglied punkten Sie gleich nochmal. Mit der goldenen VR-BankCard PLUS. Informieren Sie sich jetzt.

[www.rv-bank-lif.de](http://www.rv-bank-lif.de) | 09571 7970

**Raiffeisen-Volksbank  
Lichtenfels-Itzgrund eG**



# Auf allen vieren im Hotel

Dort hinten liegt Fressen. Ich muss nur vorbei an dem langen Stamm, vorbei an dem Platz, wo das Wasser plätschert, diese Kugeln und Stoffe umgehen (vielleicht steige ich auch drauf), durch diesen und jenen Schlupfwinkel hindurch (oder hinauf) und dann rechts abbiegen. Oder links. So ungefähr könnte hier die Wahrnehmung der drei Räume aus 20 cm Schulterhöhe geschehen. Denn die Augen, die hier durchtigern, gehören Katzen. Sie sind die Kundschaft im Obermain-Katzenhotel.

Barbara Kuhnlein schmust gerne. Mit Hotelgästen. Die scheinen auch gegen ihre Natur entspannter als üblich zu sein, denn Revierkämpfe werden hier nicht ausgetragen. Es mag unter ihnen wohl ein Verständnis dafür geben, dass sie doch alle „nur“ Gäste sind. Dass es eine Einrichtung für sie gibt, weil ihre Herrchen oder Frauchen in Urlaub fahren, im Krankenhaus liegen oder sich aus welchen befristeten Gründen auch immer nicht um sie kümmern können, liegt an so manchen Bekannten von Barbara Kuhnlein und ihrem Mann Wolfgang, der Architekt ist. „Viele Leute haben gesagt: Könnt ihr nicht Katzen aufnehmen, wenn wir in Urlaub fahren? Das hat uns diese Idee vermittelt“,

erinnert sich die zweifache Mutter und Hotelmanagerin.

Rückblende: 2008 zog die Lichtenfelsenin, die es nach Bamberg verschlagen hatte, wieder in den heimischen Landkreis und ins Lichtenfelser Stadtgebiet. Mit ihrem Mann bezog sie ein 300 Jahre altes Haus in Gnellenroth. Viele Räume, viel Platz. Bald sollte sich das von Bekannten Gehörte zu einer Idee verdichten, wenngleich schrittweise. „Wir haben nicht mit allen Räumen eröffnet, sondern stufenweise ausgebaut.“ Dieses Ausbauen wird demnächst noch einen vierten Raum für die Katzen zeitigen. Er soll den Hotelgästen „zur Akklimatisierung beim Ankommen“ dienen. Auf rund 80 qm finden sich im Erdgeschoss des Hauses Zimmerbrunnen, Fensterbänke, gedämpftes Licht, Kratz-, Liege- und Spielmöglichkeiten, Betten, Sessel oder eine Wellness-Farbwechselleuchte. Auch die Wände sind originell mit Naturmotiven bemalt. „Ich versuche mich bei der Raumausstattung in die Katzen hineinzuversetzen.“ Mit dem Ergebnis, dass auch Menschen sich in diesen Räumen wohlfühlen könnten. Wer sich hier aufhielte, hätte viel zu beobachten. Die Katzen fühlen sich wohl, haben und nutzen die Möglichkeit, Verstecke aufzusuchen oder Kratzbäume zu erklimmen. Überall steht Futter parat und, so ein Tier krank

sein oder werden sollte, gibt es auch eine Quarantänestation. „Das muss nicht dramatisch sein, da reicht schon ein Katzenschnupfen. Aber ich muss in der Lage sein, das Tier von den anderen separieren zu können - ich möchte ja kein Tier heimschicken müssen“, berichtet Barbara Kuhnlein. Das Kümmern um die Hotelgäste bringt einen langen Arbeitstag mit sich. Er beginnt gegen 6 Uhr morgens und noch nach Mitternacht schaut die Gnellenrotherin nach, wie es ihren Logisgästen gerade geht. Dann ist sie zu einer Zeit unter ihnen, zu der die Katzen nicht selten noch aktiver als sonst sind.

Wenn Barbara Kuhnlein über die Anfänge ihres 2014 eröffneten Katzenhotels spricht, dann klingt das so, als habe diese Idee nur auf sie gewartet. Schon vor 20 Jahren genossen Kuhnleins Katzen-gesellschaft, wenngleich das eher „die Langzeitinsassen aus dem Tierheim“ waren. In dieser Zeit sind ihnen viele Fertigkeiten im Umgang mit diesen Tieren erwachsen. Aber um ein solches Hotel führen zu dürfen, bedarf es mehr als nur der Leidenschaft für Samtpfoten. Doch aus ihr speist sich die Begeisterung für das Lernen. Denn das Veterinäramt verlangte eine Sachkundeprüfung gemäß § 11 des Tierschutzgesetzes ab. Theorie und Praxis galt es zu büffeln, „ein paar

Barbara Kuhnlein  
und ihre „Hotelpagen“  
Frieda und Franz





hundert Fragen zu Katzenkrankheiten, Hygiene, Katzenpsychologie, Ernährung und Haltung“. Bestanden haben beide Ehepartner. Sie haben auch besondere Stärken. „Ich habe mich in Tierkrankheiten eingelesen und darf auch Spritzen geben“, legt Barbara Kuhnlein dar.

Aber ganz so bedingungslos einfach ist das Einchecken ins Hotel für die Katzen nicht. Sie müssen gegen manch typische Krankheiten geimpft sein, das ist Maßgabe des Veterinäramts. Auch haben sie entwurmt und entfloht zu sein. Und selbstverständlich kastriert, was sich anbetrachts der vielen Mitbewohner von selbst versteht.

Ausgebucht ist das Obermain-Katzenhotel bei einer Belegung von 30 bis 35 Tieren. Und wer bucht, der sollte auch einige Dinge über seine Katzen preisgeben. „Damit ich beispielsweise weiß, was sie daheim spielen, ob sie hochgehoben werden mögen und was sie fressen.“ Und dann erzählt Barbara Kuhnlein von einem liebenswerten schrägen Gast: „Ich habe eine Katze, die mag Seifenblasen.“ 10 Euro beträgt der Tagessatz, inklusive Verpflegung, Bespaßung, Beschmischung. Aber es gibt auch verhandelbare Rabatte, kann die Aufenthaltsdauer doch von einem Wochenende bis zu mehreren Monaten währen. In einem Punkt wirkt Barbara Kuhnlein ein ganz klein wenig peinlich berührt. Sie glaubt nämlich, dass sie die Namen all der Katzen besser in Erinnerung behält, als die ihrer Herrchen und Frauchen. Eigentlich logisch, sind sie doch schließlich die Gäste.



In Barbara Kuhnleins Hotel schnurrt jede Katze

Telefon: 0 95 71 / 75 84 917  
www.biobirbel.de

# Mit Hippokrates in die Ferne



Auch Jahre nach Dienstschluss hält Dr. Rudolph noch seinen Arztkoffer parat

**Lichtenfelser  
Vereine stellen  
sich vor**

Am Vorabend seiner Abreise war er da, dieser leichte Anflug von Nervosität. „Neugierig und ein bisschen aufgeregt“ sei er damals gewesen, erinnert sich Dr. Albert Rudolph. Mit 68 Jahren stand ihm eine Reise bevor, so weit weg von daheim wie nie zuvor. Doch der Lichtenfelser sollte in dieser Nacht gut schlafen, denn er schlief sich einer guten Sache entgegen: dem ersten Auslandseinsatz. Albert Rudolph ist als Arzt und Pensionär etwas ungewöhnlich. Das beginnt schon bei seiner Handschrift, die eben nicht der gängigen Vorstellung einer Ärzteklaue entspricht und gestochen scharf, elegant und lesbar ist. Zudem praktizierte er auch noch jenseits des 70. Lebensjahrs. Er gehört zum bundesweiten German Doctors e.V. und leitet die „German Doctors Freunde Lichtenfels“. Das Auftreten des 77-jährigen einstmaligen

Kinderarztes ist von ruhiger Freundlichkeit, ist zuvorkommend und schlicht höflich. Auch heute, drei Jahre nach seinem letzten Einsatz, hat er noch seine Mütze mit dem Vereinsnamen, hat er noch seinen Arztkoffer parat. So wie Erinnerungen an Begebenheiten auf der anderen Seite der Welt. In Manila beispielsweise gab es diese Mutter, die lange kein Geld hatte, ihrem an Hirnhautentzündung verstorbenem Kind die Beerdigung zu ermöglichen. An Armutsstätten wie solchen, zwischen Afrika und den Philippinen, suchen die German Doctors Leid zu mildern. In ihrer Freizeit, in ihrem Urlaub, in ihrem Ruhestand. Und immer ehrenamtlich. So packen viele noch berufstätige oder schon pensionierte Ärzte ihre Arztkoffer und fliegen nach Kenia, Sierra Leone, Bangladesch, Indien oder auf die Philippinen. Sechs Wochen dauert so ein

Einsatz im Regelfall, Wochen voller Begegnungen und Arbeit. Erschöpfend oder anregend? „Man ist mehr angeregt als erschöpft“, erinnert sich Albert Rudolph. „Es ist zwar klimatisch anstrengend, aber ich habe dafür die Sprechstunden angenehmer als in Deutschland erlebt“, fügt der Lichtenfelser an. Als Grund nennt er hierbei die in Entwicklungsländern weniger ausgeprägte Bürokratie. Das Erlebnis, Arzt zu sein um helfen zu können und nicht um dokumentieren zu müssen, war prägend. In Gefahr hat sich der Mediziner bei keinem Einsatz gefühlt.

Geschafft worden ist schon viel. Der 1983 ins Leben gerufene Verein, dem aktuell die Schauspielerin und Ärztin Maria Furtwängler vorsitzt, hat sogar kleine Krankenhäuser errichten können.





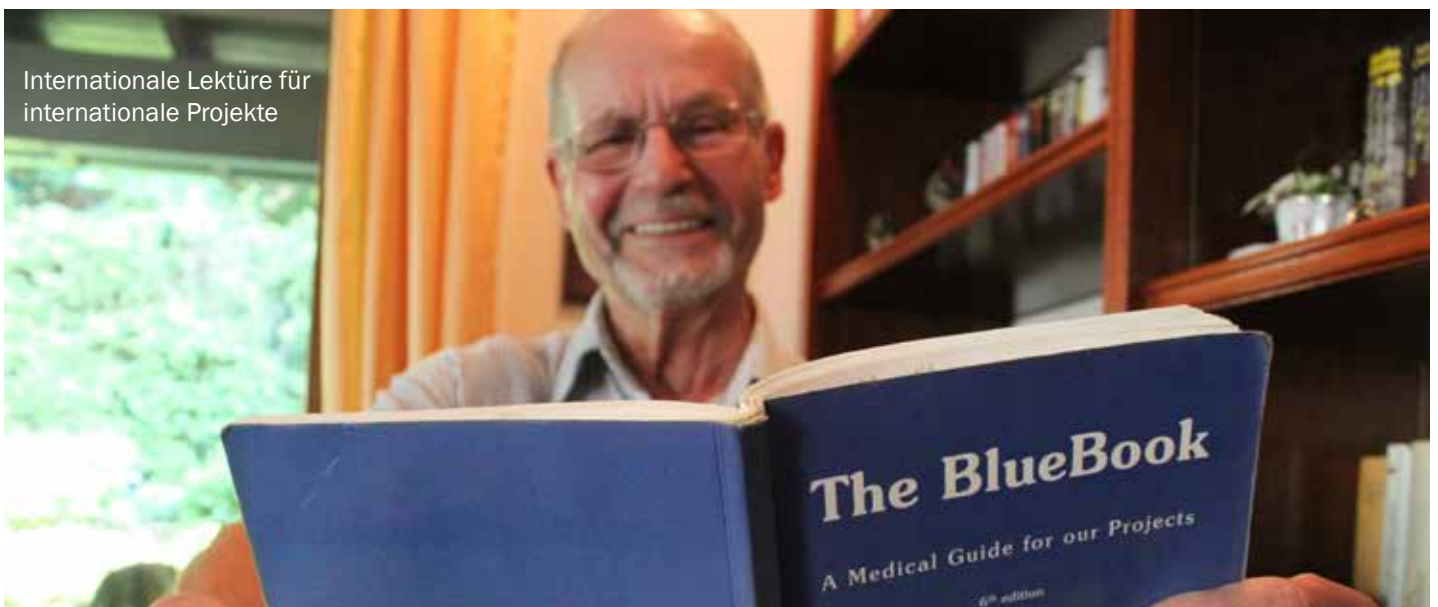
Ein Arzt mit Pressevergangenheit

„Rolling Clinics“, also rollende Kliniken, obendrein. Diese sind mit allerlei Medizinischem ausgestattete Jeeps, welche in regelmäßigen Abständen und ausgearbeiteten Fahrplänen folgend, Dörfer zu Sprechstunden anfahren. In den Kliniken, stationär oder rollend, arbeiten German Doctors in ihren Auslandseinsätzen. Auf acht Einsätze brachte es Albert Rudolph. Doch es war knapp vor Ultimo, denn bis zum 70. Lebensjahr müssen German Doctors ihren Ersteinsatz geleistet haben. Eine Obergrenze für den letzten Einsatz gibt es auch, die liegt bei 75 Jahren. Ein bisschen schweren Herzens blicke er auf seine aktive Zeit zurück,

gesteht der 77-Jährige. Im gesetzten Alter zog es ihn, dessen Urlaubsländer mitteleuropäische waren, doch noch in die große weite Welt. Dass er das nicht mehr tun kann, hat er akzeptiert. Doch die Idee will er noch lange mittragen, darum sammelt er mit den German Doctors Freunden Lichtenfels Spenden, ist unterwegs, hält ab und an Vorträge, lässt den Hut rumgehen. Auch ist er als Gratulator für einen Ärzteverband unterwegs, da spricht er beim Überbringen von Grüßen und Glückwünschen Ärzten an, um sie für ein Engagement als German Doctor zu begeistern. Einen Rahmen für all das hat er auch geschaffen. Seit 2009 bestehen

die German Doctors Freunde Lichtenfels. „Weil wir Spendenquittungen ausstellen können“, ist dabei ein Grund dafür. 40 Mitglieder zählt der Lichtenfelser Freundeskreis, darunter drei Ärzte. Was durch ihn gesammelt wird, fließt projektgebunden und in aller Transparenz für mildtätige Zwecke zu den German Doctors. Dafür steht der Lichtenfelser Arzt ein. Er erzählt gerne von seinen Erlebnissen in fremden Ländern und Kulturen. Besonders auf Nachfrage.

German Doctors Freunde Lichtenfels  
 Telefon: 09571/ 509321  
 IBAN: DE18 7709 1800 0000 9499 14



Internationale Lektüre für internationale Projekte

# Lif-Card

Der Lichtenfelser Einkaufsgutschein



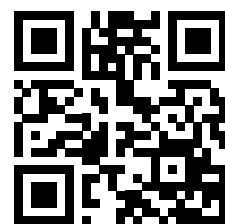
*Die perfekte  
Geschenkidee!*

Ein Gutschein – viele Möglichkeiten!  
Einlösbar in über 70 Geschäften.

Erhältlich bei:

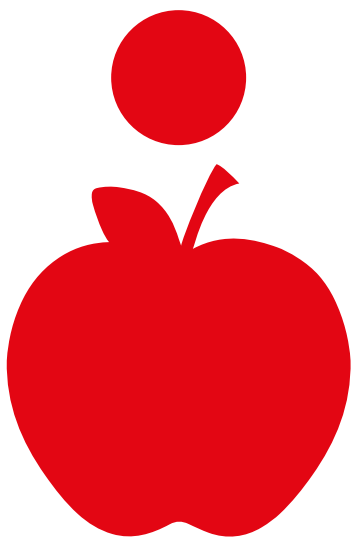
- den Geschäftsstellen der Sparkasse Coburg-Lichtenfels im Landkreis Lichtenfels
- den Geschäftsstellen der Raiffeisen-Volksbank Lichtenfels-Itzgrund im gesamten Stadtgebiet Lichtenfels
- Bürgerbüro im Rathaus, Marktplatz 1
- Tourist Information, Marktplatz 10
- Vitale Apotheke (LIFE city center), Mainau 4
- Otto Shop, Badgasse 4
- Shell-Autoport Tankstelle, Bamberger Str. 125
- E-Center Werner, Mainau 8

Alle teilnehmenden Unternehmen finden Sie unter [www.lif-card.de](http://www.lif-card.de)





**Sorglos  
ist einfach.**



[sparkasse-co-lif.de](https://sparkasse-co-lif.de)

**Wenn man weiß, dass  
man für seine Gesundheit  
das Beste bekommt.  
Wir beraten Sie gern.**

**Sparkassen-  
Gesundheits-Schutz Plus.**

Die Versicherungen  
der Sparkassen

 **Sparkasse  
Coburg - Lichtenfels**

