

# Deutscher Meister gab dem Nachwuchs Tipps

Beim Stand Up Paddling trainierten Schüler des Waderner Hochwald-Gymnasiums ihren ganzen Körper - mit Kai Nicolas Steimer.

VON ERICH BRÜCKER

**WADERN** In unmittelbarer Nähe von Bostalsee, Noswendeler und Losheimer See haben sich Schüler der Klasse 7c sowie des Grundkurses Sport (Klasse 11) des Hochwald-Gymnasiums vor den Sommerferien mit einem Projekt auf das Wasser gewagt. Stand Up Paddling (SUP) war auf dem Bostalsee mit den Sportlehrern Karl Schmitt und Anne Scholl angesagt. Zudem wurde der Deutsche Meister im SUP, Kai-Nicolas

Steimer aus Rümmelbach bei Lebach, für die Projekttagge als ausgesprochener aktiver Kenner dieser neuen Trendsportart gewonnen. Den Kontakt hatte Sportlehrer Schmitt hergestellt, der den 28-jährigen Weltmeister seit dem gemeinsamen Studium kennt. „Da über diese Sportart wenig bekannt ist, musste ich diese Gelegenheit wahrnehmen, vor allem um darauf aufmerksam zu machen“, sagte der Weltmeister, der den HWG-Schülern viel Eifer bei den Trainingsein-

heiten bescheinigte. „Im Sportunterricht ist in den vergangenen Jahren verstärkt zu beobachten, dass viele Jugendliche erhebliche Schwächen im motorischen Bereich aufzeigen, welche oftmals auf Bewegungsmangel zurückzuführen sind. Ein Ziel des Sportunterrichtes ist es, bei den Schülern Interesse an der Bewegung zu wecken“, nennt Sportlehrerin Scholl den Grund, eine etwas ausgefallene und nicht alltägliche sowie im Hochwald nahezu unbekannt Sportart anzubieten. Zumal auch deshalb, weil das Gymnasium in unmittelbarer Nähe zu den bekannten Seen liegt.

„Das Stand Up Paddling bietet ein perfektes, ganzheitliches und gelenkschonendes Ausdauertraining und erfüllt hierdurch die Anforderungen des Bewegungs- und Gesundheitstrends“, verrät die Sportlehrerin. Um sich auf und mit dem Board bewegen zu können, muss der ganze Körper unter Spannung stehen. So werden sämtliche Muskelgruppen der Beine, Arme, Rücken, Bauch und Rumpf trainiert.



Mit viel Spaß und Eifer haben sich die HWG-Schüler auf einem Stehpaddel versucht.

FOTO: ERICH BRÜCKER

Außerdem wird das Gleichgewicht geschult. „Durch eine überwiegend geringe Herz- und Kreislaufbelastung ist SUP auch für Sportneulinge hervorragend geeignet“, nennt Schmitt die Vorteile der neuen Trendsportart.

Finn (13 Jahre alt), ein guter Schwimmer, gefällt die Sportart weil sie einerseits im Wasser betrieben

wird und andererseits in der freien Natur stattfindet. „Für den Urlaub ist das ganz gut“, findet Jona (12), denn mit Fußball, Tischtennis und Mountainbike ist er sportlich ausgelastet. Viel Nervenkitzel hat Marvin (13) beim Balancieren ausgemacht. So ganz einfach war das nicht, auf dem schwimmenden Brett stehen und gleichzeitig mit der

Paddel abwechselnd ins Wasser stechen. „Insgesamt waren alle unsere Schüler vom Schnupperkurs begeistert“, zieht Thome Bilanz und dankt der Schulleitung, dass der Kurs genehmigt und durchgeführt wurde.

**Produktion dieser Seite:**  
Margit Stark  
Teresa Bauer

## INFO

### Eine moderne Wassersportart

Das **Stand Up Paddling**, auch Stehpaddeln genannt, ist eine Wassersportart, bei der ein Sportler mit einer Stehpaddel aufrecht auf einer Art Surfbrett steht. Das Surfbrett ist aufblasbar, leicht in einen Rucksack zu verpacken und zu transportieren. Der Sportler paddelt mit seinem Stehpaddel, ähnlich wie beim Kanufahren. Dabei wird die Seite, auf der gepaddelt wird, regelmäßig gewechselt. Diese Sportart kann ohne Wind oder Wellen und mit wenig Aufwand betrieben werden. Seit Beginn des 21. Jahrhunderts findet Stand Up Paddling zunehmende Verbreitung als Freizeitsport und entwickelte sich zu einer eigenständigen Wassersportart, die eben auch auf Binnengewässern ausgeübt werden kann.

lich wie beim Kanufahren. Dabei wird die Seite, auf der gepaddelt wird, regelmäßig gewechselt. Diese Sportart kann ohne Wind oder Wellen und mit wenig Aufwand betrieben werden. Seit Beginn des 21. Jahrhunderts findet Stand Up Paddling zunehmende Verbreitung als Freizeitsport und entwickelte sich zu einer eigenständigen Wassersportart, die eben auch auf Binnengewässern ausgeübt werden kann.

## Familienanzeigen

### Nachruf

## Jürgen Engel

\* 26. 6. 1955 † 22. 6. 2018

Wir erhielten die traurige Nachricht, dass unser Mitarbeiter und Arbeitskollege Jürgen Engel verstorben ist.

Der Verstorbene gehörte unserem Unternehmen seit 21. Januar 1985 an und war im Bereich Qualität beschäftigt.

Sein Tod erfüllt uns mit tiefer Trauer. Wir werden dem Verstorbenen ein ehrendes Andenken bewahren.

Unsere Anteilnahme gilt allen Angehörigen.

Standortleitung, Betriebsrat und Belegschaft der ZF Friedrichshafen AG, Saarbrücken

Elli wär' so gerne hier geblieben, mit euch verweist, ihr Lieben, doch weil es Gott so haben will, ging sie fort, ganz leis' und still.



## Elli Dostert

geb. Paulat  
\* 22. 11. 1919 † 21. 6. 2018

In Gedanken und in unseren Herzen wirst Du immer bei uns sein.

Tochter Gisela Barbian mit Familie  
Tochter Magdalena Dostert mit Familie  
Enkelin Gabi Gimmmler mit Familie  
Enkelin Monika Schneider mit Familie  
Schwester Gertrud Paulat

Hausbach, im Juni 2018  
Trauerhaus Elli Dostert, Weiherfeld 30, 66679 Hausbach

Die Urnenbeisetzung findet am 14. Juli 2018 im engsten Familienkreis statt.

*Nichts wird sein,  
wie es war.*

## Karina Backes

geb. Hoffmann  
\* 10. 4. 1956 † 27. 6. 2018

Peter Backes mit Anja und Markus  
Giorgia Posteraro mit Mauro Greco  
Jörg, Mirjam mit Armin und Tobias  
Martina mit Benjamin und Jérôme  
Vinzenz mit Dorothea, Aaron und Gabriel

Illingen

Die Bestattung findet am Mittwoch, dem 11. Juli 2018, um 13.30 Uhr auf dem Waldfriedhof in Saarbrücken-Burbach statt. Von Beileidsbekundungen am Grab bitten wir abzusehen.

Bestattungen Christof Schönenberger

### DANKSAGUNG



## Guntram Bus

\* 10. 9. 1960 † 31. 5. 2018

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen, die in den Stunden des Abschiednehmens mit uns fühlten. Danke auch für die vielen Beweise der Anteilnahme in Wort und Schrift, für Blumen- und Geldzuwendungen.

Einen ganz besonderen Dank an Herrn Diakon Franz Hechenblaikner für die einfühlsamen Worte, dem Pflegedienst Kircher für die liebevolle Pflege über viele Jahre und den Musikvereinen Siersburg und Roden für die Gestaltung der Messe.

Im Namen aller Angehörigen:  
Marga Bus

Saarlouis-Roden, im Juli 2018

*Auch Du hast gekämpft, gehofft, und doch verloren.*

Wir vermissen den Mittelpunkt unserer Familie. Du warst immer für uns da.

## Gerd Francini

\* 06.05.1942 † 04.07.2018

Im Gedanken und in unseren Herzen wirst Du immer bei uns sein.

Edith Francini geb. Kiefer  
Joachim und Regina Francini  
mit Philipp, Julia, Jarne, Chantal und Emma  
und alle Angehörigen

Mettlach und Mayen

Das Totengebet ist am Samstag dem 7. Juli 2018 um 17.30 Uhr und am Sonntag, dem 8. Juli 2018 um 18.00 Uhr in der Pfarrkirche St. Lutwinus in Mettlach.

Das Sterbeamt mit Verabschiedung findet statt am Montag, dem 9. Juli 2018 um 10.30 Uhr in der Pfarrkirche St. Lutwinus in Mettlach.

Die Urnenbeisetzung findet zu einem späteren Zeitpunkt im Familienkreis statt.

Beerdigungsinstitut Klaus Becker, Agt. Berty, Mettlach

### Nachruf

Am 1. Juli 2018 verstarb im Alter von 61 Jahren unser ehemaliger Ortsbeauftragter

## Hans-Georg Wunn

Herr Wunn hat das THW St. Ingbert zehn Jahre bis 1989 geleitet und den THW-Helferverein St. Ingbert mit begründet. In seiner Amtszeit wurde dank seines Engagements die Jugendarbeit im THW St. Ingbert erheblich intensiviert. Das THW St. Ingbert verliert mit ihm einen guten Freund und Förderer.

Wir werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren. Unser aufrichtiges Mitgefühl gilt den Hinterbliebenen.

THW Ortsverband St. Ingbert

Ortsbeauftragter  
Norbert Bentz

1. Vorsitzender des Helfervereins  
Jürgen Tschöpe

### Nachruf

## Norbert Schwach

\* 23. 5. 1959 † 21. 6. 2018

Wir erhielten die traurige Nachricht, dass unser Mitarbeiter und Arbeitskollege Norbert Schwach verstorben ist.

Der Verstorbene gehörte unserem Unternehmen seit 17. April 2000 an und war im Bereich Fertigung beschäftigt.

Sein Tod erfüllt uns mit tiefer Trauer. Wir werden dem Verstorbenen ein ehrendes Andenken bewahren.

Unsere Anteilnahme gilt allen Angehörigen.

Standortleitung, Betriebsrat und Belegschaft der ZF Friedrichshafen AG, Saarbrücken

