



Zitat des Tages

„Nur bitte nicht gerade das Riesenbild von dem Nashorn vor mein Büro hängen.“

Der Schemmerhofer Bürgermeister Mario Glaser würde gerne Bilder von Werner Joachim Rottko als Dauerleihgabe im Rathaus sehen – nur bittet er scherzhaft darum, für jedes Motiv den richtigen Platz auszuwählen.

• RUND UM BIBERACH

Tipp des Tages

Mitarbeiterinnen erklären die Idee des fairen Handels
BIBERACH (sz) - Was sich hinter dem Etikett „Fairer Handel“ verbirgt und wie der Weltladen dieses Konzept umsetzt, erklären Mitarbeiterinnen heute um 20 Uhr im Weltladen in der Schadenhofstraße 11 in Biberach. Dazu lädt die „Christlich-Muslimische Frauenbegegnung“ ein. Eintritt frei, ohne Anmeldung.

Heute im Lokalen

Stromnetz wird intelligent

BIBERACH (sz) - Die Zeiten, in denen das Stromnetz im Haushalt lediglich dazu da ist, um Lampen und elektrische Geräte mit Energie zu versorgen, gehören schon bald der Vergangenheit an. Da ist sich Klaus Bettinger sicher. Der Technische Oberlehrer an der Biberacher Karl-Arnold-Schule ist überzeugt, dass sich die Technik des „Digitalstroms“ durchsetzen wird. Die Schule bietet Fortbildungen zu diesem Thema an. • BIBERACH

Jautz fordert Nordumfahrung

WARTHUSEN (sz) - Die Gemeinde Warthausen will weiter dafür kämpfen, dass die B-465-Nordumfahrung Warthausen auf die Vorschlagsliste des Landes für den Bundesverkehrswegeplan 2015 bis 2030 kommt. Bürgermeister Wolfgang Jautz ermuntert Bürger, mit zur Regionalkonferenz nach Tübingen zu fahren. • RUND UM BIBERACH

Aus Wärtern werden Pfleger

BAD SCHUSSENRIED (sz) - Genau 100 Jahre ist es her, dass in Schussenried an der Krankenpflegeschule die ersten Prüflinge ihr Zeugnis überreicht bekamen. Bis dahin waren es Wärter. Nach der Ausbildung nach Maßgabe des Königlich Württembergischen Medizinalkollegiums wurden sie Pfleger. • SCHUSSEN - UMLACH

Guten Morgen!

Er hat sich durchgekämpft

Gestern Morgen saß er einfach da. Ich hatte gar nicht mit ihm gerechnet, aber er saß mitten auf der Motorhaube meines Autos. Der Osterhase hat doch noch seinen Weg zu mir gefunden. Spät, aber nicht zu spät. Vielleicht hat er einfach ein bisschen länger gebraucht bei dem kalten Wetter. Da hoppelt es sich schließlich nicht sehr angenehm. Es scheint sich außerdem um ein erstaunlich intelligentes Exemplar zu handeln, denn der Osterhase ist des Schreibens mächtig. Jedenfalls hat er einen Klebezettel auf der Windschutzscheibe hinterlassen, auf dem er herzliche Grüße hinterließ. Als ich gestern noch mal über das unverhoffte Erscheinen des Osterhasen nachdachte, kam mir eines doch etwas merkwürdig vor. Seine Handschrift hat eine bemerkenswerte Ähnlichkeit mit der meiner Nachbarin. (awi)

Vivien liebt Tanzen mehr als alles andere

Die 14-Jährige aus Rißegg hat ihre Leidenschaft zur Musik von ihrem Vater

Von Tanja Bosch

BIBERACH/RISSEGG - Die Musik setzt ein, es ist ein schneller Beat. Vivien Schröder steht in der Mitte des Sennhofs und bewegt sich langsam im Takt zur Musik. Erst zaghaft, dann schneller. House-Musik hat Power. „Wenn ich Musik höre, kann ich nicht stillsitzen, ich muss mich einfach bewegen“, sagt die 14-Jährige. Auf House tanzt sie am liebsten. Da kann sie frei tanzen und kennt die Schritte genau. Aber auch die sanften Bewegungen zu Ragga-Musik liegen der jungen Tänzerin aus Rißegg.

„Ich tanze alles, zumindest probiere ich alles aus“, sagt Vivien Schröder. Ihr Stil sind aber eindeutig die urbanen Tänze. Dazu gehören Breakdance, Popping, Boogaloo, Locking, House und Ragga. Die Liebe zum Tanzen hat sie durch ihren Vater Andreas Schröder entdeckt. Er gründete vor 15 Jahren die Breakdance-Gruppe „Funky Kids“ und tanzt selbst schon seit mehr als 20 Jahren.

Vater und Trainer zugleich

Bei den Schröders spielt die Musik auch im Alltag eine große Rolle. „Manchmal tanzen wir daheim alle zusammen, einfach nur so, weil eben gute Musik läuft“, erzählt Vivien. Andreas Schröder hat seine Frau Nadine und auch die Geschwister von Vivien, Enea und Kira, mit seiner Leidenschaft angesteckt: „Das bedeutet mir sehr viel, es ist wunderschön“, sagt Andreas Schröder.

Der 41-Jährige ist gleichzeitig Vater und Trainer für Vivien, doch diese Kombination ist nicht immer einfach: „Als Trainer sehe ich das Potenzial, ich will ihr Talent herauskitzeln und fördern, aber ich darf sie nicht zu hart angehen“, sagt Andreas Schröder, der in Tänzerkreisen „Chief-Rocka“ genannt wird. „Sie muss immer wissen, dass ich sie liebe und alles cool finde, was sie macht.“ Das weiß die 14-Jährige, „aber wenn ich im Trai-

„Ich bin ihm sehr dankbar, dass ich mit Musik und diesem ganzen Lebensgefühl, das Hip-Hop bedeutet, aufgewachsen bin“,

sagt Tänzerin Vivien Schröder über ihren Vater.

ning mal zu viel quatsche und nicht alles gebe, bekomme ich immer gleich was zu hören“. So ist das eben mit Vater und Tochter. Wenn beide dann zusammen eine Choreografie tanzen sind sie ein eingespieltes Team: „Mein Papa ist mein großes Vorbild“, sagt Vivien. „Ich bin ihm sehr dankbar, dass ich mit Musik und diesem ganzen Lebensgefühl, das Hip-Hop bedeutet, aufgewachsen bin.“ Wenn seine 14-jährige Tochter so etwas sagt, ist Andreas Schröder sehr stolz: „Das ist ein super Gefühl, es ist schön, dass meine Kinder die Liebe zur Musik auf diese Weise entdeckt haben, denn Musik berührt einen so tief, wie nur wenige Dinge es



Nichts macht Vivien Schröder glücklicher als Tanzen und Musik.

SZ-FOTO: TANJA BOSCH

können.“ Dieses Gefühl hat Vivien Schröder, wenn sie tanzt, dann zählt nur die Musik. Die ersten Töne eines ihrer Lieblings-Ragga-Songs erklingen, sie läuft in die Mitte des Raums und steigt voll ein. Ihre Hüften kreisen im Takt, Mimik und Gestik unterstützen ihre Bewegungen, da ist selbst der Papa beeindruckt: „Das hat sie sich alles selbst beigebracht, und ist voll ihr Ding.“

Tanzen bleibt wichtigstes Hobby

Jeden Abend unter der Woche geht Vivien ins Training, mal ist es House, mal Breakdance oder sie gibt Unterricht in der Jugendkunstschule. „Ich trainiere so viel, weil ich besser werden will“, sagt die 14-Jährige. „Ich habe andere Tänzer aus anderen Städten gesehen, es gibt immer bessere, und deshalb tanze ich jede freie Minute.“

Das Tanzen zum Beruf machen will die Bischof-Sproll-Schülerin nicht, da hat sie ganz andere Pläne.

Erst das Abitur, dann ein Jahr nach Nepal – und schließlich in Köln oder Mannheim Architektur studieren. „Doch Aufhören zu tanzen, das werde ich nie.“

Weitere Infos zu den „Funky Kids“ und Breakdance in Biberach gibt es im Internet unter www.funkykids.org



Um ein Video

von Tänzerin Vivien anzusehen,

können Sie diesen QR-Code mit Ihrem Smartphone scannen. Sie können den Clip aber auch im Internet anschauen unter schwabische.de/vivien



Sperrungen im Bereich der B 30

BIBERACH (sz) - Die Bauarbeiten an der B 30 vom Anschluss Biberach-Süd in Richtung Ravensburg gehen am Dienstag, 9. April, weiter. Das teilt das Regierungspräsidium (RP) Tübingen mit. Dabei wird die noch fehlende Fahrbahndecke auf der B 30 aufgebracht. Diese konnte aufgrund der schlechten Witterung im Spätherbst 2012 nicht mehr eingebaut werden.

Umleitung über Kreisstraße

Für die Vorbereitung des Deckeneinbaus (Phase 1) erfolgt die Umleitung wie im Jahr 2012, wobei der komplette B-30-Verkehr über die parallele Kreisstraße K 7563 und die provisorische Auffahrtsrampe zur B 30 geführt wird.

Für den Deckeneinbau (Phase 2) wird ab Mittwoch, 11. April, bis spätestens Dienstag, 16. April, der Verkehr aus Richtung Ulm nach Ravensburg über den Jordankeisel und Rißegg-Halde auf die bestehende Umleitung (parallele K 7563) geführt. Der Verkehr aus Richtung Ravensburg nach Ulm bleibt dabei unverändert.

Vom 16. bis 19. April (Phase 3, Bankettarbeiten und Markierungsarbeiten) wird der Verkehr wie in Phase 1 geführt.

Straße über Rißegg ist dicht

Mit der Wiederaufnahme der Bauarbeiten am 9. April muss auch die Kreisstraße K 7502 (Rißegg-Halde nach Ummendorf) im Bereich der B-30-Brücke gesperrt werden. Diese Sperrung bleibt auch nach der Aufhebung der B-30-Umleitung am 19. April noch weitere drei Wochen bestehen, um Anschlussarbeiten vorzunehmen. Die Kosten für die gesamte Baumaßnahme betragen rund 8,4 Millionen Euro und werden vom Bund getragen.

Infos über die mit dieser Baumaßnahme verbundenen Verkehrsbeschränkungen können auch im täglich aktualisierten Baustelleninformationssystem (BIS) des Landes Baden-Württemberg im Internet abgerufen werden unter www.baustellen-bw.de

Streit unter Brüdern führt zu Körperverletzung

RISSEGG (sz) - Ein Streit zwischen zwei 62 und 56 Jahre alten Brüdern am Freitag in Rißegg ist so eskaliert, dass es für den jüngeren gesundheitliche Folgen hatte – und für den älteren wohl strafrechtliche haben wird.

Wie die Polizei berichtet, gerieten sich die beiden gegen 13.30 Uhr bei einer Sägerei in die Haare. Als der ältere der beiden seinen Bruder dort bemerkte, begab er sich ebenfalls dorthin, ausgerüstet mit einem ein Meter langen Holzstock. Mit diesem schlug er auf den 56-Jährigen ein, so dass dieser eine tiefe Fleischwunde im Gesicht erlitt.

Der 62-Jährige sieht einer Anzeige wegen gefährlicher Körperverletzung entgegen.

Alkoholisierte Autofahrer kommt von B 312 ab

RINGSCHNAIT (sz) - Ein 28-jähriger Autofahrer ist am Samstag um 20.30 Uhr auf der Bundesstraße 312 zwischen Ringschnait und Ochsenhausen in einer langgezogenen Linkskurve von der Fahrbahn abgekommen. Nach Angaben der Polizei schleuderte er gegen die Leitplanke und dann entlang der Böschung. Der Fahrer kam zunächst mit dem Rettungswagen ins Krankenhaus nach Biberach. Am Fahrzeug und an der Leitplanke entstand erheblicher Sachschaden von mehr 5000 Euro.

Bei der Unfallaufnahme stellten die Polizisten bei dem 28-Jährigen Hinweise auf Alkoholkonsum fest. Die Polizei veranlasste eine Blutentnahme und stellte den Führerschein des Mannes sicher. Die Ermittlungen dauern an.

„Laufen macht einen unheimlich freien Kopf“

Sylvia Reutter und andere Teilnehmer der Biberacher Laufgruppe machen einen Leistungstest

Von Malte Missoweit

BIBERACH/MITTELBIBERACH - Ob Schneetreiben, Regenschauer oder winterliche Temperaturen – widriges Wetter macht Sylvia Reutter aus Biberach nichts aus, wenn sie dreimal pro Woche zwischen acht und 15 Kilometer läuft. Ihr festes Ziel hat sie stets im Blick: Die Teilnahme am Dreiländermarathon am 6. Oktober über Lindau, Bregenz und St. Margarethen. Wie andere Läufer der neunköpfigen Biberacher Laufgruppe war sie am Samstag zum Leistungstest im Mittelbiberacher Fitness-Studio Tonic.

„Wer einen Marathon oder Halbmarathon bestreiten will, der sollte das nicht unvorbereitet tun“, rät Markus Weber, fachlicher Leiter des Diagnostikzentrums Scheidegg. Zu-

„So paradox es klingt, um auf Dauer schnell laufen zu können, muss man im Training langsam anfangen“,

sagt Markus Weber.

sammen mit den Trainern der Laufdimension Bodensee und der Schwäbischen Zeitung bietet er den Laufgruppen eine professionelle Vorbereitung an. Vorrangiges Ziel dabei sei, den Stoffwechsel der Läufer zu verändern. „Die Muskeln müssen lernen, immer mehr Fett und möglichst wenig Kohlehydrate zu verbrennen.“ Nur wenn das klappt,



Langsam anfangen lautet die Devise beim Ausdauertraining, und so kann Sylvia Reutter auf dem Laufband entspannt lächeln. Ein Betreuer steht bereit, um sie ins Ohr zu piksen: Die Laktatwerte liefern wichtige Informationen fürs Training.

SZ-FOTO: MALTE MISSOWEIT

sei eine gesunde Belastung über die gesamte Strecke gewährleistet. Damit er und sein Team für jeden Läufer einen individuellen Trainingsplan erstellen können, erfolgt eingangs der Leistungstest.

Angeschlossen an ein EKG-Messgerät beginnt Sylvia Reutter im Schrittempo auf dem Laufband zu gehen. Nach drei Minuten bleibt sie für einige Sekunden stehen. Aus ihrem Ohrläppchen wird etwas Blut entnommen, dann die Geschwindigkeit des Laufbands erhöht. Das wiederholt sich im Drei-Minuten-Takt, vom leichten Joggen über zügiges Lauftempo bis zu ihrer maximalen Dauerlaufgeschwindigkeit.

Das erstellte EKG wird später von einem Herzspezialisten auf Unregelmäßigkeiten und mögliche Risiken beim Training überprüft. Aus den entnommenen Blutproben gewinnt Weber wichtige Informationen. „Wir messen den Laktatwert im Blut. Daraus können wir ableiten, bei welcher Belastung der Körper keine Fette mehr verbrennt, sondern Kohlehydrate, also in den anaeroben Bereich kommt.“ Damit das möglichst nicht passiert, wird die optimale Laufgeschwindigkeit ermittelt.

„Laufen macht einen unheimlich freien Kopf“, sagt Sylvia Reutter. Für sie sei es ein richtig tolles Gefühl, nach einer Trainingseinheit bei kal-

tem Regen nass geschwitzt und ausgepumpt wieder nach Hause zu kommen.

Doch Weber mahnt beim „Auspowern“ zur Vorsicht. Häufigster Fehler sei ein zu hohes Lauftempo. Dadurch werde die Grundlagenausdauer nicht wie gewünscht verbessert. „Die Trainingszeit ist dann verplempert. So paradox es klingt, um auf Dauer schneller laufen zu können, muss man im Training langsam anfangen.“

Aber Reutter ist eine erfahrene Läuferin. Bereits 2011 ist sie in Antalya und Cuxhafen Halbmarathons gelaufen. Diesmal würde sie gern über die vollen 41,195 Kilometer an den Start gehen. „Nach einer Pause hat



mich der Ehrgeiz noch mal gepackt. Mit professioneller Unterstützung möchte ich die Herausforderung angehen.“ Sollten die Experten ihr nach der Vorbereitung vom Marathon abraten, hat Reutter einen Reserveplan. „Dann versuche ich, meine Zeit im Halbmarathon auf eine Stunde und 55 Minuten zu verbessern.“