

stadtmagazin

Lichtenfels

AUSGABE
No. 32



Frühlingszauber



Physiowerkstatt



Fitness-Küche



Glaskompetenz

Lif-Card

Der Lichtenfelser Einkaufsgutschein



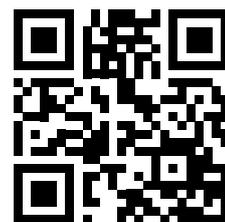
*Die perfekte
Geschenkkategorie!*

Ein Gutschein – viele Möglichkeiten!
Einlösbar in über 80 Geschäften.

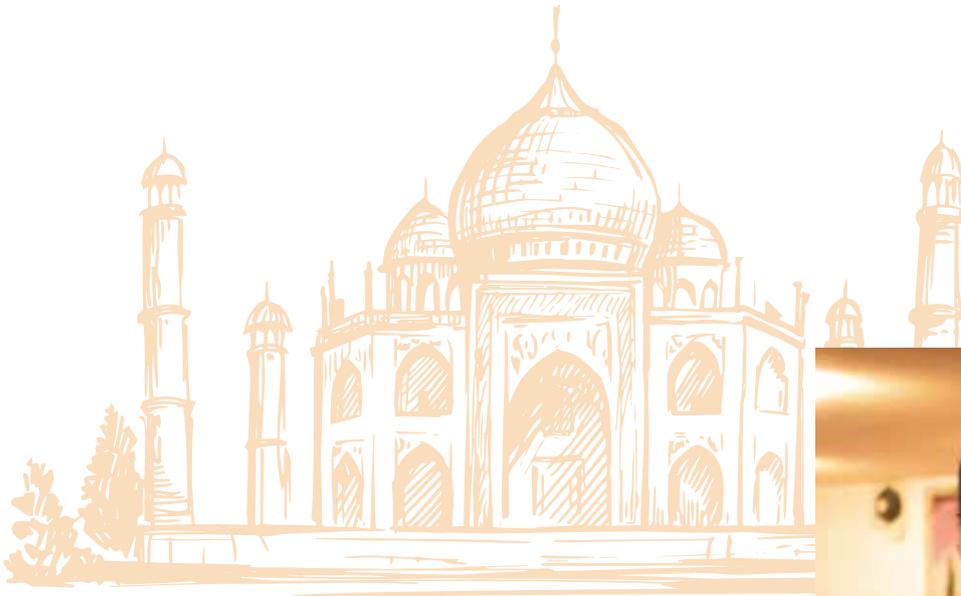
Erhältlich bei:

- den Geschäftsstellen der Sparkasse Coburg-Lichtenfels im Landkreis Lichtenfels
- den Geschäftsstellen der VR-Bank Lichtenfels-Ebern im gesamten Stadtgebiet Lichtenfels
- Geschäftsstelle des Obermain Tagblattes, Bahnhofstr. 14
- 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



Vorwort



Liebe Lichtenfelser,

ich grüße Sie. Wenn Sie erlauben, dann erzähle ich kurz ein wenig von mir und von Lichtenfels. Von uns also, wenn man so will. Seit sechs Jahren habe ich hier mein Lokal und lange Jahre pendelte ich darum von Nürnberg nach Lichtenfels.

Damit ist es vorbei, ich wohne jetzt in der Korbstadt. Jetzt bin ich auch ein ganzer Lichtenfelser. Eigentlich komme ich ja aus der Millionenstadt Lahore, aber das kleinere Lichtenfels tut mir gut, denn

hier gibt es Weite und Natur. Hier habe ich auch Freunde gefunden, allesamt Lichtenfelser und Leute aus der Umgebung.

Einen Lieblingsort habe ich hier auch und es ist Kloster Banz. Dort kann ich abschalten, nachdenken und zur Ruhe kommen. Kann sein, dass ich dann auch mal an Rouladen und Semmelklos denke. Ich fühle mich wohl hier und wenn ich grüße, dann sage ich nicht nur ein Hallo,

dann sage ich „Grüß Gott“. Ich finde, das ist ein schöner Gruß. Es war ein weiter Weg von Lahore bis hierher und ich glaube, im Leben ist alles möglich.

Wenn Sie Träume haben, dann halten Sie an diesen Träumen fest. Es wird Frühling. Jetzt blüht die Natur auf und da entstehen ja Träume und Ideen. Ich wünsche Ihnen einen schönen Frühling.

Es grüßt Sie herzlich Bhatti M. Ashraf

Inhalt Themen und Rubriken



Impressum Stadtmagazin Lichtenfels

Herausgeber: Stadtmarketing Lichtenfels e.V.
Verantwortlich i.S.d.P.: Steffen Hofmann
Redaktion: Markus Häggberg, Philip Herr
Layout und Gestaltung: creativmarketing, Lichtenfels
Druck: druckprofi. Babic e.K., Lichtenfels

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.

Bildnachweise: © Markus Häggberg, © Philip Herr (creativmarketing), © Helmut Kober © Glas Lipfert, © dule964/AdobeStock, © aksol/AdobeStock, © ValentinValkov/AdobeStock,

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



**06/07 Unternehmensvorstellung:
 Physiowerkstatt Flohr**

**08/09 Unternehmensvorstellung:
 Glas Lipfert**

**10/11 In eigener Sache:
 Redaktionsvorstellung**

**12/13 Unternehmensvorstellung:
 Faulstich-Fitness-Küche**

**14/15 Unternehmensvorstellung:
 Malerbetrieb Zethner**

**16/17 Veranstaltungskalender
 Lichtenfels**

**18/19 Gesundheitstipp:
 Fußpflege Kauler**

**20/21 Rund um die Kreisstadt:
 Kaiser-Reisen**

**22/23 Vereine stellen sich vor:
 FFW Schönsreuth**

**24/25 Fitnesstipp:
 Krafftraining - Ist das was für mich?**

**28/29 Kolumne: Sagen und Geschichten
 aus Lichtenfels**

Der Sensor mit der neuen Adresse



Sieht den Körper ganzheitlich: Alexander Flohr.

Kurz nach der Begrüßung eröffnet Alexander Flohr mit einer Anekdote. Also da kam ein Humpelnder zu ihm und sagte: „Ich kann momentan nur mit Schmerzen laufen, was kannst du da machen?“ Und weil Flohr ja vom Fach ist, hat er sich das mit den Beinen mal angeschaut. Dann, knick-knack, rückte er dem Mann den Kiefer zurecht. Der stand auf, ging umher und beschwerte sich. „Ich hab’s mit den Beinen und du renkst mir den Kiefer ein?“ Jetzt wieder Flohr: „Ach ja, aber laufen kannst du jetzt wieder, stimmt’s?“ Es stimmte und die Männer lachten über den Vorfall. Der aber erklärt ziemlich genau, wie Flohr den menschlichen Körper so sieht: „Ich sehe das ganzheitlich. Er ist wie ein Puzzle und es gilt die Ansätze zu finden.“

Finden. Das tut man Alexander Flohr, auch wenn das Internet noch bisweilen von der Coburger Straße als Adresse spricht, seit einigen Wochen in der Bahnhofstraße 14 in Lichtenfels. Renovierung erfolgt, Umzug erfolgt, Einzug erfolgt. 300 qm sind hier der Krankengymnastik, der manuellen Therapie, der Akkupunkt-Massage (nach Penzel), dem Kinesiotaping/Meditaping, der klassischen Massage oder der Kieferbehandlung vorbehalten. Und damit wäre gerade mal die Hälfte der Fertigkeiten genannt,

denn hier öffnet sich auch ein weites Feld zwischen Sportphysiotherapie, Fango oder Elektrotherapie. Der Mann, der Einblicke in so viele Bereiche hat, ist noch vergleichsweise jung. Aber mit seinen 40 Jahren hat Alexander Flohr schon viel gelernt. Und erlebt. Beispielsweise beim Zehntagerennen in New York, bei der Betreuung der Deutschen Meisterschaft im Schautanz, als Physiotherapeut am Spielfeldrand in der Handball-Bundesliga, bei der Ultratriathlon-WM in Südfrankreich, dem Badwater-Race in Nevada oder einer WM im Motocross-Freestyle. Es geht hier um Hochleistungssportler, Menschen also, deren Körper ihr Kapital ist. Sie begeben sich vertrauensvoll in Flohrs Hände und eine Spur führt von ihm aus auch hinüber zum Basketball nach Bamberg. Selbst aus der Industrie erhält Flohr Anfragen, Mitarbeitern wieder zu mehr Gesundheit zu verhelfen. Aber es gibt auch Dinge, die der Mann nicht kann. „Ich bin kein Computer-Typ, ich kann E-Mails lesen und beantworten. Aber mehr auch nicht.“ So reden Menschen, deren Sinn nach Wichtigerem steht. Beispielsweise nach Konzentration und Ruhe. Und einem Versprechen dazu. „Bei mir

ist es garantiert, dass es während einer Behandlung zu keinen störenden Anrufen oder Unterbrechungen kommt.“ Diese Ungestörtheit während der Arbeit mit dem Patienten sei sehr wohl ein wichtiger Gesichtspunkt, dessen Beitrag zur Genesung unterschätzt würde. Aber es gibt noch einen Faktor von Besonderheit. „Manches kann man nicht lernen“, erklärt der berufliche Lichtenfelser und spricht das Wort vom „Sensor“ aus. Eigentlich sei es ihm immer geglückt, anhand der Körperhaltung den Beruf, Job oder die Lebenseinstellung eines Menschen zu errahnen. Dabei schmunzelt er vielversprechend.

Flohr lacht. Gerade hat er zu hören bekommen, dass er in der Stimme einen coburgischen Einschlag habe. Doch woher der kommen soll, kann sich der in Bad Staffelstein wohnende Mann nicht erklären. Bei seiner Begeisterung für den menschlichen Körper sieht das schon anders aus. Die Eltern kamen aus der Medizin und das war auch prägend. „Seit ich klein war, wollte ich in diese Schiene gehen.“ Aber da gab es noch etwas, eine Beobachtung, die wegweisend wurde. Denn: „Als Kind habe ich schon ein Erstaunen dafür gehabt, dass nicht nur Spritzen helfen.“ Hierin muss

„Als Kind habe ich schon ein Erstaunen dafür gehabt, dass nicht nur Spritzen helfen.“

das Allerprägendste vermutet werden, denn mit 12 Jahren stand sein Berufsziel Physiotherapeut fest. Mit 17 ging es für Flohr auf eine Physiotherapeutenschule im Raum Kassel. „Da lernt man schnell selbständig werden“, sagt er fröhlich. Was er noch lernte, boten ihm während seiner Zeit als Angestellter zahlreiche Fort- und Weiterbildungen an. „Ich habe immer Chancen zur Fortbildung genutzt.“ Ein Steckenpferd dabei ist die Kiefergelenksbehandlung in Zusammenarbeit mit Zahnärzten und Kieferorthopäden. Ganz offenbar arbeitet Alexander Flohr gerne. Das ist Markenzeichen von

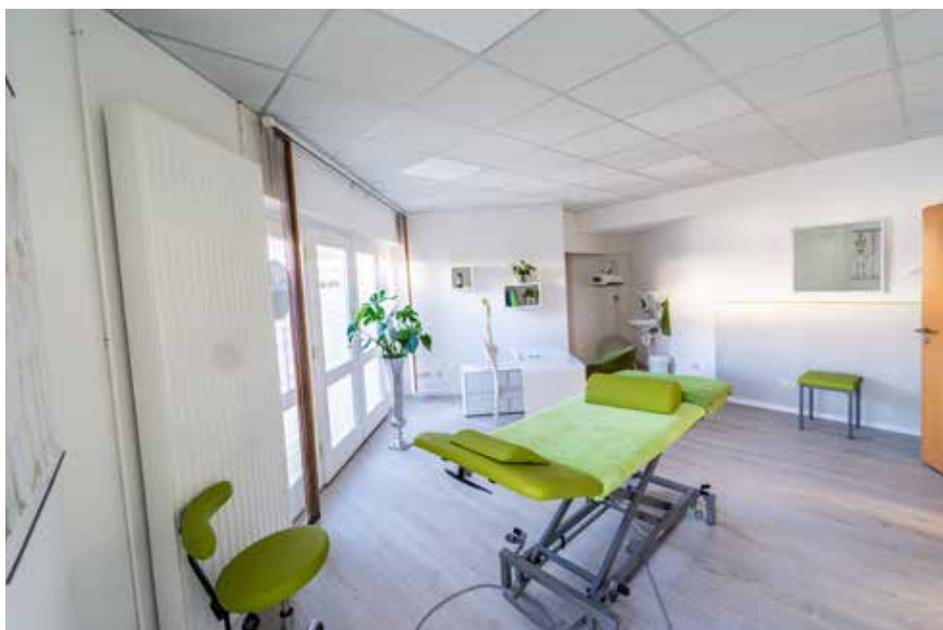
Menschen, die ihre Berufe lieben. Um 5:30 Uhr, so sagt er, betrete er die Praxisräume. Feierabend ist dann so gegen 20 Uhr. Selbständigkeit lebt er gerne. Lang auch.

Flohr wohnt gerne. Zu diesem Schluss muss man kommen, wenn man mit ihm durch die verschiedenen Praxisräume geht. Weil er Harmonie beim Arbeiten haben will und sich diese auf Patienten übertragen soll. Dahinter steckt eine Philosophie: „Ich gehe auf den Patienten ein. Ich muss über den Tellerrand schauen.“ Wenn er das so sagt, weiß Flohr auch, dass es wieder in das Gebiet des Ganzheitlichen spielt – für manch einen nur eine Phrase oder ein spiritueller Modebegriff. Dieser Denkweise erteilt er eine klare Abfuhr: „Ich sehe das Ganz-

heitliche weniger als spirituelle Sache, sondern mehr als Realität.“ Über 14 Stunden täglich ist er hier in den neuen Räumen, da will er es auch für sich selbst angenehm haben. Ein Blickfang findet sich gleich an der Rezeption und in Form einer Art Terrarium, das als Schaukasten und überdimensioniertes Guckloch in den Warteraum dient. Apart. Den bestimmenden farblichen Akzent setzt hier ein angenehmer Grünton. „Die Behandlung fängt schon beim Wohlfühlen an“, heißt es dazu. Grün ist Flohrs Lieblingsfarbe und „nach der Farbskala sehr beruhigend“. Doch das Grün kommt auch von Pflanzen. Als „Mit-Innenarchitektin“ gewann er mit Ute Popp eine ehemalige Deutsche Meisterin der Floristik. Von Nürnberg bis Nordhalben wird er von Hilfesuchenden konsultiert. In diesem

Umstand und weil die Nachfrage zu seiner Person stieg, gründen auch die nun größeren Praxisräumlichkeiten. Und die sind allen vorbehalten, Privatversicherten ebenso wie Selbstzahlern oder gesetzlich Versicherten. Die Zulassung besteht für sämtliche Kassen.

Es begann mit einer Anekdote, es endet auch mit einer. Flohr erzählt von einer Begegnung mit LaBrassBanda bei einem ihrer Konzerte in Tambach. In der Autogrammstunde fiel ihm an einem der Musiker eine Unregelmäßigkeit auf. Beobachtungsgabe und Sensorik lassen sich eben nicht nach Feierabend abstellen. Jedenfalls sagte Flohr dem Star auf den Kopf zu, dass sein Finger gewiss immer einschläft. Dann musste er die Konsequenzen ziehen und backstage in den VIP-Bereich. Um zu behandeln.




alexander Flohr
physiotherapie

Bahnhofstr. 14
96215 Lichtenfels
Tel 09571 7583883
www.physioflohr.de



Selbst wenn man mal warten muss, kann man es doch auch schön haben.



Die bei Glas schon lange durchblicken

Glas Lipfert. Das sagt sich so leicht. Aber da steckt mehr dahinter. Die Spur führt ins Spezialistentum und auch zu einer Antwort darauf, wie Industriegeschichte geschrieben wurde. Eigentlich führt die Spur in alle möglichen Richtungen, Zeiten und Moden. Vor allem aber in die Wöhrdstraße 44.

Es ist ein bisschen unscheinbar hier. Man liegt im Schatten des Wasserturms und es besteht eine Sichtachse nach Kösten. Doch man liegt an der Bahnlinie und zu früheren Zeiten wäre das ein Muss gewesen, heute ist es schlichtweg eine Gegebenheit. „Der Verkehrsknotenpunkt hier war für die Glashütten sehr wichtig“, erklärt Frank Lipfert zu Lichtenfels. Die Aussage des Geschäftsführers ist so ein bisschen in größeren Rahmen gestellt, denn wenn er von einem Hier spricht, dann geht das auch in Richtung Frankenwald und Thüringen. „Glashütten existieren dort, wo es Wald und somit Energie für die Schmelzvorgänge gibt.“ Und irgendjemand musste ja die Erzeugnisse der Glashütten abnehmen und an den Mann bringen, Abnehmer finden und die Erzeugnisse vorrätig halten bzw. verteilen. So viel zum Metier und hier der Ortswechsel: Spechtsbrunn in Thüringen und im Jahre 1919. Es ist September und ein gewisser Emil Lipfert findet eine Anstellung bei der Firma Witthauer & Co. Die ist in Seubelsdorf. Seit vier Jahren ist sie hier ansässig und eigentlich stammt sie aus dem Thüringischen. Aus Spechtsbrunn. So ein Zufall. Emil Lipfert ist 21 Jahre alt und gelernter Kaufmann. Hier bei Witthauer & Co. bringt er sich für die Fabrikation und den Versand von Glaswaren, für Großhandel mit keramischen Erzeugnissen ein. Die Rede ist von Hohlglas, Thermometern und Salbenkruken. Salbenkruke - ein interessantes Wort. Es stammt von „Krug“ und bezeichnet ein Vorrats- bzw. Abgabegefäß des Apothekers. Ein Spezialgebiet Lipferts, bis heute.

Und wieder Flaubert. Der sagte mal, dass alles interessant sei, je länger man hinschaut. So ist es auch, wenn Frank Lipfert erzählt. Das tut er gleich hinter dem Eingang, bei welchem rechts Gläser stehen. In Regalen, in allen Formen, Farben, Funktionsweisen. Die gibt es nämlich bei Gläsern, denn die Form bestimmt vielleicht nicht den Inhalt, aber den Ausfluss. Das Fließverhalten also. Es gibt Flascheninhalte



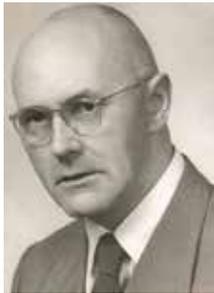
Frank Lipfert, Inhaber von Lipfert & Co. e.K.

bzw. Substanzen, bei denen es für den Verbraucher ärgerlich wäre, flößen sie zu schnell oder zu langsam aus. An dieser Stelle gibt es wieder eine Wechselwirkung zwischen Inhalt und Abdichtung. „Öl ist ein kriechender Stoff, da können Sie nicht jede Abdichtung drauf machen“, so Lipfert. Wer also denkt, bei unterschiedlichen Flaschenformen steht nur Design im Vordergrund, der irrt. Aber es wird noch besser, wenn man sich erst mit den Flaschenfarben beschäftigt. Nehmen wir das Beispiel Pflanzenöl. Es kann teuer sein, wertvoll, hochgradig gesund. Das alles hilft nichts, wenn das Glas drumherum UV-Licht durchlässt. Sonnenlicht setzt nicht selten gesunden Inhaltsstoffen zu, eben darum wird dunkles Glas benutzt. Das ist der Grund dafür, weshalb beispielsweise besonders hochwertige Öle wie Oliven- oder Leinsamenöle immer in verdunkeltem Glas in den Regalen stehen. Vom Hause Lipfert verlangt das ab, dass man hier um die Beschaffenheit der Inhaltsstoffe wissen muss. Nur so kann man Kunden mit dem optimalen Glas beliefern. „Meine Daseinsberechtigung als kleine Firma ist, dass ich das vermittele, was Beratung braucht“, erklärt Frank Lipfert an anderer Stelle. „Apotheken haben da noch ganz andere Auflagen“, versichert er und macht mit der Hand eine abwinkende Bewegung. Abwinkend, nicht abfällig. Begleitet ist die Geste von einem Schmunzeln und das bedeutet, dass hinter ihr eine ganze Welt an Wissen darüber steckt, welche

Arzneien welcher Verschlüsse, Farben, Sicherheitsvorkehrungen, Größen und Formen bedürfen, welche chemischen Vorgänge bei der richtigen Glasauswahl berücksichtigt werden müssen. „Mein Vater hatte individuelles Wissen, er richtete Apotheken ein. Es waren Kaufmänner, die sich solches Wissen aneigneten.“ Im Apothekensektor ist das Unternehmen heute noch tätig. Das kann gar nicht anders sein, denn wenn Beziehungen zwischen Apotheken und Glasverteilern entstehen, dann müssen sie vertrauensvoll wachsen. Im fränkischen Land verlassen sich Apotheken auf Lipferts Spezialistentum.



Emil Lipfert



Wilhelm Lüders

Zurück zur Geschichte, Rückblende also. 1920 bietet Witthauer seine Firma zum Kauf an. Emil Lipfert übernimmt mit 22 Jahren und gemeinsam mit Jugendfreund Wilhelm Lüders.



Am 6. Oktober 1920 gründen sie laut Anmeldeschein die Fränkische Glasgesellschaft Lipfert & Co. Das Aufgabengebiet lag im Großhandel mit Hohlglas und chemisch-pharmazeutischen Bedarfsartikeln nebst Flachglas. Soweit eine Aufzeichnung, aus der auch hervorgeht, dass die Firma zunächst nahe des Sägewerks Welsch zu finden war. Am 9. Januar 1946 fiel sie einem Brand zum Opfer und vier Wochen später dem Gegenteil: Hochwasser.



Neuanfang und Neubau 1948. 1958 verstarb Lüders und Emil Lipfert sollte das Unternehmen alleine führen. Wirtschaftswunderzeit, Aufschwung und Umzug an den heutigen Standort. Unter Emil Lipferts Sohn Wilhelm, der um diese Zeit die Geschäftsführung übernahm, sollten Apothekeneinrichtungen zum Schwerpunkt im Verpackungsbereich werden, auch erweiterte sich das Betätigungsfeld nun hinüber zu Flachglas und Dämmung. Das Unternehmen hieß nun LIGLA und das stand für Lipfert-Glas. „Aber für die Lichtenfelser ist die Firma immer Glas-Lipfert geblieben“, schließt Wilhelm Lipferts Sohn Frank.

Über das Flachglas gewann man Schreiner und Zimmerleute als Kunden. Es gibt eine „hohe Beratungsverantwortung“, gerade zu der Frage, was es im Bereich Glassicherheit zu beachten gilt. Glas kann splintern, Glas wird oft von Klebstoffen gehalten und welcher ist nun der beste für diese oder jene Verwendung, diesen oder jenen Zweck? Beispiel Reitvereine. Die brauchen oft Riesenspiegel und dann muss man die Wechselwirkungen von Klebe- und Haltestoffen zu Glas kennen. „Unsere Stärke sind die Mitarbeiter,

„Unsere Stärke sind die Mitarbeiter, die sich in die Gebiete reinfuchsen.“

die sich in die Gebiete reinfuchsen.“ 15 Mitarbeiter hat das nun schon 100-jährige Unternehmen. Nach Frank Lipfert ist es ein Unternehmen der Zukunft. „Glas haben schon die Römer gehabt, Glas wird es noch in 1000 Jahren geben.“

Vor allem sind die Glashütten wieder im Kurs, wozu das gestiegene Umweltbewusstsein der Verbraucher führte. Aber dann, so gegen Abschied, will die Sprache noch auf Anekdotes kommen. Eine Filmfirma hat bei Lipfert um eine ganz spezielle Requisite angefragt, lautet die eine. Die andere aber haut einen um. Bei der Frage nach der originellsten Flaschenform, bringt ein Mitarbeiter eine uralte Kräuterlikörflasche aus dem Archiv. Sie ist eine Konturflasche, ähnlich einer Humpelrock-Flasche. So eine wird von einem wirklich sehr berühmten amerikanischen Erfrischungsgetränkekonzer verwendet. Einem wirklich sehr berühmten. Die Welt des Glases wirft Fragen auf und ist erstaunlich.



Verpackungsglas und Glasschaum als Dämmung.



Mit Glas von Lipfert: Thoraschrein in der Lichtenfelser Synagoge.



LIPFERT

100 Jahre Qualität aus Lichtenfels

-SEIT 1920-

FLASCHEN | GLÄSER | BROTTZEITBOXEN | FLACHGLAS.
NATURBAUSTOFFE | NATURFARBEN

Lipfert u. Co. e.K.
Wöhrdstraße 44 | D-96215 Lichtenfels
Tel.: (0049) 0 95 71 - 36 16

www.lipfert.de



Die neue Redaktionsbestzung: Philip Herr, Christin Auer und Markus Haggberg.

Die Neuen und der Alte

Werte Leserinnen und Leser,

das Stadtmagazin hat sich verjüngt. Sagen wir ruhig, wie es ist. Mit Philip Herr haben wir jetzt doch tatsächlich einen noch nicht einmal 30-jährigen Redakteur. Aber seien Sie beruhigt, der Mann ist seriös. Lassen Sie sich diesbezüglich auf dieser Seite von den wirklich, wirklich gestellten Bildern nicht ablenken. Und in dem einen Glas befand sich in Wirklichkeit auch nur Eistee. Aber das war doch vielleicht eine ziemliche Schnapsidee. Sehr seriös hingegen ist jedenfalls auch

Neu-Redaktionsassistentin Christin Auer (keine Vorstrafen, aber aus der Coburger Gegend). Das Problem bin nach wie vor ich: Markus Häggberg (Tanzlegasthener, Mittelfranke).

Wie dem auch sei, freuen Sie sich auf weiterhin spannende Beiträge. Denn eines liegt uns doch sehr am Herzen: Lichtenfels und all seine Geschichten und Aha-Momente. Setzen Sie sich diesbezüglich (s. Impressum) ruhig mit dem

Stadtmarketingverein/Stadtmagazin in Verbindung, es hat immer ein Ohr für Sie.

Es grüßen Steffen Hofmann (Citymanager, Redakteur), Philip Herr (Redakteur), Markus Häggberg (Redakteur) und Christin Auer (Redaktionsassistentin/Grafikerin).





GENUSS MAL GANZ BEWUSST

Die Fitness-Küche in Lichtenfels

Seit Februar hat bewusster Genuss ein Bleibe in Lichtenfels. Fitness-Küche heißt das, was die Sport-Praxis Faulstich geschaffen und eröffnet hat. Was nahezu 100 qm und 26 Sitzplätze hat, ist Teil eines interessanten neuen Konzepts.

Das Stadtmagazin sprach mit Gesellschafter und Gesundheitsökonom Stefan Büttner über Jetziges und möglicherweise Künftiges.



Interviewpartner und Geschäftsführer Stefan Büttner.

Muss man Mitglied sein, um hier zu Tisch zu sitzen?

S. Büttner: Nein, muss man nicht, es ist für alle geöffnet. Herzlich willkommen und guten Appetit.

Kann man reservieren?

S. Büttner: Wer reservieren will, kann das über Facebook (www.facebook.com/fitness.kueche.lif) machen.

Darf man beim Kochgeschehen zuschauen oder andersrum: Ist diese Küche auch für Vorführungen gedacht?

S. Büttner: Die Küche ist komplett offen gestaltet, so dass jeder Gast auch sieht, wie was zubereitet wird. Vorführungen sind tatsächlich geplant und wann was stattfindet, geben über unsere Webseite und sozialen Medien bekannt.

Es geht hier vermutlich bewusster bei der Ernährung zu?

S. Büttner: Ja, in vielerlei Hinsicht. Wir wollen uns auf keine Richtung festlegen, wir bieten internationale Entdeckungsmöglichkeiten, aber gerne auch Hausmannskost. Was diese Gerichte aber verbindet, ist, dass wir ein Augenmerk darauf haben, den Genuss mit dem Bewussten zu verbinden. Ein Beispiel: Reis ist bei uns immer Vollkornreis und die Zutaten sind immer frisch. Wer möchte, der bekommt bei uns sogar Vollrohrzucker und für die Verwendung von Vollkornprodukten ist gesorgt. Soweit möglich, werden regionale Erzeugnisse verwendet.

Es geht ja das Gerücht, man könne aus dieser Küche Essen mit nach Hause nehmen. Stimmt das?

S. Büttner: Man soll sogar (lacht). Von 8 Uhr bis 20 Uhr kann man fertig Belegtes, Salate und ganze Mittagsgesichte mitnehmen. Und wer nur schnell einen Vitamin- oder Genusstoß braucht, der parkt mal eben schnell vor der Tür und nimmt sich einen Smoothie oder einen wirklich guten Kaffee mit.

Gibt es ein wechselndes Speisenangebot?

S. Büttner: Wir haben immer Salate in Vielfalt und drei Gerichte inklusive einer Suppe. Und davon ist ein Gericht immer vegetarisch.

Was ist der Turnus hierfür?

S. Büttner: Ein allwöchentlicher Wechsel.

Darf man beim Kochgeschehen zuschauen?

S. Büttner: Ja. Durch die offene Gestaltung der Küche macht das richtig Spaß.

Durch die Küche sind ja auch Arbeitsplätze entstanden. Welche?

S. Büttner: Wir haben einen Koch und zwei Servicekräfte beschäftigt.

Welche Herausforderungen gab es beim Bau der Küche bzw. ihrer Integration in die räumlichen Gegebenheiten?

S. Büttner: Die Aufgabe war, aus einem mehrteiligen alten baulichen Bestand ein konzeptionelles Ganzes zu machen.





Und das wurde alles von heimischen Unternehmen gestemmt?

S. Büttner: Ja, es war uns wichtig vor allem mit hier ansässigen Firmen zusammenzuarbeiten. Vom Architekten bis zum Maler hatten wir heimische Gewerke im Haus.

Was war das schönste Lob, das Sie zu dem neuen Projekt gehört haben?

S. Büttner: Das hat gefehlt in Lichtenfels.

Und wie geht' s weiter? Visionen vorhanden?

S. Büttner: Ja, die Insel. Wir möchten in den nächsten Jahren zu einer Insel der Gesundheit werden, es soll bei uns die eigene Zeit als stressbefreite Auszeit empfinden werden, in der man ganz bei sich ist.

Gibt es schon einen ersten Schritt?

S. Büttner: Ja, denn dazu eröffnen wir

jetzt im April unseren erweiterten Trainingsbereich.

Fitness Küche
Bamberger Str. 42, 96215 Lichtenfels

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. von 8-20 Uhr.,
Sa. von 13-17 Uhr,
So. von 9-12 Uhr.

www.facebook.com/fitness.kueche.lif



Vom Wert der eigenen Wege

Es regnet. In Strömen sogar. Der Himmel ist dunkelgrau, bei strömendem Regen geht das gar nicht anders. Ein junger Mann fährt auf seinem Mofa und versucht Tempo zu machen, weil er sich noch dringend wo vorstellen muss. An dieser Stelle wird klar, dass diese Szene in der Vergangenheit spielt, denn wer fährt heute noch Mofa? Der junge Mann jedenfalls hatte einen guten Grund so und jetzt zu fahren, denn es ging um sein Leben. Oder besser gesagt: um seinen Lebensweg. Es ist 1987 und eigentlich ein bisschen spät, um einen neuen Lehrvertrag zu unterzeichnen, aber nun ja. Doch die Sache ist noch etwas vertrackter, denn gerade dort, wo er jetzt gleich vorstellig wird, hatte er zuvor schon einmal abgesagt. Er klingelt, man öffnet und der junge Mann sagt etwas Verbindliches: „Hier bin ich.“ Michael Zethner erzählt merklich gerne von dieser Geschichte und zollt dem Lichtenfelser Malerbetrieb Dechant großen Respekt. Der nämlich war es, der den damals 15-Jährigen ausbildete und nie spüren ließ, dass dieser zuvor ja abgesagt hatte. Man war nicht beleidigt, man war professionell und freundlich.

Michael Zethner lächelt und erzählt gerne weiter. Den Mann gab's auch mal anders. Kürzer angebunden und so. Ein echter Handwerker eben, der lieber arbeitete als redete. Manchmal, wenn er so plaudert, kann man sich des Eindrucks nicht erwehren, dass er sich selbst auch ein wenig über seinen Werdegang wundert. Nicht etwa, dass er nicht strebsam gewesen wäre. Ganz im Gegenteil. Es ist nur so, dass der Lehrling von einst heute selbst fünf Mitarbeiter beschäftigt und auch ausbildet.

Wer entlang der Krappenrother Straße fährt, dem fällt sicherlich das Firmengebäude auf, welches sich in Nachbarschaft zur entstehenden Großküche befindet. Seit drei Jahren ist man hier auf 1200 qm Fläche, vorher lautete die Firmenadresse auf Badgasse. Wenn der Mann damals nicht im Regen mit seinem Mofa zu jenem Malerbetrieb gefahren wäre, dann wäre es zu all dem nicht gekommen. Im Grunde nahm er Reißaus, denn dort, von wo er kam, herrschte der Maschinenbau. „Es war laut, lärmend und in der Halle war Kunstlicht“, erinnert sich Zethner. Sein Vater, der fürsorglich für ihn dachte, habe ihn dort unterbringen wollen. Das war gut gemeint. Aber: „Ich war einen Tag dort, bin dann nie mehr hin.“ Das soll nicht despektierlich klingen, nur empfand der junge Mann von einst den Maschinenbau eben nicht als seinen Weg. Das Warum dafür, so lässt der Malermeister erkennen, ist in dem Wunsch nach Begegnungen zu suchen, im Willen zur Kreativität und der Lust auf Gestaltung, die sich mitunter auch auf das Gebiet der Innenarchitektur erstreckt. „Wenn ich merke, der Kunde ist offen, dann sprudelt's aus mir raus (...) und die Kreativsachen mache ich gerne selbst“, so der Klosterlangheimer. Dabei fällt ein Stichwort und es sind im Grunde drei Wörter: „Individualisierung des Wohnraums“. Hier ist das Schöpferische gefragt, die

*Wunsch nach Begegnung
Wille zur Kreativität
Lust auf Gestaltung*



Michael Zethner ging mit Fleiß und Ehrgeiz seinen eigenen Weg.



Begegnung mit dem Menschen und den Träumen, die sie für ihr Zuhause haben. Wie davon die Rede ist, steht Zethner vom Schreibtisch auf und begibt sich zu dem, was sein Haus zu Individualisierungen an Können beitragen kann. Es geht um Wandbegrünungen, um Deckenbeleuchtungen unter Moos, um fugenlose Spachtelböden, um Wandverkleidungen mit Echtmetallhaut und, falls gewünscht, Rostoptik. Referenzen? Davon gibt es einige. Da wären beispielsweise Hotels und Arztpraxen, unterschiedliche Orte für unterschiedliche Belange.

Trockenbau, Bodenbeläge und Innenraumgestaltung. Das sind die Bereiche, welche unter Leistungen im Inneren fallen. Wärmedämmverbund-Systeme, Fassadengestaltung und Balkonisierungen zu den Leistungen im Außenbereich zählen. Ein weites Feld. Doch um es so vielfältig beackern zu können, muss man eine Kultur des Lernens haben. Azubis, so bekräftigt Michael Zethner, würden bei ihm gefördert und Fortbildungen würden wahrgenommen. Um weite Felder

vielfältig zu beackern, muss man aber auch selbst viel gelernt haben. Nachdem der Klosterlangheimer „Hier bin ich“ sagte, ging es los: drei Jahre Lehrzeit als Maler und Lackierer, dann der Wechsel in andere Firmen, namentlich John und Vogt. Auch zu ihnen spricht Zethner wertschätzend verbunden. Dann aber steckte sich der Mann ein Ziel und bewältigte es innerhalb nur eines Jahres. Mehr noch: er erhielt einen Meisterpreis als einer der Besten. Lernfreude, das muss es wohl gewesen sein. Begabte haben solche Freude. Dann war erstmal alles richtig und gut. Aber ein paar Jahre später begann er zu spielen. Und zwar mit dem Gedanken an Selbständigkeit. Er selbst war optimistisch, aber seine Eltern rieten ab. Während Zethner erzählt, steigt der Satz noch einmal auf: „Um Gottes Willen, nicht in dieser Zeit.“ Das war 1999, heute reden Eltern noch genauso. „Wenn‘ s nicht klappt, dann hör‘ ich eben wieder auf“, war die Antwort des damals 27-Jährigen. Heute antworten Kinder noch genauso. Aber es sind weniger solcher Kinder geworden, die Lust auf Selbständigkeit hat gelitten.

Kumpels von früher. Wenn Michael Zethner von ihnen erzählt, dann hat das so etwas von sympathischer Jungenhaftigkeit. „Wir sind zusammen groß geworden, haben das gleiche gelernt.“ Relativ schnell gelang es dem Malermeister, seine ersten beiden Gesellen einzustellen. So wurden sein Bruder Manfred und einer seiner besten Freunde, der „Kudde“ genannt wird, seine ersten beiden Mitarbeiter. Es lief gut. Trotzdem, das gibt Zethner gerne zu, überkamen ihn auch bisweilen Zweifel, ob das mit der Selbständigkeit klappen und so bleiben

würde. Wie gesagt, den Mann gab es auch mal anders. Aber er durfte erfahren, dass es immer neue Chancen gibt. Mitunter, auch das kam vor, wurde er zu einem Problemlöser dort, wo andere Kollegen seiner Branche an einer Baustelle nicht weiterkamen. So kam z. B. dieses kirchliche Gebäude in Bamberg auf ihn zu, an welchem er sich beweisen durfte. Der Herr weidet seine Schafe.

„Jeder Tag ist nicht gleich.“ Ein Satz, den der Klosterlangheimer mit einer gewissen Freude ausspricht, denn nicht nur seien die Anfragen und Aufträge vielfältig, auch sonst kommt es zu Bemerkenswertem. „Ein Kunde erinnerte sich noch nach zwölf Jahren an unsere Arbeit, das fand ich erstaunlich.“ Erstaunlich auch, wohin es den Namen Zethner noch so getragen hat. Über die Landkreisgrenzen hinaus. Über die Landesgrenze hinaus auch. Tatsächlich befand sich der weitest entfernte Baustelle am Gardasee. Und ein Abseits des Berufs gibt es freilich auch. Wozu hat man schließlich Kumpels? Aus dem Mofa von einst wurde das Motorrad. Die Kumpels von einst hingegen sind dieselben geblieben. „Ein Anruf und jeder ist da.“ Dann fährt und tourt man gemeinsam, aus Tradition alljährlich und so für drei, vier Tage. Gemeinsames Auftanken für all das Kommende. „Das lassen wir uns nicht nehmen.“

Malerbetrieb Zethner
Krappenrother Str. 10
96215 Lichtenfels
Telefon: 09571 948 610

www.maler-zethner.de



Handwerk in perfekter Ausführung.



VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS IN L

März

13. März | 20.00 Uhr | **Stadtschloss**
Larún - Sparkling Irish Music



Das Sextett beweist Virtuosität auf Fiddle, Flute, Uilleann Pipes, Bodhrán, Piano und Gitarre. Komplementiert wird das Sechsergespann durch einen facettenreichen Gesang, der den Zuhörer in seinen Bann zieht. Karten im Vorverkauf gibt es für 14.- € bei der Tourist-Information Lichtenfels, Marktplatz 10, Tel. 09571/795-101 (Abendkasse 16.- €).

14./15. März | 10.00 bis 18.00 Uhr | **Stadthalle**
Baufachmesse - Wir Bauen! 2020

14./15. März | **Innenstadt**
Street Food Festival
und verkaufsoffener Sonntag



Von 13 bis 18 Uhr öffnen am Sonntag die Geschäfte in der Innenstadt ihre Türen und präsentieren die neue Frühjahrs- und Sommerware. Neben dem großen Automarkt verspricht die diesjährige Veranstaltung auch wieder ein weiteres Highlight: das Street Food Festival am Samstag und Sonntag mit Food-Trucks am Marktplatz.

20. März | 21.00 Uhr | **Stadthalle**
Q 12 - Session

21. März | 20.00 Uhr | **Stadtschloss**
Christian Springer
Alle machen. Keiner tut was.

22. März | 10.00 bis 18.00 Uhr | **Stadthalle**
Dino Adventure Expo

23. März | 19.00 Uhr | **Stadthalle**
Kulturring Lichtenfels e. V.:
Der Schimmelreiter

26. März | 19.30 Uhr | **Ehemalige Synagoge**
CHW-Vortrag: Schwierige Nachbarn –
Wurzeln des historischen (Miss-Verhältnisses
zwischen Lichtenfels und Coburg

April

5. April | 17.00 Uhr | **Ehemalige Synagoge**
Weltklassik am Klavier: Katie Mahan
Ode an die Freude - Aus der 9. Symphonie
und drei herrliche Sonaten!

Brahms, Mozart, Gershwin und Beethoven
Die amerikanische Pianistin gilt als eines der herausragenden Talente. Katies größter musikalischer Einfluss war ihr Studium mit dem französischen Pianisten Pascal Rogé. Eintritt: Erwachsene: 25.- €, Jugend (bis 18): Eintritt frei. Reservierung: Tel. 0211/9365090, info@weltklassik.de, www.weltklassik.de, Tourist-Information Lichtenfels, Tel. 09571/795-101.



6. April | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**
Krammarkt

6. April | 9.00 bis 16.00 Uhr | **Marktplatz 10**
Buchflohmarkt

12. April | 12.00 Uhr | **Stadthalle**
Int. Fränkische Bodybuilding Meisterschaft

17./18. April | **Stadthalle**
Ragnarök Festival

30. April | **Innenstadt**
Lichtenfelser Kneipennacht

„Tanz in den Mai“
Partygänger dürfen sich an diesem Abend wieder auf beste Unterhaltung in den Kneipen der Lichtenfelser Innenstadt freuen - die Lichtenfelser Bars und Kneipen bieten zur Kneipennacht wieder viele Aktionen und beste Partystimmung.

Mai

4. Mai | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**
Krammarkt

4. Mai | 9.00 bis 16.00 Uhr | **Marktplatz 10**
Buchflohmarkt

Alle Termine auch online unter [www.stadtmagazin.de](#)

10. Mai | 17.00 Uhr | **Ehemalige Synagoge**
Weltklassik am Klavier: Laetitia Hahn
Beethovens Pastorale und Islamey -
ein junger Star greift nach den Sternen!

Beethoven, Liszt, Balakirev und Brahms

Das 15 Jahre junge Ausnahmetalent Laetitia Hahn gehört schon heute zu den hoffnungsvollsten Nachwuchspianisten Europas. Klavier spielt Laetitia Hahn seit ihrem 2. Lebensjahr, und sie hat seither eine Vielzahl nationaler und internationaler Konzerte gegeben. Eintritt: Erwachsene: 25.- €, Jugend (bis 18): Eintritt frei. Reservierung: Tel. 0211/9365090, info@weltklassik.de, www.weltklassik.de, Tourist-Information Lichtenfels, Tel. 09571/795-101.



11. Mai | 19.30 Uhr | **Stadthalle**
Kulturring Lichtenfels e. V.: Honig im Kopf

17. Mai | 19.00 Uhr | **Stadtschloss**
Sommerklassik

Die im Jahr 2018 erfolgreich gestartete Konzertreihe mit dem Instrumental-Collegium Lichtenfels wird fortgesetzt. Karten mit nummerierten Plätzen sind demnächst bei der Tourist-Information, Marktplatz 10, Tel. 09571/795-101 erhältlich.

23. Mai | 19.30 Uhr | **Ehemalige Synagoge**
Der fliehende Hollaender

Chansonkunst - unvergessen und hochaktuell, von Friedrich Hollaender. Seine Name ist eher in Vergessenheit geraten. Seine Chansons sind unsterblich. Karten mit nummerierten Plätzen sind demnächst bei der Tourist-Information, Marktplatz 10, Tel. 09571/795-101 erhältlich.

28. Mai | 16.30 Uhr | **Tourist-Information**
Kostenlose Stadtführung

28. Mai | 18.30 Uhr | **Säumarkt**
Summer in the City „Y-NOT“



Y-NOT, das ist Rock'n'Soul-Cover par excellence! Die schärfsten Nummern der 60er und 70er live on stage. Steigen Sie ein und lassen Sie sich mitreißen vom Groove-Train aus Lichtenfels. Genießen Sie musikalische Klänge im herrlichen Ambiente. Der Eintritt ist frei!

30. Mai | 10.00 bis 17.00 Uhr | **Innenstadt**
Kindererlebnistag

LICHTENFELSER
KINDER
ERLEBNIS
TAG

Spielen, Genießen und Einkaufen - der Marktplatz verwandelt sich in einen großen Spielplatz. Die kleinen und großen Besucher erwartet ein abwechslungsreiches Programm und alles bei freiem Eintritt. Auch für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt. Eine Live-Band sorgt für die musikalische Unterhaltung. Die Besucher dürfen sich auch auf einen gemütlichen Einkaufsbummel freuen.

Juni

8. Juni | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**
Krammarkt

8. Juni | 9.00 bis 16.00 Uhr | **Marktplatz 10**
Buchflohmarkt

14. Juni | 17.00 Uhr | **Ehemalige Synagoge**
Weltklassik am Klavier: Nadejda Vlaeva
Eine Reise durch die Welt der Phantasien -
Liebestod und Jagdsonate!

Klengel, Beethoven, Mendelssohn-Bartholdy, Liszt, Bach, Brahms und Skrjabin

Nadejda Vlaeva wurde als eine derjenigen außerordentlichen Pianistinnen bezeichnet, auf die wir alle hoffen, sie aber selten sehen. Sie trat europaweit, in Asien und in Nordamerika als Solistin und mit renommierten Orchestern auf. Eintritt: Erwachsene: 25.- €, Jugend (bis 18): Eintritt frei. Reservierung: Tel. 0211/9365090, info@weltklassik.de, www.weltklassik.de, Tourist-Information Lichtenfels, Tel. 09571/795-101.



18. bis 21. Juni | **Marktplatz**
Lichtenfelser Weinfest

Rund 30 ausgewählte Weine von fränkischen Winzern können beim Lichtenfelser Weinfest auf dem Marktplatz genossen werden. Daneben werden die Gäste mit kulinarischen Köstlichkeiten verwöhnt. Ein buntes Rahmenprogramm mit täglicher Live-Musik sorgt für beste Unterhaltung. www.weinfest-lichtenfels.de

20. Juni | **Marktplatz - Pfad der Flechtkultur**
10. Flechtkultururlaub Obermain



Tamara Kauler arbeitet an der Schnittstelle zwischen Ästhetik und Gesundheit.

Wo Gesundheit auch auf Schönheit fußt

Wer unter Problemen an den Füßen leidet, der erfährt durch eine medizinische Fußpflege beim Podologen echte Hilfe. Tamara Kauler kann also privat oder ärztlich verordnet in Anspruch genommen werden und dabei geht es um Entzündungen, Geschwüre, offene Wunden, Druckstellen, Blasen, Warzen, Hornhaut, Hühneraugen oder eingewachsene Fußnägel. Für das Stadtmagazin gibt Tamara Kauler Tipps für die richtige Fußpflege daheim und wie man dabei Fußverletzungen vermeiden kann. Denn

es gibt viel, was man falsch machen kann. Da wäre schon allein die Frage nach der Kürze. Allzu kurz sollte man seine Nägel nämlich nicht schneiden. Denn die Folgen dessen finden in den Ecken statt. Dort nämlich können Nägel sich einwachsen. Doch wer seine Nägel kürzt, der sollte auch die entsprechende Ausrüstung dazu besitzen. Als vorbildlich benennt die Podologin eine Nagelzange und eine kleine Schere, die unbedingt gebogen zu sein habe. Darüber hinaus eine Feile, die mit einer Spitze versehen

sein sollte, um Säuberungsarbeiten vorzunehmen. Doch abgesehen davon, dass man ja nicht „zu tief“ schneiden sollte, habe man beim eigentlichen Schnitt noch etwas zu beachten. Er sollte nämlich nie der Krümmung des Nagels folgen, sondern eher gerade verlaufen. Doch wer Hornhaut besitzt und dieser begegnen will, dem empfiehlt Tamara Kauler eher einen Bimsstein als einen Hornhauthobel. Den Hintergrund dafür bildet das weithin unbekanntes Faktum, wonach Hornhaut durch das Abhobeln



Cremes, auf deren hohen Fettgehalt man als Verbraucher achten sollte. Doch es geht auch anders, was uns die südlichen Länder vormachen. Olivenöl zum Beispiel befürwortet die Fußpflegerin deutlich. „Öl zieht halt besser ein als Creme – wenn es gutes Öl ist.“ Doch zu allen Cremes und Ölen empfiehlt die junge Frau, dass es „am besten ist, die Produkte erst auf dem Handrücken darauf zu testen, ob es zu Rötungen kommt“. Das Wissen der Lichtenfelserin rund um Fußgesundheit ist enorm. Das macht sie auch gesprächig, dann beispielsweise, wenn sie sich auf eine Kundin bzw. einen Kunden einlässt. Das kann sie auch per Hausbesuch und auch im Altenheim. Ihr Radius beträgt 20 Kilometer, doch zumeist kommen die Kunden zu ihr. Auf alle Fälle freut sie sich auf einen Anruf, denn schöne und gesunde Füße sind kein Zufall. Aber bei all der Pflege gibt es noch etwas von Besonderheit im Angebot der jungen Lichtenfelserin. Sie massiert Füße wohltuend. „Damit Sie rausgehen und sagen: Ich schwebte.“ Eine halbe Stunde Zeit sollte man sich dann schon nehmen.

nicht selten nur umso schneller nachwächst. Spezialwissen einer Fachkundigen.

Das Thema Fußpflege ist auch in Bezug auf den Geldbeutel von Interesse. Für den Fall nämlich, dass eine medizinische Notwendigkeit für Fußpflege vorliegt, könnten die Kosten für eine Behandlung bei einem Podologen von einigen Krankenkassen ganz übernommen werden. Zuzahlungen stehen hingegen bei Menschen im Raum, die häufiger als Gesunde unter Pilzerkrankungen leiden und bei denen Behandlung erforderlich werden. Stichwort Diabetes. Erkundigen dazu bei der eigenen Krankenkasse einzuholen, könnten sich also absolut lohnen. Tamara Kauler kennt aber noch weitere Stichwörter. Zum Beispiel das des Holznagels. Der Name rührt daher, dass die Oberfläche dieses Nagels durch

Verdickung verformt wurde und somit seine Glätte einbüßte. Der Nagel weist nun eine gewisse Holzoptik auf und sehr häufig trägt er in sich gelbliche oder bräunliche Verfärbungen. Bei solchen Phänomenen rät Tamara Kauler schon darum zur professionellen Fußpflege, weil man bei selbständigem Tun schmerzhaft auf Tücken stieße. Denn Fleisch- und Hornschichten gehen ineinander über, durchwachsen sich somit gegenseitig und wer nun selbst Hand an solchen Nägeln anlegt, der vergrößert die auf ihn lauende Verletzungs- und Entzündungsgefahr enorm.

Doch, Tamara Kauler hält Füßen Schönheit grundsätzlich zugute. Aber sie sagt auch, dass ihr Erscheinen kein Zufall, sondern regelmäßiger Pflege geschuldet ist. Um beispielsweise Schrunden beizukommen, eignen sich dafür gedachte

Fußpflegepraxis Friedrich
Inh. Tamara Kauler
Tel: 09571/9737807
Mobil: 0152/34223177





Service
Komfort
Verlässlichkeit
Sicherheit

KAISER REISEN - schöner reisen

Alle drei Monate. Sieh' mal einer an. In diesem Turnus hat sich ein Linienbus des Lichtenfelser Stadtverkehrs dem TÜV zu stellen. Seit 1995 werden die sechs städtischen Linien von der Firma Kaiser bedient. Doch Kaiser Reisen steht noch für mehr. Beachtliches zwischen Geschichte und Gesellschaftlichem, zwischen Sizilien und Nordkap.

Gärtenroth, Ortsteil von Burgkunstadt. Hier steht ein großer Teil des Firmenfuhrparks und weil gerade Ferienzeit ist, hat sich doch einiges in Reih und Glied versammelt. Hüben die Kleinbusse und Linienbusse, drüben die Luxusliner. In ihnen selbstverständlich Klimaanlage und Kühlschrank, mitunter Bordküche und Video-Anlage, auf jeden Fall aber Beinfreiheit und verstellbare Polstersessel, die den Bus mindestens so geräumig wie ein Flugzeug erscheinen lassen. Nun ist ein Flugzeug ein schon sehr sicheres Reisemittel, aber der Bus stellt es noch in den Schatten. „Jeder Fahrer hat so seinen Bus und kennt seine Macken“,

erklärt Geschäftsführer Udo Kaiser eine Gepflogenheit in seinem Unternehmen. Denn wenn jeder Fahrer so seinen Bus hat, dann ist er ja auch mit seinem Bus vertraut, kennt ihn, pflegt ihn und ist sorgsam. Gerade in diesem Moment ist es wieder so, denn Busfahrer nutzen an diesem Freitag ihre Zeit, ihre fahrbaren Arbeitsplätze zu reinigen. In diesem Zusammenhang fällt dem Geschäftsführer einer seiner Busfahrer ein, zu dessen Engagement er lächeln muss. Er sagt: „Der poliert seinen Bus auch in der Freizeit.“

Doch es steht hier auch ein Linienbus, bei dem es nicht beim Putzen bleibt. Er findet sich 50 Meter entfernt in der eigenen Kfz-Werkstatt, und einer von zwei betriebseigenen Kfz-Mechanikern nimmt sich gerade seinen Motor vor. Er durchleuchtet ihn von einer Klappe aus, die sich am Ende des Busses zu Füßen der letzten Sitzreihe befindet. Es ist noch ein versierter Kfz-Helfer vor Ort. Über 40 Fahrzeuge zählt die Flotte, da fällt eben immer Arbeit an.



Es beginnt in Bischofsgrün, vor vielen Jahren und in einer vollkommen anderen Branche. Udo Kaiser erinnert sich an vergangene Zeiten und an seinen Vater Wolfgang. Hier, in dieser Gemeinde des Landkreises Bayreuth also, führt die Familie Kaiser eine Brauerei. Doch als Wolfgang Kaiser 16 Jahre alt ist, verliert er beide Elternteile. „Er war von klein auf selbständig“, erklärt Udo Kaiser zu seinem Vater und es klingt wie eine Skizzierung, wie eine Charakterzeichnung. Schon in diesen jungen Jahren habe sein Vater die Brauerei übernehmen und führen müssen. So etwas prägt. Doch irgendwann verkaufte sein Vater die Brauerei und ging in Festanstellung zum Brauhaus Leikeim. Bald um diese Zeit machte der junge Mann aber außerdem seinen Busführerschein. „Personenbeförderungsschein“, korrigiert sich Udo Kaiser. Eines Tages wechselte Wolfgang Kaiser vollends den Beruf. „Mein Vater fuhr erst bei der Firma Szymanski, dann bei Weber. Eben dort bei Weber sollte Kaiser in den 70er Jahren schon zu einer Art Vertrauensstellung gelangen. „Mein Vater hat die Einteilungen gemacht und wer die Routen fährt“, führt sein Sohn dazu erklärend aus. Was es damals in dieser Branche zu lernen gab, habe sein Vater durch Eigeninitiative aufgesogen und berücksichtigt. Es waren andere Zeiten, damals war Busfahrer noch kein Ausbildungsberuf. Dann aber geschah wieder etwas von weitreichender Bedeutung. Das Reisebusunternehmen



Regelmäßige Wartung ist bei Kaiser selbstverständlich.



Geschäftsführer Udo Kaiser vor einem Bus aus seiner Flotte. Mitunter fährt er noch selbst.



mochte sich auf die Sparte Reisebüro konzentrieren und daher wurde Wolfgang Kaiser die Busgesellschaft angeboten. Der Mann fühlte sich gerüstet und sagte zu. Es war September 1980.

Originelles gibt es auch bei Udo Kaiser zu erzählen. So wie die Sache mit seinem eigenen Busführerschein. 1987 hatte der gerade 21-jährige Bürokaufmann etwas vor sich. „Da habe ich am Donnerstag meinen Führerschein gemacht und bin am Freitag nach Spanien gefahren.“ Um keine Missverständnisse aufkommen zu lassen, fügt Udo Kaiser noch an, dass er sich mit einem Kollegen auf der Tour abgewechselt hatte. Dann fällt eine Bemerkung, die etwas aufhorchen lässt. Man kommt auf die Ausmaße der Busse zu sprechen, darauf, dass Busfahrer Augenmaß haben, erstaunliches Augenmaß mitunter. So ein Mercedes-Benz Citaro beispielsweise, also jener für den europäischen Stadt- und Überlandverkehr entwickelte Bus, ist über zwölf Meter lang. Es gibt ihn mit zwei Achsen, mit drei sogar. Und er kann knapp 28 Tonnen wiegen. So ein Ungetüm muss vorausschauend gefahren, will manövriert werden und schwenkt aus. Der gelernte Busfahrer Udo Kaiser scheint sich so ein bisschen das Staunen darüber bewahrt zu haben, was Augenmaß bedeutet: „Manches muss man im Blut haben. Entweder man hat es, oder man hat es nicht.“ Dann macht der Mann eine Rechnung auf.

Bis zu 60 000 Kilometer Strecke fahren manche seiner Stadtbusse übers Jahr gerechnet auf Lichtenfels' Straßen. Von 6 Uhr bis 18:30 Uhr sind sie auf den Linien unterwegs und das bedeutet 230 Kilometer pro Tag. Eben darum alle drei Monate TÜV plus eine alljährliche Hauptuntersuchung. Seit 25 Jahren ist Kaiser Reisen auf den städtischen Linien im öffentlichen Personennahverkehr samt Schulbuslinien unterwegs. Die Stadt Lichtenfels hat die Linienkonzessionen und vergeben wird sie für die Dauer von acht bis zehn Jahren. Die Zuteilung erfolgt durch die Stadtwerke. Doch Kaiser hat auch eigene Konzessionen für das Befahren von Landkreislinien.



Busfahrer ist bei Kaiser längst kein reiner Männerberuf mehr.

Busfahrer. Ein Maskulinum. Doch wer in Lichtenfels an den Begriff Busfahrer denkt, dem fallen sofort auch Busfahrerinnen ein. Unter den 38 Festangestellten nebst Mini-Jobbern gibt es auch eine ordentliche Zahl Busfahrerinnen. Dieser Beruf sei laut Kaiser „von Frauen angestrebter als früher“. Wer die erste

Busfahrerin unter seinen Angestellten war, weiß der Mann noch ganz genau. „Das ist die Marion, die hat vor 26 Jahren eine Umschulung gemacht.“ Und dass die Marion selbstverständlich selber ein Ersatzrad oder Schneeketten aufziehen kann, das versichert Kaiser auch. Gesellschaftlich habe sich im Buswesen viel verändert. Früher hätte es mehr Quereinsteiger gegeben, junge Männer, die bei der Bundeswehr den Lkw-Schein gemacht haben. Heute ist das ein Ausbildungsberuf. Man muss in diesem Metier überhaupt sehr viel wissen bzw. im Blut haben. Da wäre das Zurechtkommen mit den unterschiedlichsten Charakteren der Fahrgäste. Dies gilt für den Stadtverkehr genauso wie bei den Reiserouten der Reiseveranstalter. Dann fallen wunderbare Namen wie Island, St. Petersburg oder Sizilien. In Verbindung mit diesen Namen stehen aber auch Fragen zu Einreise- und Passbestimmungen, zu Gewichtszulassungen der Fahrzeuge und Sonstiges, das von den Mitarbeitern selbstständig geregelt wird. Alles Dinge, mit denen sich der Reisegast nicht zu belasten braucht. Service, Komfort, Verlässlichkeit, Sicherheit - all das mündet in einem Slogan: Kaiser Reisen - schöner Reisen.

Kaiser-Reisen
Taubengasse 16, Gärtenroth
96224 Burgkunstadt
Telefon: 09229/9526
www.busreisen-kaiser.de

125 Jahre Freiwillige Feuerwehr Schönsreuth



Mit der Feuerwehr ist das ja so eine Sache. Man denkt ja die löscht, steht halt parat und im Regelfall ist ihre Erscheinungsform der Verein. Zumindest im Ländlichen. Damit würde man die Freiwillige Feuerwehr Schönsreuth ganz schön reduzieren, denn sie ist Verein, Geschichte, Ortsprägung, guter Nachbar, sozialer Kitt und ein Füllhorn an Geschichten. Am Beispiel Schönsreuth zeigt sich das ganz besonders.

1993: Waldbrand in Buch am Forst.

2013: Industriebrand im Gewerbegebiet von Schney. Außerdem: Brandeinsatz in Buch a. Forst.

2017: Starkregeneinsatz mit dem Bau von Sandsäcken.

Das waren nur einige der Einsätze, an welchen die Wehr in Schönsreuth mitgewirkt hat, wenngleich es auch die ganz besonders erinnerungswürdigen waren.

Seit 125 Jahren gibt es diese Wehr und etwas macht sie besonders deutlich: die Identifizierung mit dem Ort selbst. Das zeigt sich schon symbolisch daran, dass man stolz jener Urkunde einen Ehrenplatz gegeben hat, die Schönsreuth eine urkundliche Ersterwähnung vor 800 Jahren bescheinigt. Nun ist der 160 Einwohner zählende Ort schon 825 Jahre

alt und 125 Jahre ging man gemeinsam durch die Zeit. Die begann für die hiesige Feuerwehr mindestens am 9. September 1895. Zumindest darf man das vermuten, denn am diesem Tag wurde auf der Sitzung der Gemeindeverwaltung Kösten die Anschaffung einer Löschmaschine für Schönsreuth verlautbart. Die Gründungsmitglieder sind unbekannt, aber dafür weiß man noch den Preis der Löschmaschine, welche aus einer Nürnberger Fabrik stammt: 480 Mark.

Anekdotisches gibt es auch. So muss es 1895 eine Rivalität zwischen Kösten und Schönsreuth gegeben haben, denn als man die Spritzmaschine am Lichtenfelder Bahnhof abholte, umging man Kösten über den Roten Hügel ziemlich weiträumig, damit man dort das Gerät gar nicht erst zu Gesicht bekomme. Über derlei Vorgänge müssen Kommandant Marcel Schorch und der einstige Vorstand Johann Pantel schmunzeln. Sie sitzen mit weiteren anderen Kameraden anlässlich des Fototermins im neuen Feuerwehrhaus und erzählen. Da gab es die Besuche bei Berufsfeuerwehren, da gab es auch das große Fest 1995, als der Ort 800 und die Wehr 100 Jahre alt wurden. Das bedeutete drei Tage Festlichkeit, maßgeblich von der Ortswehr organisiert. 83 Vereine des Landkreises strömten zu und fanden Bewirtung

im großen Zelt. Unvergessliche Tage. Der Heimatabend mit 90 Darstellern, nahezu ausschließlich aus Schönsreuth, stand unter dem Motto einer Reise nach Amerika. Die Indianer fesselten sogar den Bürgermeister Winfred Bogdahn auf der Bühne an einen Marterpfahl.

Zu den Erstaunlichkeiten der Feuerwehr zählt auch die Ausrüstung. Das betrifft das Tragkraftspritzenfahrzeug, zu dessen Erwerb die Wehr selbst eine hohe Eigenleistung erbrachte. Denn damals, als die Mitgliederversammlung von 2002 die Anschaffung beschloss, gab es noch die Regelung, wonach im Stadtgebiet Lichtenfels nur Ortschaften ab 400 Einwohner ein Fahrzeug erhalten. 2006 kam dann das Auto ebenso wie die ersehnte Löschwasserentnahmestelle, die besonders bei Gefahr von Waldbrand notwendig wird.

Einer der Begriffe, auf den man im Zusammenhang mit dieser Wehr immer wieder stößt, lautet Eigenleistung. 6100 Stunden Eigenleistung zwischen Fliesen, Maurerarbeit, Putz, Elektrik, Heizung oder Schreinerarbeit wurden in den Neubau gesteckt. Der war aber für alle da, nicht nur für die Feuerwehr. Es war das Dorf- und Vereinshaus überhaupt, dort war das Fußball-Team (Frösch-Elf), dort war der Gartenbauverein, dort traf sich

der Gesangverein Edelweiß. Und auch wenn es diesen nicht mehr gibt, hängt hier doch noch seine Fahne.

2015 erfuhr das Haus einen Anbau und wieder kam dem Wort Eigenleistung Bedeutung zu. Und genau bei diesem Begriff liegt der Hase im Pfeffer, denn um ehrenamtlich und im Falle eines Falles da zu sein, schaffte sich die Wehr vorher noch ehrenamtlich die Voraussetzungen. Hinzu kommen all die Übungen, Schulungen und Lehrgänge, für die man sich Zeit nimmt. Aktuell sieht es organisatorisch so aus, dass die Feuerwehren von Kösten und Schönsreuth am selben Tag Übungen haben. Festgelegt ist auch, dass sobald Kösten alarmiert wird, „wir von Montag bis Freitag zwischen 6 Uhr und 18 Uhr mit rausfahren“, erklärt Schorch. Für die Wochenenden gilt, dass jede Wehr für sich ausrückt. „Dazu hat jede Wehr genug Potenzial, wir können den Brandschutz selbst gewährleisten“, fügt der Kommandant an. „Jetzt arbeiten wir daran, dass wir Atemschutzträger haben. Atemschutz ist richtig Arbeit - der Träger geht ins Feuer.“

Man hat noch viel vor. Dazu gibt es Ermutigendes, vor allem aus dem Bereich des Wollens. „Die Motivation ist in letzter Zeit gestiegen“, erklärt Schorch hierzu.

**Lichtenfelser
Vereine stellen
sich vor**



„Die Motivation ist in letzter Zeit gestiegen“

Von selber, so der Mann, würden aus Reihen der 68 Mitglieder Helferdienste angeboten. Auf die helfenden Hände kann man bauen, schließlich steht am

**30. und 31. Mai
das Gründungsfest zu
125 Jahren Freiwillige Feuerwehr
Schönsreuth**

an. Zudem stehen das Maibaumaufstellen bevor, das Johannisfeuer, der Martinsumzug, die Pflege der Freundschaften zu den Wehren in Kösten und Buch a. Forst sowie das Dorffest, welches gemeinsam mit dem Gartenbauverein organisiert wird. Und in der Zwischenzeit bleibt man bereit, zu lernen, zu üben und dem Nächsten zur Wehr zu kommen, sobald es brenzlich wird.



Wer professionell helfen will, muss regelmäßig und diszipliniert an Übungen teilnehmen.



KRAFTTRAINING?

Ist das etwas für mich?

Wer an den Begriff „Krafttraining“ denkt, hat meist sofort ein Bild von Bodybuilding und den entsprechenden Vorurteilen im Kopf.

Dabei stellt das Bodybuilding – auch wenn es definitiv den Ursprung unseres „modernen“, fitnessorientierten Krafttrainings darstellt – nur ein kleineres Einsatzgebiet des Krafttrainings dar.

Ist Krafttraining für mich geeignet?

Krafttraining ist als fester Bestandteil eines ganzheitlichen Fitness- & Gesundheitstrainings, auch im Freizeit- und Breitensport, nicht mehr wegzudenken. Die Trainingsmotive der Sportler sind dabei sehr unterschiedlich.

Die positiven Auswirkungen des Krafttrainings sind jedoch noch deutlich breiter gesät, als die des Ausdauertrainings.

Was bringt mir jetzt also ein Krafttraining?

Durch gezieltes, planmäßiges und systematisches Krafttraining erreicht man:

- Figurformung durch Gewebestraffung und Muskelaufbau.
- Erleichterung der Gewichts- bzw. Körperfettabnahme (die Muskulatur ist eine 24-Stunden-Fettverbrennungsmaschine) und Verhinderung des „Jo-Jo-Effekts“.
- Erhöhung der allgemeinen Fitness sowie der Alltagsbelastbarkeit.
- Stressabbau und Erhöhung des Wohlbefindens, des Selbstbewusstseins sowie bessere Körperwahrnehmung.
- Den durch die moderne Arbeitswelt bedingten unphysiologischen Bewegungsmustern (sitzende Tätigkeit + Rundrückenhaltung) entgegenzuwirken.
- Die Leistungsfähigkeit in anderen Sportarten zu verbessern (sportartenspezifisches Krafttraining).
- Die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur zu kräftigen, die Körperhaltung zu optimieren und damit Verschleißerscheinungen der Bandscheiben und Wirbelkörper vorzubeugen.
- Durch muskuläre Stabilisation der großen Gelenke (Knie-, Hüft-, Schultergelenke sowie Wirbelsäule) einer degenerativen Gelenkerkrankungen vorzubeugen.
- Die Knochendichte zu erhöhen bzw. zu erhalten und damit einer Osteoporose vorzubeugen.
- Eine vorbeugende Wirkung gegen fast alle internistischen sowie psychischen Beschwerden, wie z. B. Stoffwechselerkrankungen, Tumorerkrankungen, Burn-Out, Migräne, Depression, Alzheimer usw. zu erzielen.



Hilft mir ein Krafttraining auch, wenn ich bereits gesundheitliche Probleme habe?

Krafttraining wird seit Jahren präventiv und rehabilitierend erfolgreich eingesetzt.

Auch in der Therapie von Adipositas und bei metabolischem Syndrom (Kombination aus verschiedenen, den Stoffwechsel betreffenden Erkrankungen – bestehend aus Übergewicht, Arteriosklerose, Bluthochdruck, Insulinresistenz, Diabetes Typ II, Fettstoffwechselstörung) hat es sich längst bewährt.

Im rehabilitativen Bereich wird gezieltes Krafttraining eingesetzt, um einen raschen Wiederaufbau der körperlichen Leistungsfähigkeit nach Erkrankungen, Verletzungen bzw. operativen Eingriffen zu erlangen oder aber zur Beseitigung bzw. Verringerung chronischer Beschwerden und funktioneller Einbußen.

Bringt mir ein Krafttraining auch im Alter etwas?

Ja natürlich, auch im Seniorenalter macht ein regelmäßiges Krafttraining definitiv Sinn, da es einem altersbedingten Muskelabbau und damit auch einer Kraftabnahme entgegenwirkt. Das bewahrt die Selbstständigkeit im Alter. Darüber hinaus wird durch Krafttraining die Leistungsfähigkeit des Gehirns erhalten bzw. verbessert und auch ver-

schiedenen Erkrankungen des Gehirns, beispielsweise Demenz, vorgebeugt.

Was, wenn ich schon älter bin und so etwas noch nie gemacht habe?

Auch für den, der Senior ist und so etwas noch nie gemacht hat, ist es nie zu spät. Die genannten Trainingseffekte lassen sich erzielen.

Denn: „Dein Muskel kennt kein Alter!“

Durch richtige Trainingsplanung und -einweisung, durch professionell ausgebildete Fitness- und Gesundheitstrainer, sowie durch Physiotherapeuten und einem individuellen, maßgeschneiderten Trainingsplan, können Trainierende in jedem Alter und mit jedwelchen Voraussetzungen je nach Zielsetzung die oben genannten Trainingseffekte erreichen.

Und seien Sie zum Schluss einmal ganz ehrlich:

Wer freut sich nicht über eine Körperformung als Begleiterscheinung eines regelmäßig durchgeführten Krafttrainings, auch wenn dies nicht der ursprünglichen, primären Zielsetzung entspricht? Letztendlich möchte doch fast jeder ein wenig „Bodybuilding“ betreiben, wenn auch auf einer anderen Ebene.

Die Grundlage dazu bleibt jedoch immer gleich.



Geschäftsführer Matthias Hornung.



Fitnessberater Michael Gerner.



Pabstenweg 10
96215 Lichtenfels
09571/739112
www.sportstudio-highlight.de

VERANSTALTUNGEN

der Stadtbücherei Lichtenfels

stadtbücherei
LICHTENFELS

Lesestart für alle Drei- und Vierjährigen mit Begleitung

Samstag, 21. März | 10.30 Uhr:
„Nico rettet die Ostereier“

Samstag, 18. April | 10.30 Uhr
„Du gehörst zu uns“

Samstag, 9. Mai | 10.30 Uhr
„Ein Kuss für jeden“



Vorlesen / Basteln für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Mittwoch, 18. März | 15 bis 16 Uhr
„Das Geheimnis des kleinen Osterhasen“

Mittwoch, 15. April | 15 bis 16 Uhr
„Boje hebt ab“

Mittwoch, 6. Mai | 15 bis 16 Uhr
„Ein Funkelester für Mama“



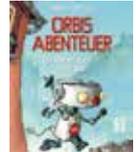
Eintritt frei | Anmeldung erforderlich!
Telefon 09571/795-133

Kindererlebnistag

Samstag, 30. Mai

Programm vor der Stadtbücherei Lichtenfels:

11 Uhr und 13 Uhr:
Vorlesen aus
„Orbis Abenteuer.
Ein kleiner Roboter büxt aus“
von Thomas Christos



Makerspace-Schnuppertag

14 Uhr:
Bienenroboter Bee-Bot
für Kinder ab 3 Jahre

15 Uhr:
Lernroboter Dash
für Kinder ab 6 Jahre

16 Uhr:
Mini-Roboter Ozobot
für Kinder ab 6 Jahre



FLECHTKULTUR ERLEBEN

stadt
LICHTENFELS

Flechtkurse im Stadtschloss | März/April 2020

Kleines Körbchen

Sa., 14. März | 10-18 Uhr



Gartenstecker

Fr., 3. April | 18-21 Uhr



Weidensegel

Do., 23. April | 18.30-20.30 Uhr



Weidenkugeln

Sa., 25. April | 11-14 Uhr



Gartenfackel

Do., 26. März | 18-20 Uhr



Hängelichter

Sa., 4. April | 10-12 Uhr



Körbchen „Zeitung“

Fr., 24. April | 17-21 Uhr



Weitere Infos und
Anmeldung bei der
Tourist-Information
Lichtenfels,
Marktplatz 10,
Tel. 09571/795-101
und unter
www.flechtworkshops.de



CITYCENTER
LIFE

Einkaufen auf die verspielt-angenehme Art

Lichtenfels steht etwas bevor! Sogar über mehrere Monate hinweg. Und das CITYCENTER LIFE sorgt dafür. Einkaufen auf die verspielt-angenehme Art.

Die Beteiligung daran ist überwältigend, denn nahezu alle Geschäfte des CITYCENTERS machen mit. Schon im April geht es los. Zu Ostern (12. April) warten mit einer großen Gewinnspielaktion reizvolle Preise und viele Gutscheine auf Lichtenfels. Wer gut einen Monat später

am Muttertag (10. Mai) kein Geschenk parat haben sollte, der hat auch keine Ausrede parat. Denn Muttertag ist Verkaufsoffener Sonntag. Für die Zeit nach diesen Ereignissen ist auch schon etwas angedacht: ein großer Kinderflohmarkt im Juli oder August. Der Termin dazu wird rechtzeitig bekannt gegeben.

**CITYCENTER LIFE -
weil Einkauf mehr sein kann.**



LIFOCOLOR
MASTERBATCHES & COMPOUNDS

Gestalte mit uns die bunte Welt der Kunststoffe ...
... und starte zum **1. September 2020 oder 2021**

Deine Ausbildung als

- **VERFAHRENSMECHANIKER (m/w/d) für Kunststoff- und Kautschuktechnik in der Produktion**
Standorte: Lichtenfels (BY) oder Straufhain (TH)
- **VERFAHRENSMECHANIKER (m/w/d) für Kunststoff- und Kautschuktechnik im Technikum**
Standort: Lichtenfels (BY)

Eine vollständige Stellenausschreibung mit Informationen zur Tätigkeit und zum Anforderungsprofil findest Du auf www.lifocolor.de/karriere oder einfach den QR-Code einscannen.



Die Lifocolor Gruppe ist ein etablierter und innovativer Hersteller von kundenspezifischen Farbmasterbatches, Additivpräparationen und Compounds für die Kunststoffindustrie.

Als wachsendes Unternehmen tragen wir seit über 30 Jahren dazu bei, die Welt der Kunststoffe farbiger zu gestalten. Mit rund 255 Mitarbeitern in vier Ländern setzen wir die Wunschfarben und Ideen unserer Kunden um.

Lifocolor Farben GmbH & Co. KG

Reundorfer Straße 18
96215 Lichtenfels
Tel: 09571 789-0
zentrale@lifocolor.de

www.lifocolor.de



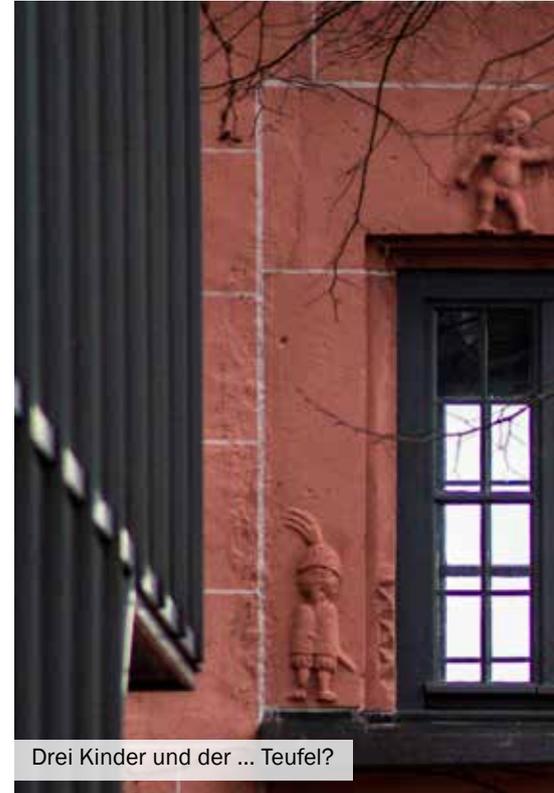
Sagen & Geschichten aus Lichtenfels

„Ringel, Ringel, Reihe, sind der Kinder dreie, sitzen unterm Hollerbusch, machen alle husch, husch, husch.“

Stadtschloss – das sagt sich so einfach. Aber dem Bau, der so freundlich wirkt, sagt man etwas Düsteres nach. Es geht um eine Geschichte aus der Zeit, als es noch Grafen gab und solche im Stadtschloss wohnten. Auch Grafen hatten Kinder und waren Eltern. Aber auch sie verloren manchmal die Geduld. So wird berichtet, dass der Gräfin ein schlimmer Satz entfuhr, einer von der Sorte, den man so leichtfertig vor sich hin sagt. Die Gräfin hatte nämlich drei Kinder, allesamt Buben. Echte Racker. So heißt es jedenfalls. Die Gräfin hing sehr an ihren Kindern, denn schon lange Jahre hatte sie auf Nachwuchs gehofft, doch der wollte und wollte sich nicht einstellen. Als es dann nach all den Jahren des Sehnsens soweit war, sollten es sogar Drillinge werden. Gesunde Drillinge, heitere Drillinge. Sie spielten sehr gerne im Schlosshof, tollten herum und neckten einander. Wie alle Kinder

hatten sie Träume und Pläne, was sie im Leben alles anstellen wollten. Was sie im Schlossgarten besonders anzog, war ein Holunderbusch. Dem Holunder sagt man ja viel Gutes nach. Es heißt, er habe Heilkraft, es heißt, in ihm würden gute Geister leben, gar eine nordische Sagengestalt, so eine Art Aphrodite des Nordens. Und in manchen Gegenden hält man einen Holunderbusch für das Tor zum Jenseits. Dem Holunder sagt man aber auch absolut Dunkles nach. Hexen, so heißt es, würden seine Gestalt annehmen, darum nahm man in früheren Zeiten davon Abstand, aus seinem Holz Möbel zu bauen oder Fußböden herzustellen. Auch soll sich Judas Iskariot nach dem Verrat an Christus an einem Holunderbaum erhängt haben. Und brachte man die Toten zum Friedhof, so trieben die Sargkutscher ihre Pferde mit ihren Peitschen aus Holunder an. An solchem Busch also standen die Drillinge

und sangen ein Lied: „Ringel, Ringel, Reihe, sind der Kinder dreie, sitzen unterm Hollerbusch, machen alle husch, husch, husch.“ Einmal, als der Kinder dreie mal wieder ganz in ihr Spiel vertieft waren, da rief ihre Mutter nach ihnen. Sie rief und rief. Doch die Kinder hörten sie nicht. Und wer weiß, vielleicht wollten sie ihre Mutter auch gar nicht hören. Da wurde die Gräfin und Schlossherrin ungehalten, regelrecht zornig. Und jetzt vergaß sie sich sogar und sagte etwas leichtfertig dahin: „Ach, hol' euch doch der Teufel!“ Als sie das ausgesprochen hatte, trat eine eigenwillige Stille im Schloss und im Schlosshof ein. Sie lag drückend über dem Ort und bald eine Ahnung schaffend. Denn nun suchte man die Kinder im Schloss und im Garten, aber man fand sie nicht. Nicht nach Stunden, nicht nach Tagen und in niemandes Leben mehr. Die Buben blieben verschwunden. Mit der Zeit ging das Drückende von



Drei Kinder und der ... Teufel?



dem Ort, doch das, was blieb, war die Abbildung einer Maske und die Gestalt eines Junkers in einem Schlosserker. In Verkleidung, so sagt man sich seitdem, habe der Junker die Kinder geholt. Doch der Junker sei niemand anderes gewesen als ... der Teufel.



**AB 30.03.2020
MEHR ERLEBEN!**

MEHR ALS EIN UMBAU MEHR HERZ | MEHR GESUNDHEIT

REGENERATION

- five Faszien- & Gelenkzentrum
- Überwassermassage
- audiovisuelle Entspannung

TRAINING

- neuestes milon Q Training
- milon Herz-Kreislauf Zirkel
- mehr funktionelles Training

MEHR

MOTIVATION

- medizinische Körperanalyse
- Trainingsbetreuung
- Expertenvorträge

ERNÄHRUNG

- individueller figurplan
- neue fitness-küche



sparkasse-co-lif.de/autokredit

Sparkassen-Autokredit

Top-Kondition - vergleichen Sie selbst!

effektiver Jahreszins / freibleibend / bonitätsabhängig /
ab 5.000 Euro bis 60.000 Euro Nettodarlehensbetrag

2,79 %*

*repräsentatives Beispiel: 2,79 % effektiver Jahreszins bei 16.200 Euro Nettodarlehensbetrag mit gebundenem Sollzinssatz fest für die gesamte Laufzeit von 2,75 % p. a., Laufzeit: 58 Monate

Sparkasse Coburg - Lichtenfels · Markt 2 - 3 · 96450 Coburg | Kronacher Str. 9 · 96215 Lichtenfels

Verkaufsoffener Sonntag in Lichtenfels

15.03.2020

13.00 - 18.00 Uhr

mit Automarkt

11.00 - 18.00 Uhr

Wir freuen uns auf Sie!
Gemeinsam für Lichtenfels

der-treffpunkt-lichtenfels.de



14.-15.03.2020

Marktplatz



Lichtenfels:
IHR TREFFPUNKT.

Street FOOD Festival

LICHTENFELS

14.-15. MÄRZ 2020 | MARKTPLATZ

Die besten Food Trucks auf einem Festival!

