

Stadt **MAGAZIN** LICHTENFELS



Ausgabe 46

PINKUS
die Kultkneipe am
Säumarkt

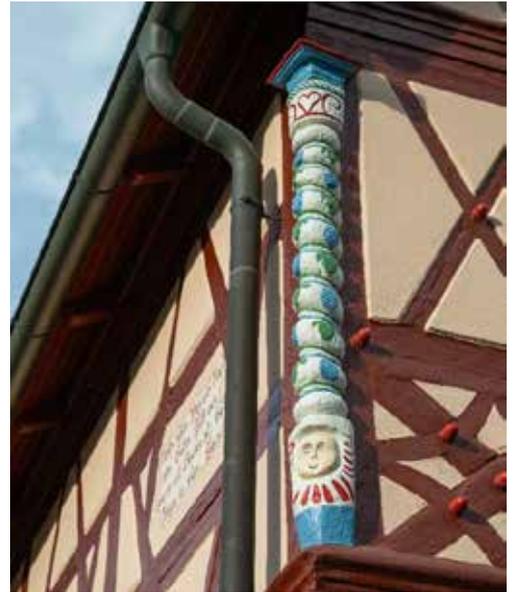
GESUNDHEITSTIPP
Mehr als nur
Bewegung

UNSERE BEWEGER
Stefan Geiger



**STADT.
MARKETING.
LICHTENFELS.**
DEIN TREFFPUNKT

ENGEL & VÖLKERS

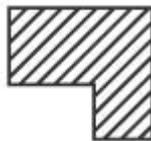


Authentisches Fachwerkhaus von 1702: Einzigartige Immobilie in Bad Staffelstein

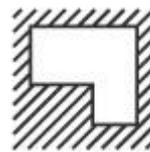
Dieses historische Fachwerkhaus ist ein bemerkenswertes Beispiel für traditionelle Architektur. Errichtet zwischen 1699 und 1702, stellt es ein herausragendes Einzeldenkmal dar.



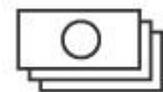
Einfamilienhaus mit
Einliegerwohnung



Wohnfläche
ca. 232 m²



Grundstücksfläche
ca. 206 m²



Kaufpreis
389.000 €

Vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin, um die beeindruckende Kombination aus traditionellem Charme und modernem Komfort persönlich zu erleben und sich von den vielfältigen Vorzügen dieses außergewöhnlichen Anwesens zu überzeugen.



Zur Immobilienanzeige



COBURG

+49 (0)9561 7952400 | Coburg@engelvoelkers.com
engelvoelkers.com/coburg | EV Oberfranken Immobilien oHG
Lizenzpartner der Engel & Völkers Residential GmbH | Immobilienmakler

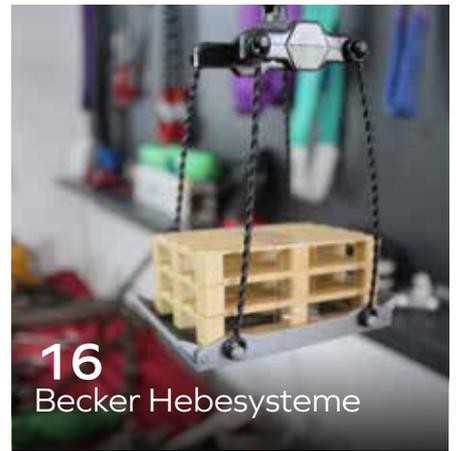


Liebe Lichtenfelserinnen,
liebe Lichtenfelser,

Lichtenfels ist die „Deutsche Korbstadt“, ist Anspruch und Aufgabe. In früheren Zeiten waren Stadt und Landkreis voller Korbmacher und Flechter, voller Handwerksbetriebe, Korbfirmen und Korbhändler. In der Gegenwart ist ein Auskommen mit dem Flechthandwerk ein mühsames Unterfangen. Die besten Erfolge erzielen wir durch Spezialisierung, sei es bzgl. des Materials, der Technik oder durch Kunst. Die Grundlage dazu schafft seit 120 Jahren die Staatliche Berufsfachschule für Flechtwerkgestaltung, die einst Korbfachschule hieß. Achten und schätzen wir dieses wichtige Instrument.

Es ist schön, nun nach und nach immer mehr Geflechte in der Stadt zu sehen und es ist auch wunderbar, umstrittene Objekte in unserer Mitte zu haben. Der Korbmarkt wird wieder eine fantastische Fülle an Eindrücken, Geselligkeit und Entertainment bringen. Und zudem auch die Möglichkeit, Freunde und Flechter zu treffen, das Flechten zu lernen und besondere Geflechte zu erstehen. Tauchen Sie also ein in die Flechter-Welt und eignen Sie sich ein Stück davon an, damit diese Kultur in der Deutschen Korbstadt sichtbar wird ... Nach dem Korbmarkt ist vor dem Korbmarkt.

Schöne Grüße aus dem flechtLaden in der Ringgasse von Flechtkünstlerin Theresia Asam



Impressum Stadtmagazin Lichtenfels

Herausgeber: Stadtmarketing Treffpunkt Lichtenfels e. V.
 Verantwortlich i.S.d.P.: Steffen Hofmann
 Redaktion: Markus Häggberg, Philip Herr, Marion Nikol
 Layout und Gestaltung: Agentur creativmarketing, Lichtenfels
 Druck: druckprofi. Babic e.K., Lichtenfels
 Ausgabe: Nr. 46, September 2024

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 Treffpunkt Lichtenfels e. V., Ringgasse 4, 96215 Lichtenfels
 Tel. 09571/795-880 info@stadtmarketing-lichtenfels.de



**STADT.
MARKETING.
LICHTENFELS.**



Bundesministerium
für Wohnen, Stadtentwicklung
und Bauwesen



STÄDTBAU-
FÖRDERUNG
von Bund, Ländern und
Gemeinden



Bayerisches Staatsministerium für
Wohnen, Bau und Verkehr



Das Stadtmagazin Lichtenfels wird im Städtebauförderungsprogramm „Lebendige Zentren“ mit Mitteln des Bundes und des Freistaats Bayern gefördert.

Ausgabe 46 | September 2024

06/07	UNTERNEHMENSVORSTELLUNG: Optik Keintzel
08/09	NEWS & EMPFEHLUNGEN unserer Stadtmarketing-Mitglieder
10/11	UNTERNEHMENSVORSTELLUNG: PINKUS
12/13	GESUNDHEITSTIPP: lila Yoga
14/15	VERANSTALTUNGEN in Lichtenfels
16/17	RUND UM DIE KREISSTADT Becker Hebesysteme GmbH
18/19	UNTERNEHMENSVORSTELLUNG: Hips & Heels
22/23	UNSERE BEWEGER: Stefan Geiger
24/25	INTERVIEW: Korbstadtkönigin Alexandra I.
26/27	UNSER ERBE DER ZISTERZIENSER: Zisterziensische Perspektiven

WO KUNDENSERVICE DEN FEINSTEN SCHLIFF HAT

Die Adresse Marktplatz 29 ist natürlich frei zugänglich. Und trotzdem ist hier gewissermaßen ein Grenzgebiet. Corinna Zorn lacht, als sie dieses etwas drastische Bild wählt. Tatsächlich, so sagt sie, taucht nämlich zu Gebieten ihres Berufs bzw. Metiers dann und wann eine Streitfrage auf: Ist das noch Handwerk oder schon Medizin? Bei Optik-Keintzel sieht man diese Branchenfrage in fünf Wörtern weniger drastisch und mehr pragmatisch: „Gutes Sehen ist unsere Verantwortung.“



Hell, freundlich, lichtdurchflutet. So viel ist auf den ersten Blick nach Betreten des auf halbem Wege zwischen Stadtpfarrkirche und Floriansbrunnen gelegenen Ladens zu sehen. Tische mit Spiegeln stehen hier, eine Kaffeemaschine gibt es auch und wenn sich erst einmal die Tür hinter einem schließt, bleibt die Welt mit ihrer lärmenden Hektik draußen. Und nun hat man Zeit, sich hier umzusehen. Hier, das war mal Optik-Stark und ist nun seit 2019 Optik Keintzel. Über 1000 Brillenmodelle finden sich an diesem Ort, der bis zu einer Treppe hinter dem Tresen führt. Dort angelangt, steht man nicht an einem Ende, sondern an einer Gabelung. Stiege man die Treppe hoch, träfe man auf weitere Mitarbeiter und auf Geräte, die Brillengläsern den feinsten Schliff verleihen. Wendete man sich aber nach links, landete man in der Optometrie. Hier lässt sich in Ruhe Platz nehmen, denn was griechisch klingt, muss einem nicht spanisch vorkommen. Das Wort steht für die Wissenschaft der Vermessung nicht krankhafter Sehfehler nebst Korrektur visueller Probleme. An diesem Punkt hakt Zorn ein und wird ausführlicher. „Fehlsichtigkeit kann ganz natürlich sein“, erklärt sie und noch bevor einem der Satz widersinnig erscheinen will, liefert die Frau, die zugibt, privat an die „100 Brillen daheim“ zu haben, die Erklärung nach: „Bei Kindern beispielsweise wachsen ja auch die Augen noch.“ Wie die Frau mit dem Brillen-Tic das so darlegt, stellt man zu sich selbst fest, dass man über derlei Zusammenhänge praktisch nie nachdenkt. Wieder lächelt Zorn und schließt mit einem Satz das Thema ab: „Sobald wir etwas Krankhaftes am Auge vermuten, schicken wir die Leute zum Augenarzt.“



Christian Kühn ist auch hier. Der Geschäftsinhaber kennt die Keintzel-Firmengeschichte, lädt zum Sehtest, ist selbst Brillenträger und lässt sich nicht täuschen. Wer bei ihm einen Sehtest macht und auch nur leise zu schummeln versucht, bekommt einen fragenden Blick. Verbunden mit einem Lächeln. Kühn ist Augenoptikermeister, eigentlich Eisfelder aber seit vielen Jahren Franke. Geboren wurde er in eine Augenoptiker-Familie hinein und das Wissen, das er zu mineralischen Gläsern, ihren Kunststoff-Hochleistungsnachfolgern, den Gesetzen der Optik, zu Dioptrin und Lumen, zu Hornhautradius-Messungen, dem Aufbau des Auges und den visuellen Möglichkeiten auf der Höhe der Zeit in sich trägt, speist sich aus zwei Quellen. Die erste erlebte Faszination für Augenoptik rührt aus seiner Kindheit: „Mit fünf Jahren habe ich im elterlichen Laden gespielt und empfand die Atmosphäre dort besonders.“ Doch auch wenn er in eine Art Tradition gestellt war, so war das Interesse an diesem Beruf doch auch sein eigenes, mehr noch: sein ureigenstes.



Corinna Zorn in ihrem Element: Kundenservice.



Hat ein Auge auf das Auge: Christian Kühn.

Womit man bei einer Schlüsselqualifikation für jeden Beruf, jede Berufung wäre: Begeisterung.

„Was uns abhebt? Wir arbeiten mit einer Schweizer Manufaktur zusammen“, lässt Kühn wissen. Das klingt jetzt so, als ob man bei Optik-Keintzel unbedingt im preislichen Hochsegment angesiedelt wäre, doch der Mann winkt ab. Nach ihm gleicht es „einem modernen Mythos, dass z. B. Gleitsichtbrillen immer teuer sind. Sie sind schon ab 195,- Euro möglich – pro Glaspaar. Bei Preisen ist immer von zwei Gläsern die Rede – bei uns jedenfalls“. Dann greift Kühn zu einem weiteren Beispiel: „Es kann auch ein Jugendlicher, der seine Ausbildung beginnt, hier rein und günstig gute Brillen bekommen.“

Wovon auch die Rede sein darf: renommierte Designer und preiswerte, geschmackvolle Alternativen. „Wir sind kein Dorfladen, wir wollen den Kunden was bieten“, lautet Kühns Fazit. Dann entführt er in die Welt des Sports und in die Erkenntnis, wie wichtig dort – gerade bei Mannschaftssportarten – gute Brillen sind. Dabei bemerkt Kühn auch, dass sich auf dem Sektor Sportbrille etwas getan hat und viele Brillenträger zu oft gesagt bekamen, gutes Design sei mit einer gewissen Brillenstärke nicht vereinbar. Wie er so spricht, fällt ihm noch der Radfahrer ein, dessen Augen man vor Wind bewahren möchte. Solche eigens dafür existierenden Brillen-Sonderanfertigungen finden sich nicht bei jedem Optiker. Aber in Lichtenfels bei Optik-Keintzel schon.

An dieser Stelle kommt Zorn ein Erlebnis in den Sinn, das wie eine Zusammenfassung von Kundenvertrauen und Geschäftskompetenz klingt. „In einem Kundengespräch sind wir auf Sportlichkeit gekommen und darauf, was die Brille alles mitmachen muss. Da hat dann eine 63-jährige Kundin bei uns mitten im Gespräch und mitten im Gang einen Purzelbaum geschlagen“, so Zorn, der während des Erinnerns die Freude über das Erlebte ins Gesicht geschrieben steht. Der Service am Kunden steht und fällt mit der Faszination, die man für das behält, was das Auge alles kann und macht, bekräftigt auch Kühn und im nächsten Augenblick zeigt sich an dem Mann, dass die Faszination in ihm wirklich lebendig geblieben ist. Er führt das auch durch Spezialwissen aus, dann, wenn er sagt, dass bei einem Spaziergang 720 Lidschläge in der Stunde erfolgen, dann, wenn er festhält, dass 90 % aller Sinneseindrücke über die Augen zu uns kommen oder dann, wenn er die in seinen Läden in Suhl, Eisfeld, Schleusingen und eben Lichtenfels befindlichen Messgeräte dafür lobt, dass sich durch sie zu über 90 % und vor einer Messbrillen-Feinabstimmung die Sehstärke ziemlich konkret bestimmen lässt.

Jährliche Messebesuche, regelmäßige Fortbildungen, spezielle Schulungen, motivierte Mitarbeiter sowie der Wille, regelmäßig als Ausbildungsbetrieb Verantwortung zu zeigen – all das findet sich mit Optik-Keintzel an einer Lichtenfelser Adresse. Und auch wenn der Laden sehr viel Sehenswertes zu bieten hat, „darf bei uns gegähnt werden“, heißt es hier. Warum? „Weil Gähnen das Auge befeuchtet.“ Angesichts auch des freundlichen Humors und der hiesigen Leistungen, beginnt man gedanklich mit einem Slogan zu spielen. Er könnte heißen: Wo mal Stark war, ist es stark geblieben.



optik keintzel.

Marktplatz 29, 96215 Lichtenfels www.keintzel.de
09571/24 34

Text und Fotos: Markus Häggberg

NEWS & EMPFEHLUNGEN

unserer Stadtmarketing-Mitglieder

Eine Schatzkiste für Literatur- und Kunstliebhaber

BEI BUCH & KUNST DUMPROFF LÄSST SICH IMMER DAS PASSENDE BUCH ODER GESCHENK FINDEN

Lesen erweitert den Horizont und macht es möglich, in fremde Welten einzutauchen. Wer für den Herbst auf der Suche nach einem guten Buch ist, wird bei Buch & Kunst Dumproff fündig. Ob Roman, Sach- oder Fachbuch, ob als Geschenk oder für den eigenen Lesespaß – hier lassen sich allerhand literarische Schätze entdecken oder bei Bedarf einfach bestellen, sowohl telefonisch als auch online. In der Regel ist das gewünschte Werk schon am nächsten Werktag abholbereit.

Zu den aktuellen Empfehlungen zählt unter anderem „Windstärke 17“ von Caroline Wahl. Der intensive Roman handelt von einer jungen Frau, die vor ihrem Leben flieht und auf der Insel Rügen versucht, sich neu zu orientieren und den Tod ihrer Mutter zu verarbeiten. Für Männer wiederum steht der neueste Krimi von Martin Walker und damit der 16. Fall für Dorfpolizist Bruno in der französischen Provinz bereit. Und



wer gerne einen Mut machenden Blick auf das Altern werfen möchte, sollte sich dem gleichnamigen Werk von Elke Heidenreich widmen.

Doch nicht nur Literatur einschließlich Kinder- und Jugendbüchern machen das Sortiment von Buch & Kunst Dumproff so besonders. Auch liebevoll ausgewählte Geschenke sowie Künstlerbedarf, Bilder und Einrahmungen runden das Angebot ab und laden zum Stöbern ein.

A. DUMPROFF BUCH & KUNST, COBURGER STR. 7, 96215 LICHTENFELS, WWW.DUMPROFF-BUCH-KUNST.DE

Auf Schritt und Tritt komfortabel

IM SCHUHHAUS HOFMANN GIBT ES UMFASSENDE BERATUNG FÜR LANGLEBIGES SCHUHWERK

Unsere Füße tragen uns Tag für Tag durchs Leben – sie verdienen deshalb die bestmögliche Unterstützung. Im Schuhhaus Hofmann steht genau das im Mittelpunkt. Die persönliche Beratung beginnt hier bei der Auswahl des perfekten Schuhs und geht weit darüber hinaus. Denn nur ein Schuh, der richtig passt und gut gepflegt wird, kann seine Träger lange und zuverlässig begleiten.

„Wir setzen bewusst auf die individuelle Beratung und nehmen uns Zeit für unsere Kunden, damit jeder den optimalen Schuh bei uns findet“, erklärt Jutta Glätzer. Darüber hinaus gibt es Tipps für die richtige Pflege, wie die Geschäftsführerin weiter ausführt: „Jeder Schuh ist anders und sollte mit einer entsprechenden Pflege behandelt werden, damit dieser lange schön bleibt. Die Reinigung in der Waschmaschine empfehlen wir übrigens nicht.“

Pünktlich zum Korbmarkt steht im Schuhhaus Hofmann die neue Herbstkollektion bereit, die unter anderem mit ange-



sagten Stiefeletten in Naturtönen überzeugt. Zum sorgfältig ausgewählten Sortiment des Familienbetriebs zählen hochwertige Marken wie Gabor, Ecco, Dolomite und Birkenstock für Erwachsene sowie Richter und Ricosta für Kinder. Auch Schuhe für orthopädische Einlagen sind erhältlich, ebenso wie Einlegesohlen für verschiedenste Zwecke.

SCHUHHAUS HOFMANN, MARKTPLATZ 9, 96215 LICHTENFELS, WWW.SCHUHHAUS-HOFMANN.DE

JETZT MITGLIED WERDEN IM
Stadtmarketing Treffpunkt Lichtenfels e. V.



Infos für Unternehmen unter
www.stadtmarketing-lichtenfels.de/verein

Wo Tradition auf Qualität trifft

DIE ALTSTADTMETZGEREI MOLENDO ÜBERZEUGT MIT HAUSGEMACHTEN PRODUKTEN – AUCH BEIM KORBMARKT 2024

Seit 120 Jahren ist die Altstadtmetzgerei Molendo ein fester Bestandteil der Lichtenfelser Innenstadt. Das Traditionsunternehmen legt besonderen Wert auf die handwerkliche Qualität ihrer Wurst- und Fleischwaren sowie die Herstellung nach alten, bewährten Rezepturen. „Bei uns kommt nur Ausgewähltes und Hausgemachtes in die Theke,“ betont Heike Molendo, die zusammen mit ihrem Mann Lothar den Betrieb führt.

Eine besondere Auszeichnung für die hohe Qualität der Produkte erhielt das Fachgeschäft vom Feinschmecker Magazin: Im vergangenen Jahr wurde die Metzgerei zu den 500 besten Metzgern Deutschlands gewählt. Um die schmackhaften Spezialitäten auch zu Hause in der gewohnten Spitzenqualität genießen zu können, empfiehlt Metzgermeister Lothar Molendo, bei warmen Außentemperaturen eine Kühltasche mitzubringen. „Gerade bei Hackfleisch und unserem beliebten Fleischsalat, der Mayonnaise enthält, ist es wichtig, die Kühlkette nicht zu unterbrechen,“ rät er.



Erfreulicherweise ist die Altstadtmetzgerei auch in diesem Jahr wieder beim Korbmarkt vertreten. Am Samstag, 14. September und Sonntag, 15. September werden die Besucher ab 10 Uhr mit einem Weißwurstfrühschoppen verwöhnt. Zusätzlich gibt es durchgehend leckere Bratwürste vom Grill, Steaks mit Röstzwiebeln und Pizza.

ALTSTADTMETZGEREI MOLENDO, INNERE BAMBERGER STR. 16, 96215 LICHTENFELS, WWW.ALTSTADTMETZGEREI-MOLENDO.DE

UNVERGESSLICHER URLAUB IM KLOSTER

IM ÖKONOMIEHOF KLOSTERLANGHEIM GEHT HISTORISCHES FLAIR MIT ENTSPANNUNG EINHER

Leben, wo andere Urlaub machen? Dies trifft wohl auf alle Bewohner des Landkreises Lichtenfels zu. Malerische Landschaften, interessante kulturelle Ausflugsziele und zahlreiche Freizeitmöglichkeiten machen die Region Obermain zum perfekten Urlaubsziel. Wenn aber nun Verwandte oder Freunde zu Besuch kommen, wollen diese gut untergebracht werden.

Einen einzigartigen Ort für einen unvergesslichen Familienurlaub bietet der Ökonomiehof in Klosterlangheim, der einst als Wirtschaftshof der Zisterzienser-Mönche diente. Hinter den dicken Klostermauern warten acht liebevoll eingerichtete Ferienwohnungen auf Gäste, die eine Kombination aus Erholung und Entdeckung suchen. Insbesondere für Familien mit Kindern ist der Ökonomiehof dank Streichelzoo und Ponyreiten ein wahres Paradies. Aber auch Aktivurlauber oder romantik-suchende Paare kommen gerne ins Kloster.



„Unsere Gäste wissen sowohl den historischen Charme unseres Hofes als auch die unzähligen Freizeitmöglichkeiten in der unmittelbaren Umgebung zu schätzen“, erklärt Gastgeberin Heidi Gieger, die sogleich noch einen Wandertipp parat hat: „Der Nothelferweg startet direkt hier und führt zur Basilika Vierzehnheiligen. Die Wanderung ist stets einen Ausflug wert und lässt sich in gut einer Stunde bewältigen.“

ÖKONOMIEHOF KLOSTERLANGHEIM, ABTEISTR. 18, 96215 LICHTENFELS-KLOSTERLANGHEIM, WWW.OEKONOMIEHOF.DE

Text und Fotos: Marion Nikol

Als Mitglied im Verein Stadtmarketing Treffpunkt Lichtenfels tragen Sie dazu bei, dass sich Lichtenfels durch eine Vielzahl attraktivitätssteigernder Maßnahmen lebendig und attraktiv zeigt. Darüber hinaus profitieren Sie mit Ihrem Unternehmen von Vergünstigungen als Teilnehmer bei unseren Veranstaltungen und Aktionen und sind Teil eines starken Netzwerkes.

Wo Gemütlichkeit ein Wohnzimmer hat

Institution – irgendwie passt dieser Begriff zum „Pinkus“. Die gastlich-gemütliche Kneipe, an deren Türstock „Um 1670“ steht, ist eine Anlaufstation: für Stammgäste, für Radtouristen und sogar für nostalgische Ex-Lichtenfelser. Was es nicht alles gibt.



Noch vor Mittag ist Eva Rübensaal vor Ort. Nahezu täglich und bald darauf auch verstärkt durch Tochter Stefanie Hantzsche. Doch schon Stunden vorher erledigte sie die Einkäufe oder bereitete frische Salate vor, füllte Getränke auf oder befasste sich mit Buchhalterischem. Es gilt Vorbereitungen zu treffen, ein Gasthaus samt Biergarten will schließlich gemanaged werden. Erfahrungen mit der Gastronomie haben die beiden Frauen schon längst gesammelt, Tochter Stefanie 15 Jahre lang gut 250 Meter weiter östlich im „Dümpelschöpfer“ und Mutter Eva acht Jahre lang an diesem Ort, an dieser Stelle. Und während das Pinkus Eva Rübensaal in Vollzeit fordert, stellt es für Tochter Stefanie einen Ausgleich dar. Halbtags arbeitet sie in der Beschwerdeabteilung eines Callcenters. Somit hat sie zwangsläufig und nahezu immer mit der schlechten Laune anderer Leute zu tun, da sieht man zu, dass man sich einen Ausgleich schafft. „Hier hast du Leute, mit denen du Spaß haben kannst, die nett sind“, lautet ihre Bilanz. Und wie sie für sich im sechsten Jahr des Pächtertums diese Bilanz zieht, erscheint auch Ehemann Christian Hantzsche. Er ist nicht jeden Tag hier, denn er leitet auch einen Getränkehandel. Womit man beim Thema wäre: Bier. Ein sehr beliebtes Thema, eines, das in Franken Gemüter erregt und Geister scheidet. Wie Hantzsche

das hiesige und auf ihm fußende Bierkonzept erklärt, führt er einen nicht hinters Licht, sondern hinter die Zapfhähne. Acht von ihnen gibt es hier. „Mit acht Hähnen sind wir die einzigen“, erklärt er eine Zahl, die weit und breit ihresgleichen sucht. Aus zwei Hähnen fließt Weizenbier, aus den übrigen sechs fließen gängige Sorten heimischer Biere. Ab hier aber muss man das Bierkonzept weiter aufschlüsseln, denn während das „Schederndorfer“ und das Bier aus Vierzehnheiligen zum Standard zählen, wechseln die übrigen Biere durch, kommt aus den übrigen Hähnen immer wieder Abwechslung. Plus sechs, sieben weitere heimatliche Flaschenbiere. „Auf diese Weise lernt man auch die Heimat kennen“, erklärt Hantzsche und zwinkert.

Wieder steht man unter dem Türstock mit der Inschrift. „Wir sind kein Biergarten, sondern eine Freischankfläche mit Öffnung bis 22 Uhr, dann ist Schluss“, lässt Stefanie Hantzsche nun wissen. Es passiert in dem Augenblick, in dem man zum Unteren Tor blickt, hinüber zum Säumarkt und zu den Geschäften gegenüber. Wer so blickt, der blickt über Tische, stößt auf vier Linden und, sollte der Blick von dort in die Höhe gehen, auf eine geflochtene Seiltänzerin, die von Westen nach Süden über der unter ihr liegenden Gemütlichkeit balanciert.

Sie, die Gemütlichkeit, ist vor allem auch an Sommerabenden zu sehen und zu spüren. Und insbesondere dann, wenn Live-Musik spielt. Neunmal war das in diesem Jahr bis dato der Fall und Mutter Eva schildert, wie das mit den Kontaktaufnahmen für mögliche Konzerte so abläuft: unkompliziert, unbürokratisch, entgegenkommend. „Die erste Band, die hier spielte, war Caposaster, erinnert sie sich noch gut und entsinnt sich auch auf die Kontaktaufnahme. Es war 2020, als ein Mann ihr davon erzählte, dass das Leben ihn wieder mit alten Freunden zusammengeführt habe und man jetzt gemeinsam auftreten wolle. So wurde der Gig organisiert, beworben und ausgespielt. Es kämen mit derlei Anfragen aber auch „noch ältere Herrschaften, die in den 70ern oder 80ern miteinander gespielt haben“. Was diese dann im Regelfall zu hören bekommen: Sie dürfen es gerne versuchen. Denn eigentlich, so Rübensaal in die Vergangenheit des Pinkus' führend, ist man eine Musikkneipe. „Das war früher schon so und es gibt ein Schild, auf dem das so steht: Musikkneipe.“

Musikkneipe – das halt nach, halt aus der Vergangenheit herüber und wenn man so versonnen unter dem Türstock steht, tauchen alte Bilder auf. Es ist noch nicht allzu lange her, da waren hier andere Zeiten. Es gab den Säumarkt-Brunnen noch nicht, durch das Untere Tor floss Verkehr, es gab hier Parkbuchten und an ihnen Parkuhren. Das war die Zeit, als die massive Tür des Pinkus' zweigeteilt war. „Das war wie eine Kuhstalltür“, erinnert sich auch Rübensaal, der zudem die große Gardine einfällt, die eine Art Raumteiler bedeutete. Denn das Pinkus war tagsüber ein Laden und abends eine Kneipe. Es waren die 80er und wer in Lichtenfels sein Abitur baute, der saß abends hier und konnte mitunter seinen Paukern begegnen. Hier, wo man tagsüber Geschenkartikel erstand, tauchte man abends ins Studentenkneipen-Flair ein. Jetzt, blickt man sich hier um, fällt einem die Wohnzimmeratmosphäre auf. Gut 60 Sitzplätze gibt es und eine Spielecke, an der sich regelmäßig miteinander befreundete „Kartler“ niederlassen. Auch eine kleine Küche ist vorhanden und was hier nicht gebrutzelt werden kann, findet in Eva Rübensaals Küche ein Stockwerk höher statt. Und dann wäre da natürlich der Platz an der Sonne bzw. unweit der Zapfhähne. Hier geht es für Wirte

auch um Einfühlungsvermögen, hier wollen Gäste manchmal mittels Thekengespräch auch etwas erzählen, loswerden, anvertrauen. Gibt es einen Ehrenkodex unter Wirten, wonach man ein Beichtgeheimnis für sich bewahrt? „Ja“, sagt Eva Rübensaal, so ein Berufsethos existiert, denn „du kriegst Sachen erzählt, die man als Bedienung für sich behält“. Manchmal, wenn einem das Herz ausgeschüttet wird, stelle man fest, dass dieser Moment einem selbst auch etwas bedeutet. Eben darum öffnet man hier an jedem Heiligabend auch für die, die etwas einsamer sind. Dafür steckt man bei der eigenen Weihnacht etwas zurück. Wer bei diesen Worten nachdenklich zu Boden blickt, bekommt ein Parkett zu sehen, das von Christian Hantzsche regelmäßig abgeschliffen und eingelassen wird. Aber das ist nicht der Punkt, der Punkt ist, dass vor Jahrzehnten jemandem einfiel, aus Holzresten einen Parkettboden zu schaffen, der gleichermaßen von nachhaltiger Resteverwertung und präziser Maßarbeit in Schönheit spricht.

Am Ende der Raumes steht es: das Kanapee. Aus Leder, gemütlich, elegant, unverwüstlich und in vermuteten fünf Jahrzehnten zum Markenzeichen geworden. „Das wollten uns schon einige abkaufen“, versichert Rübensaal. Mehr noch: „Ein Gast will auch mal eingesperrt werden und eine Nacht auf dem Kanapee verbringen.“ Dieser Mann habe immerhin schon stundenweise auf dem Kanapee übernachtet und mittlerweile gäbe es eine zweite Person, die so tickte. „Wir werden von einigen Stammgästen als das Wohnzimmer am Säumarkt bezeichnet“, fügt nun auch Tochter Stefanie an. Das Pinkus hat viel zu erzählen. Demnächst kehrt ein Volkmar aus dem Breisgau zu Besuch in seine Vaterstadt Lichtenfels heim. Es hat ihn nach dem hier gebauten Abitur vor über 30 Jahren zum Studium und zum Leben nach weit weg verschlagen. Eine der ersten Adressen, die er ausgiebig aufsuchen wird, ist sein Pinkus.

Pinkus
die Kultkneipe am Säumarkt

Innere Bamberger Str. 9
96215 Lichtenfels
09571 1659727
www.pinkus-lif.de

Text und Fotos: Markus Häggberg



Haben Genuss im Blick: Christian Hantzsche, Stefanie Hantzsche und Eva Rübensaal.

Mehr als nur Bewegung

Wer nach ganzheitlichem Wohlbefinden und mehr Balance in seinem Leben sucht, ist bei Yoga genau richtig. Die vielfältigen Übungen stärken nicht nur Körper und Geist, sondern fördern auch die innere Ruhe und Konzentration. Sabina Beuschel, die mit lila Yoga ein brandneues Yoga-Angebot in Lichtenfels und Umgebung initiiert hat, beantwortet die wichtigsten Fragen.

Welche Vorteile hat Yoga und für wen ist es geeignet?

Yoga ist tatsächlich für Menschen jeden Alters und jeder Fitnessstufe geeignet. Die regelmäßige Praxis kann zu verschiedensten positiven Effekten führen und beispielsweise unser Immunsystem stärken, unsere Körperhaltung verbessern und unsere Beweglichkeit erhöhen. Zudem lassen sich Konzentration und Ausdauer fördern sowie Stress und Angstzustände reduzieren. Die entspannende Wirkung von Yoga kann auch einen positiven Einfluss auf den Schlaf ausüben. Hierbei spielt insbesondere der Stressabbau eine große Rolle, denn Stress stellt häufig die Ursache für Einschlafprobleme dar.

Können auch Schwangere Yoga machen?

Natürlich! Für Schwangere ist Yoga auf jeden Fall empfehlenswert, weshalb ich Mama to be Kurse anbiete. Hier können werdende Mütter mit Babybauch fit und beweglich bleiben, eine Verbindung zu ihrem Baby aufbauen und mehr Körperbewusstsein durch Achtsamkeit und eine bewusste Atmung erlangen. Dies unterstützt schließlich auch die bevorstehende Geburt. Auch Rückenschmerzen lassen sich gut durch Yogaübungen lindern und vorbeugen. Nach der Geburt bietet Yoga ebenfalls viele Vorteile. In meinen Mama & Baby Yogakursen können Mütter gemeinsam mit ihrem Baby sanfte Übungen durchführen, die den Beckenboden stärken, den Körper insgesamt kräftigen und die Bindung zum Kind vertiefen. Zudem haben die Teilnehmerinnen bei einem gemeinsamen Mini-Brunch im Anschluss an eine Yoga-Einheit die Möglichkeit zum Austausch unter Gleichgesinnten.

Welche Yoga-Formen gibt es?

Jede Form hat ihre eigenen Schwerpunkte und Vorteile. Beim klassischen Hatha Yoga geht es um eine Kombination aus Körperhaltungen, Atemübungen und Meditation, während beim dynamischeren Vinyasa Yoga fließende Bewegungen mit dem Atem verbunden werden. Meine Hatha Yoga Ausbildung war vor allem geprägt durch Anusara Yoga – eine Weiterentwicklung von HathaYoga mit fließenden Elementen. Hier liegt der Fokus auf der genauen Ausrichtung in den Yogahaltungen, um die optimale Balance zwischen Stabilität und Leichtigkeit zu erreichen. Außerdem lädt Anusara Yoga ein, eine positive und bejahende Grundeinstellung zum Leben zu verinnerlichen



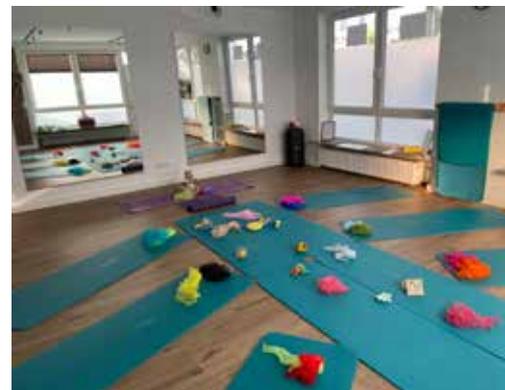
und ermutigt uns dazu, unser volles Potenzial zu entfalten. Eine weitere Yoga-Form, die immer beliebter wird, ist Yin Yoga, welches besonders empfehlenswert für Menschen ist, die sich nach tiefer Entspannung sehnen. Hier werden durch das längere Halten der Positionen das Nervensystem beruhigt und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Yin Yoga kann auch bei Beschwerden wie Rückenschmerzen oder Verspannungen Linderung verschaffen.

Muss Yoga immer im Studio praktiziert werden?

Keinesfalls! Wer die Natur liebt, kann sein Yoga-Training auch unter freiem Himmel genießen. Ich biete in Kooperation mit dem Albatros Kanuverleih eine einzigartige Kombination aus Yoga und Kanufahren an: Im Rahmen einer abwechslungsreichen Kanutour auf dem Main finden in den Pausen sowie zum Abschluss erfrischende und entspannende Yoga-Sessions direkt am Ufer statt, um in einer harmonischen Umgebung die Verbindung zwischen Körper, Geist und Natur zu vertiefen. Diese Kombination aus Bewegung auf dem Wasser und entspannender Yoga-Praxis ist ideal, um den Alltag hinter sich zu lassen und neue Energie zu tanken. Alternativ lässt sich Yoga natürlich auch in den eigenen vier Wänden praktizieren und einfach über Zoom online durchführen. Auch das habe ich bei lila Yoga im Programm.

Welche Rolle spielt die Atmung beim Yoga?

Die Atmung ist beim Yoga mehr als nur ein mechanischer Vorgang – sie ist die Brücke zwischen Körper und Geist. Tiefes Einatmen kann dabei helfen, in eine Yogahaltung hineinzuwachsen, während das Ausatmen die Entspannung unterstützt. Zudem wird im Yoga davon ausgegangen, dass der Atem die Lebensenergie durch den Körper transportiert. Mit bewusstem Atmen kann dieser Energiefluss optimiert werden. Bestimmte Atemübungen können das sympathische Nervensystem beruhigen und das parasympathische aktivieren. Dies führt zu einer tiefen Entspannung und kann Stress reduzieren.



Schon gewusst, dass...

... der sogenannte „Mondgruß“ eine sanfte Alternative zum Sonnengruß ist?

Eine Variante der Übungsabfolge eignet sich auch optimal für Schwangere in jedem Trimester. Doch auch für alle, die sich mehr innere Ruhe, mehr Kreativität und eine bessere Intuition wünschen, stellt der Mondgruß eine empfehlenswerte Übung dar.

In diesem Video zeigt Sabina Beuschel, wie der Mondgruß funktioniert:



...Schütteln zur Regulierung des Nervensystems beiträgt?

Schütteln aktiviert das parasympathische Nervensystem und signalisiert dem Gehirn, sich zu beruhigen, zu entspannen und loszulassen. Auch das Lymphsystem unseres Körpers, worüber unser Körper Giftstoffe abtransportiert, wird durch das Schütteln aktiviert.

In diesem Video erklärt die Expertin, worauf es ankommt:



Sabina Beuschel
 WhatsApp: +49 9571 949 8821
 E-Mail: info@lila-lichtenfels.de Instagram: [lilaYoga_Bina](https://www.instagram.com/lilaYoga_Bina)
www.lila-lichtenfels.de Facebook: [lilaYoga Bina](https://www.facebook.com/lilaYoga_Bina)

Über lila Yoga

Sabina Beuschel ist zertifizierte Hatha Yoga-, YinYoga-, sowie Prä- und Postnatal Yoga Lehrerin und hat im August 2023 das Yoga-Studio lila Yoga gegründet. Sie bietet sowohl online als auch vor Ort verschiedene Yoga Kurse an, die in der Grünwaldstraße in den Räumlichkeiten der Physiotherapeutin Julia Raab stattfinden und im Fitness-Studio FIT'N'FUN. Auch Kleinkind und Familien Yoga Angebote sind in Planung – es lohnt sich also, lilaYoga auf Social Media zu folgen.

Anstehende Kurse

Mama to be Yoga:
 ab Donnerstag 5.9.24, 17 Uhr – 6 Einheiten
 (Grünwaldstraße 1, Lichtenfels u. Online via Zoom)

Mama & Baby Yoga:
 ab Freitag 6.9. 24, 9:30 Uhr – 6 Einheiten
 (Grünwaldstraße 1, Lichtenfels u. Online via Zoom)

FeelGoodYoga:
 ab Donnerstag, 19.9.24 19 Uhr – 8 Einheiten
 (FIT'N'FUN Lichtenfels – auch für Nichtmitglieder offen)

YinYoga:
 ab Oktober immer donnerstags 21:00 Uhr
 (Online via Zoom)

OutdoorYoga:
 7.9. & 21.9. ab 9:30 Uhr bis ca. 15:30 Uhr
 mit Kanufahrt durch den Gottesgarten

VERANSTALTUNGS- HIGHLIGHTS

September

8. September | 14.00 bis 17.00 Uhr | **Stadtschloss**
Sonderausstellung: Mensch ärgere Dich nicht

13. September bis 24. November | **Stadtschloss**
**Sonderausstellung: Suche nach Ausdruck –
Flechtradition und Design in der Slowakei**

Die Ausstellung präsentiert einen künstlerischen Blick auf die slowakische Korb-
flechttradition aus Sicht des Designers
Tibor Uhrín. Öffnungszeiten: Donnerstag
und Sonntag von 14.00 bis 17.00 Uhr.

**Vernissage am 13. September
um 20.30 Uhr**



13. bis 15. September | **Innenstadt**
Korbmarkt - Flechtkulturfestival



Flechthandwerker aus ganz
Europa zeigen wo aktuell die
Qualitätsstandards für gutes
Flechtwerk liegen. Am Abend
sorgen Musik- und Show-
auftritte für Unterhaltung.
www.korbmarkt.de

15. September | **Innenstadt**
Verkaufsoffener Sonntag

27. September | 20.00 Uhr | **Stadtschloss**
LIZZY AUMEIER – LIVE

Oktober

12. Oktober | 8.00 bis 16.00 Uhr | **Innenstadt**
Krammarkt

7. Oktober | **Marktplatz**
Herbstmarkt

Bei den Fieranten, die an ihren Ständen
herbstliche Dekoartikel und Handgefertig-
tes anbieten, gibt es zahlreiche Angebote
zu entdecken.

Für das leibliche Wohl ist ebenfalls bestens
gesorgt.



13. Oktober | 17.00 Uhr | **Ehemalige Synagoge**
Weltklassik am Klavier: Katie Mahan
Mozart, Beethoven und Gershwin

Eintritt: Erwachsene 30,- €, Studenten 15,- €, Jugend (bis
18) Eintritt frei. Reservierung: Tel. 0151/12585527 oder
info@weltklassik.de, www.weltklassik.de

18. Oktober | 19.30 Uhr | **Stadtschloss**

Fränkischer Theatersommer: Der Professor

Nehmen Sie teil, an einer auf hundert Minuten kompri-
mierten Vorlesungsreihe eines der letzten Universal-
gelehrten. Kartenvorverkauf: Tourist-Information
Lichtenfels, Bamberger Str. 3a, Erwachsene 18,- €, erm.
15,- €, Kind 7,- €, www.theatersommer.de

19. Oktober | 19.00 Uhr | **Stadthalle**
WILLKUER, EIZBRAND und AMPEX

21. Oktober | 19.30 Uhr | **Stadthalle**
Kulturring: Der Flüchtling

27. Oktober | 13.00 bis 18.00 Uhr | **Stadthalle**
Lichtenfelser Baby-Messe

November

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

8. bis 10. November | **Innenstadt**
Marktschreier-Wochenende

Während sich die Hamburger Marktschreier duellieren,
kann man das ein oder andere Schnäppchen abstauben.

9. November | 20.00 Uhr | **Stadtschloss**
Christoph Maul

10. November | **Innenstadt**
Verkaufsoffener Sonntag

10. November | 17.00 Uhr | **Ehemalige Synagoge**
Weltklassik am Klavier: Julian Kim
Medtner und Rachmaninow

Eintritt: Erwachsene 30,- €, Studenten 15,- €, Jugend (bis
18) Eintritt frei. Reservierung: Tel. 0151/12585527 oder
info@weltklassik.de, www.weltklassik.de

25. November | 19.30 Uhr | **Stadthalle**
Kulturring: Das Abschiedsdinner

28. November bis 12. Januar | **Stadtschloss**
Sonderausstellung: Es weihnachtet sehr...

Öffnungszeiten: Donnerstag und Sonntag von 14.00 bis
17.00 Uhr. **Vernissage am 28. November um 19.00 Uhr**

29. November bis 23. Dezember | **Marktplatz**
Weihnachtsmarkt und Märchenwald



Hauptbühne am Marktplatz

Moderation:

Jenny Huth, Radio Eins

NATURinFORM präsentiert:

– FREITAG, 13. SEPTEMBER –

18.00 Uhr	Bunter Einzug nach altbekannter Tradition mit musikalischer Begleitung durch den Fanfarenzug Lichtenfels und der Leuchsentaler Blasmusik
18.30 Uhr	Bieranstich und Begrüßung mit Schirmherr Staatsminister Albert Füracker
19.00 – 23.30 Uhr	Gery and the Johnboys – Rock'n'Roll

– SAMSTAG, 14. SEPTEMBER –

10.00 – 12.30 Uhr	Blaskapelle Schwürzbütz
13.00 Uhr	Kurzes Standkonzert vor der Stadtpfarrkirche und Einzug mit Schirmherren und Ehrengästen zur Hauptbühne
13.30 Uhr	Begrüßung durch den Ersten Bürgermeister Andreas Hügerich , die amtierende Korbstadtkönigin Alexandra I. und den Schirmherrn Wolfgang Krebs Krönung der neuen Korbstadtkönigin
ca. 14.00 Uhr	Auftritt Wolfgang Krebs – Kabarettist
15.30 – 16.00 Uhr	Showauftritt Fanfarenzug Lichtenfels „Summer Feelings“
18.30 – 24.00 Uhr	Radspitz – Party, Rock, Pop

Moderation: Alina Hoyler

– SONNTAG, 15. SEPTEMBER –

9.00 – 9.45 Uhr	Ökumenischer Korbmarkt-Gottesdienst in der Stadtpfarrkirche
10.00 – 13.30 Uhr	Frühschoppenkonzert mit der Leuchsentaler Blasmusik
11.00 Uhr	Begrüßung der Besucher durch die Korbstadtkönigin
ab 14.00 Uhr	Tanzauftritte
14.00 Uhr	Tanzgruppen des 1. FC Trieb: „Sunshine-Kids“, „Kids 1“, „Little Dance Sensation“, „Pink Grapefruits“ und „Just Dance“
14.30 Uhr	Ballett-Tänze der Ballettschule Dance Arts & E-Motions: „Kuscheltier Polka“, „Katzentanz“, „What was I made for“, „Elsa tanzt Ballet“, „Piraten“
15.00 Uhr	TSG Mädchengarde Zapfendorf: Showtanz
15.15 Uhr	Turnerschaft Lichtenfels: „Pezzi Kidzz“
15.30 Uhr	RVC Stetten Tanzgruppe: „Bibi und Tina Medley“
15.45 Uhr	„40 Jahre Korbstadtköniginnen – ein Plauderstündchen mit ehemaligen Königinnen“
18.30 – 20.30 Uhr	The KISS-Tribute-Band



Live-Musik am Säumarkt

– FREITAG, 13. SEPTEMBER –

19.30 – 24.00 Uhr **Heaven** – Die Band der Generationen

– SAMSTAG, 14. SEPTEMBER –

10.00 – 13.00 Uhr **Swinging Loft Band** – Swing, Dixie Jazz
14.00 – 18.00 Uhr **Mojo** – Rock, Swing, 50 - 60er Jahre
19.30 – 24.00 Uhr **Soul7even** – Soul & Funk

– SONNTAG, 15. SEPTEMBER –

10.00 – 13.00 Uhr **No Nonsense Band** – Sound der wilden zoer
15.00 – 20.00 Uhr **Freaky Blinders** – Soul & Rock



Live-Musik

im Biergarten Bahnhofstraße

– FREITAG, 13. SEPTEMBER –

19.00 Uhr **The Wrapping Papers** – Rock

– SAMSTAG, 14. SEPTEMBER –

18.00 Uhr **T.C. Bricks** – Rock-Hits

– SONNTAG, 15. SEPTEMBER –

11.00 Uhr Frühschoppen mit **Christian Bauer**



Havana Bar: Fr. und Sa. ab ca. 20 Uhr: Party Power mit den DJs WichWahn und Lupo in der Bahnhofstraße, Innenhof Fragile



Live-Musik am stadtknecht

in der Stadtknechtsgasse

– FREITAG, 13. SEPTEMBER –

20.00 Uhr **Live Musik** – im Anschluss Afterparty

– SAMSTAG, 14. SEPTEMBER –

20.00 Uhr **Wilder Pilger & Friend** – im Anschluss Afterparty

– SONNTAG, 15. SEPTEMBER –

10.00 Uhr Frühschoppen mit **Dav'n'mor**



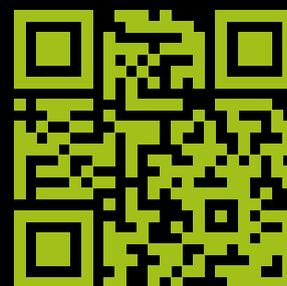
Paunchy Cats, Coburger Str. 19
Freitag und Samstag: After-Korbmarkt-Partys



Live-Musik im Biergarten der Gaststätte „Zum Dümpfelschöpfer“ am Oberen Torturm, Marktplatz 40



Weitere Informationen zum
Korbmarkt-Programm unter
WWW.KORBMARKT.DE



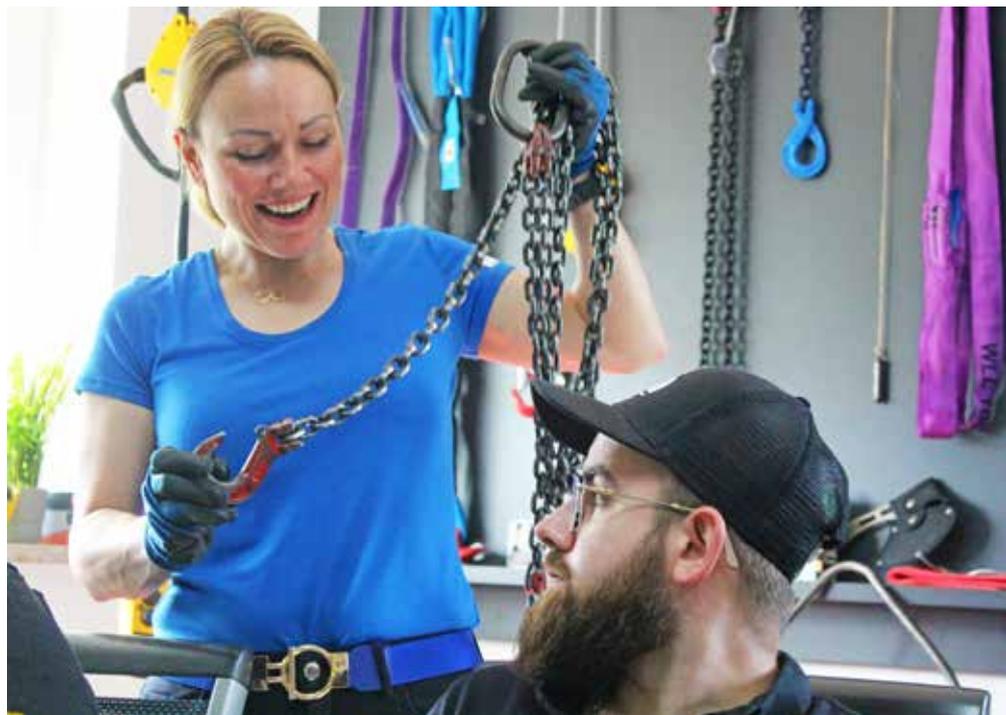
Das Duo der gehobenen Sicherheit

„Was ist denn die Tücke einer Funksteuerung?“, fragt Dorothee Kunzmann in die Runde. Antwort erwartet sich die Ebensfelderin im Seminarraum des ersten Stockwerks. Vor allem aber erwartet sie die von Bryan, Jimmy, Marian, Alexandre, Daniel, Tomasz oder Jérémy. Ein Unternehmen aus dem Elsaß hat sie hierher in den Landkreiswesten geschickt, damit sie ihre Ausbildung zum Kranführer machen. Sieben Männer mit drei verschiedenen Nationalitäten – so verhält sich die Sache mit der Becker Hebesysteme GmbH an diesem Donnerstag im Juni.

„Ich habe beinahe mal meinen Vater getötet (...)“, sagt einer der sieben Männer. Er sagt es mit Blick auf einen im Raum befindlichen Miniatur-Baukran und mit noch spürbarer Betroffenheit, obwohl der Vorfall selbst schon Jahre zurückliegt. Wenig später läuft in den Räumlichkeiten, in denen zwischen Gruppenraum und Kühlschrank, WC, Anschauungsmaterial und sonstigen Lehrmitteln alles vorhanden ist, ein Schulungsfilm. Zu sehen ist ein Derrickkran auf Ketten, der ein riesiges Brückenbauteil in der Schwebe zu halten versucht. Plötzlich kommt es zu einer folgenreichen Schwerpunktverlagerung. Sie wäre vermeidbar gewesen, wenn der zuständige Mitarbeiter alle Gefahren richtig eingeschätzt und entsprechend gehandelt hätte. Warum der Film noch Aktualität besitzt, obwohl der Vorfall schon Jahre zurückliegt? Weil besagter Mitarbeiter Zeit seines Lebens nicht mehr froh wird. Einerseits wegen seines Gewissens, andererseits wegen der Regressansprüche. Unweit der sieben Sitzenden finden sich Lehrmittel, die eine deutliche Sprache sprechen, stammen sie doch aus der täglichen Praxis gefährlichen Irrsinns. Sortiert liegen sie auf einem Tisch und erzählen davon, welche Risiken Firmen und Mitarbeiter beim Heben von Lasten eingehen. Wissentlich oder unwissentlich. Als handelte es sich um OP-Besteck, greift sich Dorothee Kunzmann von diesem Tisch einen Ring, den der Kranführer irgendeiner Firma mal selber zusammengeschweißt hat – im Vertrauen darauf, dass das Ding noch so viele Tonnen Gewicht heben könnte. Und dann wäre da auch dieses nach dem Reißen einstmals nicht aussortierte, sondern flickschusterisch zusammengeknotete Textilhebeband. Provisorien wie diese sind in vielen Firmen dieser Welt im Einsatz. Mit Duldung oder ohne Wissen der Vorgesetzten oder sogar der Chefs, zumeist aber in völliger Unterschätzung ihrer Gefährlichkeit.

Burkard Becker ist auch vor Ort. Der Vater von Dorothee Kunzmann ist in seinen Siebzigern und liebt es, noch zu arbeiten. Was ihm viel bedeutet, ist der Umgang

mit Menschen und dass sich durch Kranführerschulungen die Risiken für Arbeitsunfälle verringern lassen. Wie Tochter Dorothee im Seminarraum den Schulungsteilnehmern eine ganze Welt zwischen Traglastenanhängern und Neigungswinkeln, den möglichen Folgen eines ungünstigen Verhältnisses zwischen Kantenradius und der Dicke eines Hebebandes oder der Charakteristika von Frequenzumrichtern erklärt, zieht es ihn in den Nebenraum. Es ist ruhiger hier, man stört nicht. Bei dieser Gelegenheit deutet er auf 40-seitige von Rechtslagen sprechende Broschüre. Sie spricht auch von einer Seminarübersicht und von Lernmodulen zwischen einer jährlichen Unterweisung für Kranführer und Anschläger, oder einem Intensivseminar zur Kranführerausbildung für Hallenkrane bzw. Lkw-Ladekrane. Womit man ein neues Feld eröffnet hat, denn was ist denn eigentlich ein Kran? Becker schmunzelt und listet eine ganze Welt auf: Katzbahn, Schwenkkran, Hängebahn, Portalkran, Fahrzeugkran, Gittermastkran, Bockkran, Raupenkran, Brückenkran – der Kopf möchte einem schwirren. 28 Jahre lang arbeitete er für Deutschlands größten Hersteller von Standardkränen, hat „Krane verkauft und technische Beratungen gemacht“. Doch Becker wollte mehr als nur das und begann wieder zu lernen, Lehrgänge zu absolvieren und sich bei einer der namhaftesten Aus- und Weiterbildungsanstalten Deutschlands zum „Prüfsachverständigen für Krane und Hebezeuge nach der Betriebssicherheitsverordnung“ ausbilden zu lassen. Ebenso zum Fachgutachter bei Kranunfällen. Wie ihm all diese Wortungetüme über die Lippen kommen, muss er schon wieder schmunzeln. Er tut es auch, weil er sich mit 64



Dorothee Kunzmann schult mit Sicherheit anschaulich.



Kranführerschulungen
Becker Hebesysteme GmbH

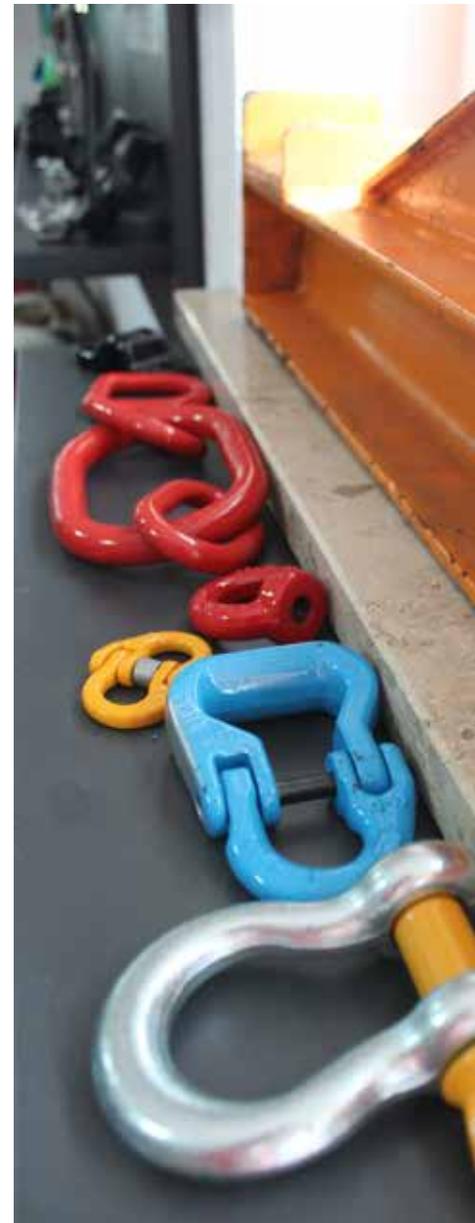
Jahren einer interessanten Frage zu stellen hatte: „Was machst du eigentlich im Alter?“ Zu diesem Abschnitt des Lebens hatte er nämlich so eine Vermutung: „Es ist langweilig, nichts zu tun.“ Mehr noch: „Je älter ich wurde, umso mehr habe ich gemerkt, wie wichtig es ist, seine Erfahrung zur Verfügung zu stellen.“ Dann, mit 66 Jahren, gab er seine Handelsvertretung zurück. Und nun drohte aufzukommen, was zu befürchten stand: Langeweile. Wie gut, dass er da schon längst eine Beobachtung getroffen hatte: „Schon während meiner Zeit als Verkäufer habe ich bei Kunden Defizite im Wissen um den sicheren Umgang mit Kranen festgestellt, mitunter gefährliches Halbwissen, vor allem bei Vorgesetzten. Das wollte ich zu ändern versuchen.“

Ortswechsel nach sieben Meter weiter südlich in den Seminarraum und zu seiner Tochter. Auch sie behandelt gerade Halbwissen, indem sie Fragen in die Runde stellt. Eine befasst sich mit dem CE-Kennzeichen. Will es ausdrücken, dass die Maschine TÜV-geprüft ist? Oder besagt es, dass ein Kran nach geltenden Vorschriften gebaut wurde? Doch ganz egal wie die Antworten jetzt ausfallen, dieses Zeichen hat noch eine weitere und tückische Begleitgeschichte. Mitunter ist es dem Logo für „China Export“ zum Verwechseln ähnlich. 95 % aller Kranunfälle beruhen einer Statistik zufolge auf Bedienfehlern und

falschem Anschlagen der Lasten. Was nach leichtthin vermeidbarem menschlichen Versagen klingt, bekommt Gewicht, wenn man nach den Bedienhandbüchern der Kranhersteller greift. Sie sind oft bis zu 1200 Seiten dick und wo sollen all diese Informationen in einem Kopf Platz finden?

Die sieben Männer haben anderntags ihre Prüfungen bestanden. So theoretisch wie praktisch. Und dies in einer Firma mit einem Hallenkran, mit der gleichfalls eine freundliche Kooperation zu Prüfungszwecken besteht. Doch sollte einer der neuen Kranführer jemals einen Kranunfall verursachen, könnte es sein, dass man auf Becker und Kunzmann zukommen wird. Sie stehen in der Nachweispflicht, nach Vorschriften der Berufsgenossenschaft und im Sinner der Betriebssicherheitsverordnung richtig ausgebildet zu haben.

Becker Hebesysteme GmbH
St.-Veit-Straße 11
96250 Ebensfeld
www.sicher-kranfahren.de

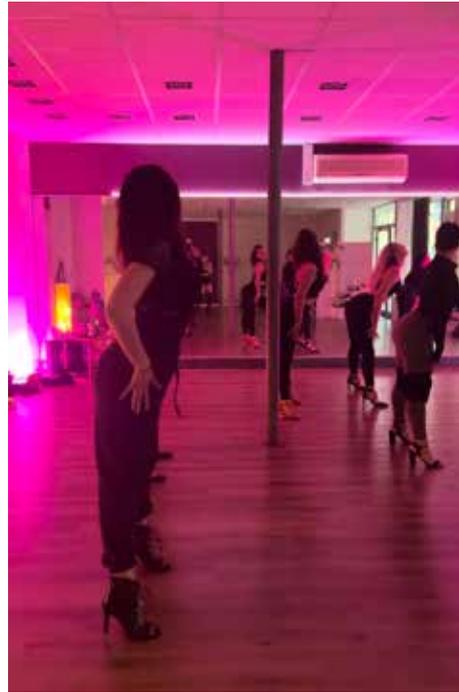


Heisse Rhythmen und hohe Absätze

Es heißt, Tanzen befreit die Seele und verbindet Menschen miteinander. Wie wahr dies ist, lässt sich hautnah im neuen Tanzstudio „Hips & Heels“ in Lichtenfels erleben.



Die Lichter sind gedimmt. Mitreißende Rhythmen pulsieren durch die Luft. High Heels klicken auf dem Parkett. Ein Dutzend Frauen bewegen sich synchron durch den Raum und verfolgen dabei jeden Schritt und jede Bewegung von Saskia Rüb. Die junge Tanzlehrerin erklärt mit einem Lächeln auf dem Gesicht, worauf es bei der nächsten Drehung ankommt: „Ab hier geht das Kinn hoch, dann sind eure Haare nicht im Weg, wenn ihr mit dem Oberkörper wieder hochkommt.“ Und es funktioniert. Die Teilnehmerinnen jubeln und gehen voller Motivation die nächsten Schritte ihres „Heels Dance“ an.



Heels Dance? Bei diesem faszinierenden Tanzstil wird auf hohen Absätzen zu einer Mischung aus Latin, Burlesque, Jazz und Showtanz getanzt. Doch Heels Dance ist nicht nur das Tragen von hohen Schuhen und das Ausführen von Tanzschritten. Es ist eine Kunstform, die Selbstbewusstsein, Körperbeherrschung und Ausdrucksstärke vereint und natürlich auch stärkt. Und genau das ist das Ziel von „Hips & Heels“, dem nagelneuen Tanzangebot in Lichtenfels, das von Saskia Rüb im April 2024 ins Leben gerufen wurde.

Mehr als nur ein Tanzstudio

„Hips & Heels ist mehr als nur ein Tanzstudio – es ist eine Vision“, erklärt die Gründerin und ergänzt: „Wir wollen hier einen Safe Space für Frauen schaffen, der frei von Neid und Verurteilungen ist und in dem sich Frauen öffnen, wachsen und ihre Leidenschaft für das Tanzen ausleben können. Ob komplette Anfängerin oder mit Erfahrung, bei uns findet jede einen Ort, an dem sie sich frei ausdrücken und voll und ganz entfalten kann. Wir glauben daran, dass jede Frau das Potenzial hat, eine großartige Tänzerin zu sein. Deshalb sind unsere Kurse so gestaltet, dass sich die Teilnehmerinnen herausgefordert fühlen und zugleich Spaß haben.“

Für ihre Workshops und Kurse nutzt Saskia Rüb die Räumlichkeiten des Enjoy Studios im Herzen von Lichtenfels und hat sich neben Heels Dance auf Latin Fusion spezialisiert – ein

dynamischer und energiegeladener Tanzstil, der Elemente verschiedener lateinamerikanischer Tänze wie Salsa, Merengue, Cha Cha, Rumba und Reggaeton miteinander verbindet. „Latin Fusion entsteht durch eine kreative Mischung dieser einzelnen Tanzstile und bietet eine große Vielfalt an Schrittkombinationen und Bewegungsabläufen“, so die Expertin.

Vom Bodybuilding zum Tanzen

Ihre Leidenschaft für das Tanzen entdeckte die gebürtige Staffelsteinerin schon als Kind, ging dieser aber nicht sofort nach, sondern spezialisierte sich zunächst auf den Fitness-Sport und das Bodybuilding. Im zarten Alter von 15 Jahren erwarb sie bereits ihre erste Zumba-Lizenz und nahm neben der Schule eine Stelle als Instructor und Gruppenfitness-Trainerin an. „Durch schulische Projekte und die Teilnahme an Tanzkursen ist das Tanzen immer ein Bestandteil meines Lebens gewesen, war jedoch nicht mein Fokus. Das sollte sich 2019 schlagartig ändern als ich im Tanzverein TSC Rhythmus in Bamberg mit dem Standard- und Latein-Tanzen begonnen und meine Leidenschaft für das Tanzen neu entfacht habe“, berichtet die 24-Jährige.

Ihr Weg führt sie wenig später zum RGC-Nürnberg, dem größten Tanzverein Bayerns, für den sie nach wie vor tanzt und dabei ihre Fähigkeiten stetig weiter ausbaut. „Während dieser Zeit habe ich das High Heels Dancing für mich entdeckt, um auf der Fläche selbstbewusster zu werden. Schon nach der zweiten Stunde habe ich einen großen Unterschied in meiner Performance gemerkt und war verblüfft von der Kraft, die hinter diesem Konzept steckt. Im vergangenen Jahr durfte ich verschiedene Workshops halten und meine Erfahrung als Trainerin neu ausbauen.“

Mission: Selbstbewusstsein

Mit Hips & Heels hat es sich Saskia Rüb zur Mission gemacht, ihre Leidenschaft weiterzugeben und ihren Kundinnen zu helfen, erste Schritte im Tanzen zu machen, ihre bisherigen Skills zu verfeinern, ihre Weiblichkeit und ihr Selbstbewusstsein zu stärken und eine Gemeinschaft an Gleichgesinnten zu bilden, die sich gegenseitig unterstützen.

Neben den Spezialgebieten „Heels Dance“ und „Latin Fusion“ bietet sie zusätzlich 1:1 Coachings und 6-Wochen-Programme an, die Frauen dabei helfen sollen, mehr Selbstbewusstsein zu erlangen und zu lernen, ihre Weiblichkeit zu spüren. Doch auch Paare kommen bei Hips & Heels auf ihre Kosten: Die Expertin choreografiert individuelle Hochzeitstänze, bei denen auf Wunsch der Kunden gerne langsam und emotional mit einem Walzer gestartet und dann in einen knackigen Discofox gewechselt wird. Zudem sind Paartanz-Workshops in Planung, die an Wochenenden stattfinden sollen.

Raus aus der Komfortzone

Auch wenn das Angebot von Saskia Rüb noch sehr jung ist, füllen sich die Kurse bereits Stück für Stück. Was ihr dabei auffällt: Viele Teilnehmerinnen äußern vorab Bedenken und haben großen Respekt vor dem Schritt aus der Komfortzone. „Mich freut es umso mehr, dass sie mit jeder Stunde die Angst verlieren und mehr aus sich rauskommen. Meine Teilnehmenden sollen merken, dass es okay ist, verschiedenste Emotionen

beim Tanzen zu spüren und diesen freien Lauf zu lassen.“

Wer sich noch unsicher ist, darf sich abschließend noch über einen Tipp der Expertin freuen: „Ganz gleich, wie alt jemand ist – die beste Zeit, um mit dem Tanzen anzufangen, ist jetzt. Dabei ist es besonders wichtig, sich nicht mit anderen zu vergleichen. Jeder Mensch hat seinen eigenen Weg und sollte sich darauf konzentrieren, die eigenen Fortschritte zu feiern. Natürlich erfordert das Erlernen einer neuen Fähigkeit Zeit, Geduld und Übung. Wer aber dranbleibt – auch wenn es schwierig erscheint – und darauf vertraut, dass sich die harte Arbeit auszahlt, wird am Ende auf jeden Fall mit Spaß, Leichtigkeit und Erfolg belohnt.“

Alle anstehenden Kurstermin und Infos zu den Preisen sind auf der Website von Hips & Heels unter www.hipsandheels.de einsehbar.

5 Gründe, mit dem Tanzen anzufangen

- 1. Tanzen stärkt das Selbstbewusstsein.**
Regelmäßiges Tanzen hilft, die Körperwahrnehmung zu verbessern und mit mehr Selbstvertrauen durch den Alltag zu gehen.
- 2. Tanzen verbessert die Fitness.**
Tanzen ist ein hervorragendes Ganzkörpertraining, das Ausdauer, Kraft und Koordination fördert.
- 3. Tanzen erhöht die Beweglichkeit.**
Durch die vielfältigen Bewegungsabläufe im Tanz werden Gelenke und Muskeln geschmeidiger und flexibler.
- 4. Tanzen fördert eine gesunde Haltung**
Eine gute Tanztechnik stärkt die Rücken- und Rumpfmuskulatur, was zu einer besseren Körperhaltung beiträgt.
- 5. Tanzen reduziert Stress.**
Tanzen setzt Endorphine frei und hilft, Stress abzubauen, da man sich voll auf Musik und Bewegung konzentriert.



Innere Bamberger Str. 5 | 96215 Lichtenfels
www.hipsandheels.de
saskia.hipsandheels@gmail.com
 Tel.: +49 151 24 77 4045



S-Baufinanzierung

Neue Fördermöglichkeit für Familien.

Wollen Sie eine Immobilie kaufen
oder bauen?

Wir beraten Sie individuell und finden
für Sie die passende Baufinanzierung.
Besonders Familien können jetzt beim
Hauskauf von zinsverbilligten Krediten
profitieren.

www.sparkasse-co-lif.de/baufinanzierung

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Coburg - Lichtenfels**

WIR
BEWERBEN
UNS ALS
DEINE
NEUEN
CHEFS



Werde Teil unseres dynamischen Teams!

Gemeinsam gestalten wir die Zukunft in den Bereichen:

Aviation & Aerospace, Medical & Healthcare, Mobility & Logistics sowie Consumer & Lifestyle.

Robert Hofmann GmbH | www.r-hofmann.de | T. 09571 949-0



Christine Wittenbauer ist studierte Historikerin und Stadtarchivarin. Vor Jahren geriet sie aber außerdem auch in den Bann von Harry Potter. Wie gut, dass die Lichtenfelserin auch die Stadtbücherei leitet. Wem, wenn nicht ihr, fällt auf, was es dort Gutes zu entleihen gibt? Eben. Das Buch, welches man laut ihr nun im nahenden Herbst unbedingt zur Hand nehmen sollte, verspricht auch Zauber und hat unbedingt mit Harry Potter zu tun.

Wittenbauer liest. Vor allem auch privat und gerne. Von dicken Romanen bis zu dünnen Essays, von Historischem bis Wissenschaftlichem hat sie mit der Welt der Sprache, Wörter und Gedanken zu tun. Dabei hat sie sich aber auch

ihre Kindheit bewahrt. Vor Jahren stieß auch sie auf Harry Potter und jetzt gesteht sie: „Ich konnte es ja nie erwarten, ich musste jeden Band sofort am Erscheinungstag haben.“ Das war eine regelmäßige Erfahrung zu den jeweiligen Büchern der zwischen 1997 und 2007 erschienenen Fantasy-Romanreihe. Auch Wittenbauer kennt das Gleis 9 3/4, fuhr gedanklich im Hogwarts-Express mit und drückte dem Titelhelden in seinem Kampf gegen Lord Voldemort die Daumen. Kein Wunder, dass es eine liebevoll gestaltete Ecke in der Stadtbücherei gibt, die Harry Potter und seiner Welt vorbehalten ist. Ganz offiziell. Eher inoffiziell ist nun aber etwas, das 80 bebilderte Koch- und Backrezepte enthält. Es heißt offiziell: „Das inoffizielle Kochbuch für Harry Potter Fans“ und stammt von Tom Grimm. Auf 191 Seiten stößt der Leser auf Gerichte, deren klangvolle Namen schon Appetit wecken: Fasan mit Linsengemüse und Bratmaiskolben, Luna Lovegoods Radieschensalat oder Bertie Botts Bohnen sind da nur Beispiele.

Doch so ausgefallen die Rezepte klingen, so erwiesenermaßen ist laut Potterhead Wittenbauer eines nicht zu leugnen: „Alle Zutaten kriegt man normalerweise in allen Supermärkten.“ Wie die Vielleserin das sagt, beginnt sie von Butterbier zu schwärmen. Das wäre dann das richtige Getränk für einen Harry-Potter-Filmabend, auf den man sich mit Harry-Potter-Gerichten einstimmen kann. „Man kann aber auch vorher kochen und hinterher lesen oder vorher lesen und hinterher kochen.“ Auf jeden Fall aber ist dieses Buch von Autor Tom Grimm in der Stadtbücherei vorrätig. Wer möchte, darf sich dort aber auch nach dem „inoffiziellen Backbuch“ zu Harry Potter erkundigen. Mit dem machte Wittenbauer auch schon Erfahrungen und die haben ihre Liebe zu dem Magier, dessen sieben magische Abenteuerbände gleichfalls in den Regalen der Stadtbücherei stehen, noch versüßt. Der Herbst kann kommen.



Stadtbücherei Lichtenfels, Marktplatz 5, 96215 Lichtenfels | Telefon 09571/795-133 | stadtbuecherei@lichtenfels.de
Öffnungszeiten: Mo – Di u. Do – Fr: 12.00 bis 18.00 Uhr | Mi: geschlossen

www.stadtbuecherei-lichtenfels.de



UNSERE BEWEGER

BEWEGER BEWEGEN ETWAS, SIE SCHIEBEN ETWAS AN.
FÜR SICH, FÜR ANDERE UND WEIL SIE SICH TRAUEN.
DOCH WER SIND SIE?
DAS STADTMAGAZIN HAT DA EIN PAAR FRAGEN.

Stefan Geiger

Der Lichtenfelser Stefan Geiger ist Feuerwehrmann. Im Angestelltenverhältnis gewissermaßen. Der Mann vom Bauhof ist nämlich zuständig für die Mobilität aller Feuerwehrfahrzeuge im Stadtgebiet. Als gelernter Kfz-Mechaniker und hauptamtlicher Gerätewart, sorgt der Mittvierziger, der im Rang eines Löschmeisters und Zugführers steht, dafür, dass die Feuerwehrfahrzeuge (derzeit ca. 45 inklusive Anhänger samt Gerätschaften) auch dort ankommen, wo sie gebraucht werden. Und er kann sie alle fahren und bedienen. Bewegender geht's nicht.

Was würden Sie tun, wenn Sie morgen einen riesigen Batzen im Lotto gewinnen?

S. Geiger: „Ich würde ganz normal weiterarbeiten.“

Was lösen die Wörter Rente und Pension in Ihnen aus?

S. Geiger: „Ich weiß ja gar nicht, ob ich die Rente überhaupt erlebe. Durch meine Tätigkeit hier bei der Feuerwehr bekomme ich so viel Leid und Tragödien mit, dass das Wort Rente nichts Dunkles hat. Ich sage mir jetzt: Ich lebe hier und jetzt und wenn ich die Rente erlebe, wäre es ja im Grunde schön.“

Wie würden Sie sich beschreiben?

S. Geiger: „Ich bin zielstrebig. Das, was ich mir zu schaffen in den Kopf gesetzt habe, schaffe ich. Neugierig bin ich auch. Manchmal wundere ich mich darüber, was mich alles so interessiert. Neulich habe ich zum ersten Mal Fliesen verlegt, zwar unter Anleitungen, aber es hat funktioniert. Ich hoffe, dass mir die Neugierde erhalten bleibt. Man kann nur lernen.“

Wer waren die Helden Ihrer Kindheit?

S. Geiger: „Das A-Team. Vor allem der, der immer improvisieren konnte. Ich glaube sogar, dass der ein bisschen prägend war für meine eigene Neugierde. Wenn das A-Team im Fernsehen kommt, gucke ich das selbst heute noch.“

Wer sind heute Ihre Helden?

S. Geiger: „Im Prinzip die ganze Blaulichtfamilie, egal ob Rotes Kreuz, Feuerwehr, Technisches Hilfswerk, Polizei, Sanitäter. Also alles, was Blaulicht auf dem Auto hat. Eigentlich hätte ich ja Florian heißen sollen, aber meine Eltern haben sich im letzten Moment auf Stefan umentschieden.“

Worauf sind Sie stolz und warum?

S. Geiger: „Ich bin auf jeden Einsatz stolz, bei dem man einem Bürger aus misslicher Lage helfen konnte. Wenn von der Person dann noch ein Dankeschön kommt, läuft mir die Gänsehaut rauf.“

Was ist Ihnen peinlich?

S. Geiger: „Wenn etwas nicht so funktioniert, wie ich es mir vorgestellt habe. Vor zwei Jahren zu Fronleichnam, an dem für die Allgemeinheit besuchbaren Frühschoppen, ist die Drehleiter nicht mehr angesprungen. Sie war zur Anschauung auf dem Hof des Feuerwehrhauses aufgebaut und vor allen Leuten musste ich zusehen, dass ich sie wieder zum Laufen bekomme. Obwohl ich ja zum Reparieren da bin, fand ich es peinlich, dass sie unter aller Augen ausfiel. Ich musste drei Feuerwehrautos umrangieren, um zu überbrücken und dem Leiterfahrzeug Starthilfe zu geben.“

Was war das schönste Kompliment, welches Sie je für eine Arbeit erhalten haben?

S. Geiger: „Ich glaube, es war beim Jugendleistungsmarsch (Bestandteil eines Leistungswettkampfs bei Jugendfeuerwehren) im vorletzten Jahr, da habe ich den Auf- und Abbau organisiert und kam gerade noch rechtzeitig zur Siegerehrung mit dem Gabelstapler in den Feuerwehrhof, da fiel während der Siegerehrung mein Name, verbunden mit einem Dankeschön. Da habe ich mich sehr gefreut.“

Welcher Arbeitstyp sind Sie? Gehen Sie alles sofort an oder warten Sie auf den „letzten Drücker“?

S. Geiger: „Im Beruflichen priorisiere ich und teile ein, was dringend gemacht werden muss und was warten kann. Ich habe ja feste Termine bzgl. dessen, was bei Fahrzeugen ansteht und dann kommen ja noch Einsätze und Notfälle dazwischen. Dementsprechend muss ich organisiert arbeiten und mich an Priorisierungen halten. Manchmal kommt das ein wenig chaotisch rüber, aber es hat seinen tieferen Sinn, wenn ich dann eine Arbeit liegen lasse, um eine andere zu beginnen. Im Privaten bin ich eher ein Aufschieber. Bis auf das, was wirklich dringend gemacht werden muss.“

Was tun Sie, wenn Sie eine gute Idee brauchen?

S. Geiger: „Ich lege die Arbeit, mit der ich Probleme habe, auf Seite, beginne eine völlig andere und komme dann oft dadurch auf die Lösung.“

Welchen Humor mögen Sie?

S. Geiger: „Ich bin eher so der Typ für trockenen Humor. Manchmal sage ich selbst etwas so brottrocken, dass ich selbst darüber lachen muss. Man braucht einen gewissen Humor, um das Leben zu bewältigen. Und auf meinem Feuerwehrhelm steht St. Geiger, was meine Kameraden dazu bringt, mich spaßesweise manchmal glatt Sankt Geiger zu nennen.“

Was möchten Sie im Leben noch unbedingt erleben?

S. Geiger: „Die Rente, wenn möglich. Und Kanada sehen, die dortige Ruhe und Landschaft erleben – wenn die Rente reicht.“

Empfehlen Sie uns drei Bücher:

S. Geiger: „Empfehlung Nr. 1: Technik und Fahrzeuge, Teil 1. Empfehlung Nr. 2: Technik und Fahrzeuge, Teil 2. Und natürlich Empfehlung Nr. 3: Technik und Fahrzeuge, Teil 3. Sehr gut sind auch Fachzeitschriften, um bei Feuerwehrfahrzeugen und Einsatztaktiken auf dem Laufenden zu bleiben.“

Das Interview führte Markus Haggberg.



„Ein wahr gewordener Kindheitstraum“

Zwei Jahre währt eine Regentschaft als Korbstadtkönigin. Für Alexandra I. ist die Regentschaft im Ehrenamt ab dem kommenden Korbmarktsamstag vorüber. Dann wird aus Alexandra I. wieder mehr die Alexandra Thiel. Das Stadtmagazin hat noch ein paar Fragen an die Königin Alexandra I. und eine an Alexandra Thiel.

Die zwei Jahre sind vorüber – ging das schneller als gedacht?

Alexandra I.: „Ja, viel schneller. Gerade das zweite Jahr ist im Nu verfliegen.“

Welche der positiven Erfahrungen aus der Zeit ist die prägendste geworden?

Alexandra I.: „Am prägendsten waren die Begegnungen mit den Kindern, die mit funkelnden Augen zur Korbstadtkönigin hinauf geschaut haben – weil ich früher auch so ein Kind war.“

Ihre Mama war Korbstadtkönigin, Sie werden es gewesen sein und sollten Sie mal eine Tochter haben ... Oder andersrum: Dynastie denkbar?

Alexandra I.: „Wenn ich mal eine Tochter haben sollte und

wenn die Korbstadtkönigin werden wollte, würde ich es so machen, wie meine Mama (Heike I.) und meiner Tochter alle Freiheiten lassen. Ich wurde auch nicht gedrängt und als ich meine Mama fragte, ob ich das tun sollte, sagte sie: „Auf jeden Fall!“

Was haben Sie aus Ihrer Amtszeit „fürs Leben“ gelernt?

Alexandra I.: „Die freie Rede und das Kommunizieren mit hohen Tieren. Ich habe gelernt, selbstbewusst aufzutreten in Situationen, in die man sich sonst nicht begeben hätte.“

Mit welchem Slogan würden Sie für das Amt Korbstadtkönigin werben?

Alexandra I.: „Ein wahr gewordener Kindheitstraum.“



Blicken Sie mit einem weinenden oder einem lachenden Auge zurück?

Alexandra I.: „Hauptsächlich mit einem weinenden Auge, ich habe es sehr gerne gemacht. Ich habe das alles noch gar nicht so richtig realisiert. Ich glaube, der Korbmarktsamstag wird hart.“

Auf welche Leistung als Königin sind Sie selbst stolz?

Alexandra I.: „Ich habe das Flechthandwerk deutschlandweit hinaustragen dürfen, einmal auch ins Ausland und somit auch ein bisschen in die Welt.“

Wie viele Kilometer haben Sie in Ihrem Amt reisend zurückgelegt?

Alexandra I.: „Ich kann das schlecht quantifizieren, aber so zwischen 5000 bis 6000 Kilometer schon. Es läpperte sich.“

Was steht nach der Regentschaft für Sie an?

Andrea Thiel: „Ich studiere für ein Lehramt und was ansteht, sind zwei Staatsexamina und eine Bachelorarbeit. Und ein Auslandssemester in Florenz.“

Interview: Markus Haggberg
Fotos: Tim Birkner

ZISTERZIENSISCHE PERSPEKTIVEN FÜR EIN LICHTENFELSER GEDEIHEN



Christine Wittenbauer ist studierte Historikerin. Ihr Hauptfach lag auf der Geschichte des Mittelalters. Seit 1990 ist sie Lichtenfels' Stadtarchivarin. Zudem gehört auch die Stadtbücherei zum Aufgabenbereich der Frau, deren Büro sich im Rathaus II. befindet. Ihr Herz schlägt derzeit besonders für das Kloster Langheim und das Zisterziensische. Grund genug für ein paar Fragen rund um die Mönche, Langheim und Lichtenfels. Denn immerhin steht „Langheim“ 2032/33 etwas bevor: 900 Jahre.



Christine Wittenbauer sieht nach vorne.

Zisterziensische Orte sollen Europa vernetzen – wie könnte das aussehen?

Chr. Wittenbauer: „Da haben wir, Citymanager Steffen Hofmann und ich, schon konkrete Vorstellungen. Ein Beispiel: Die Zisterzienser waren für ihre Wasserbaufertigkeiten bekannt. Sie schufen u.a. Kanalisationen für Abwasser und Frischwasserzufuhr. Wir wollen bei einem 2025 angedachten Workshop erfahren, wie sich die Wasserbaukunst in europäischen Zisterzienserklöstern entwickelt hat. Und speziell natürlich in der langheimischen Klosterfamilie, die von Ebrach über das in Tschechien gelegene Plasy und weiter nach Velehrad (gleichfalls Tschechien) reicht.“

Könnten sich dadurch mehr Austausch oder gar Städtepartnerschaften zwischen Städten und Stationen ergeben?

Chr. Wittenbauer: „Ja, das wäre denkbar. Der Austausch zu unterschiedlichen Themen hat bereits begonnen. Wir, die Klosterlandschaft Langheim, sind auch Mitglied in der Gruppe Culinary Heritage (Kulinarisches Erbe) und im Zuge dessen sind wir bei den Genusstagen in Ebrach und im österreichischen Stift Rhein dabei. Dort wird nach historischen Rezepten gekocht.“

Sehen Sie dadurch Möglichkeiten in Richtung Völkerfreundschaften?

Chr. Wittenbauer: „Klar, das haben wir ja schon erfahren. Wir haben wirklich im Ausland Freundschaften geknüpft.“

Wann sind Sie erstmalig über die Zisterzienser gestolpert?

Chr. Wittenbauer: „In meiner Kindheit. Das ehemalige Zisterzienserkloster Ebrach im Steigerwald kenne ich schon seit

Kindertagen.“

Können diese Aktivitäten für Lichtenfels in Bezug auf Fremdenverkehr einen Sprung nach vorne bedeuten?

Chr. Wittenbauer: „Ja (nickt heftig), es kommen Ende September wieder Gäste aus Plasy und es waren schon viele da. Allein bei der Eröffnung des Zisterzienser-Wanderwegs waren aus weiten Teilen Europas Gäste bei uns.“

Gibt es im Landkreis womöglich noch weitere zisterziensische Stationen, die bemerkt werden sollten?

Chr. Wittenbauer: „Ja, es gibt noch was zu tun.“

Wie sieht es mit Zisterzienser-Wanderführern aus?

Chr. Wittenbauer: „Die gibt es schon. Bernhard Christoph und Liba Ernst sind solche ausgebildeten Kloster-Landschaftsführer.“

Könnte der Bedarf an weiteren Kloster-Landschaftsführern steigen?

Chr. Wittenbauer: „Ja, das hoffen wir. Interessenten können sich bei uns melden.“

Ist das eine ehrenamtliche Tätigkeit?

Chr. Wittenbauer: „Ja, das ist eine solche, die aber auch mit einer Ehrenamtszuschale verknüpft ist.“

Was sollte ein Bewerber mitbringen?

Chr. Wittenbauer: „Bewerber sollten neben einem geschichtlichen Hintergrund auch einiges an Vorwissen mitbringen. Eine wichtige Voraussetzung für alle Bewerber sollte sein, Kultur, Natur und Geschichte der Klosterlandschaft Langheim mit Freude an Interessierte weitergeben zu wollen.“

Können Sie uns etwas zu den Ausbildungsinhalten sagen?

Chr. Wittenbauer: „Da verweise ich auf Frau Liba Ernst.“

Für welche Werte stehen die Zisterzienser aus Ihrer Sicht?

Chr. Wittenbauer: „Sie stehen für mich in erster Linie für die christlichen Werte, aber auch für Fleiß, Weitsicht und Nachhaltigkeit.“

Was könnten wir heute noch von den Zisterziensern lernen?

Chr. Wittenbauer: „Nachhaltigkeit kann man von den Zisterziensern unheimlich gut lernen. Auf vielen Gebieten.“

Liba Ernst ist Mitarbeiterin der Tourist-Information und eine ausgebildete Zisterzienser-Wanderführerin. Für eine Frage rund um das Thema hat vor allem sie eine Antwort.

Was waren denn die Ausbildungsinhalte?

L. Ernst: „Das war die Bauweise der Zisterzienser, Wasserwege, Waldwirtschaft, die daraus erwachsene Prägung der Landschaft. Die Koordinationsstelle vom Cisterscape-Netzwerk in Bamberg hat diese ausgearbeitet.“



Auf der Webseite „Cisterscapes connecting Europe“ sind Sie unten rechts zu sehen, wobei es um einen Download und eine App geht. Was kann diese App?

Chr. Wittenbauer: Das 3D-Landschaftsmodell (auf dem Foto ist das Landschaftsmodell für die Klosterlandschaft Ebrach zu sehen) steht exemplarisch für die über Jahrhunderte hinweg durch die Klöster kultivierten Landschaften und für das gemeinsame Kulturerbe der Zisterzienser. Die über zwei Meter große Karte zeigt anhand von Markern aus den Bereichen Landwirtschaft, Siedlung, Religion und Handwerk die lokalen Spuren der Mönche sowie ihren Einflussbereich in der Klosterlandschaft. Mit der Cisterscapes-App kann man das Modell interaktiv und dreidimensional erleben. Augmented Reality erweckt die bedeutendsten Bauten der Zisterzienser vor Ort zum Leben. Virtuelle Info-Punkte liefern interessante Informationen zu den insgesamt 35 auf der Karte verteilten Markern. Auch in Klosterlangheim wird bald ein 3D-Landschaftsmodell für die Klosterlandschaft Langheim zu sehen sein.

Interview: Markus Häggberg



(v. l.) Stadtarchivarin Christine Wittenbauer und Steffen Hofmann, Leiter des Amtes für Wirtschaft, Tourismus und Kultur mit dem Bamberger Landrat Johann Kalb, Initiator des Projektes, bei der Siegelvergabe in Antwerpen.

Cisterscapes connecting Europe mit dem Europäischen Kulturerbe-Siegel ausgezeichnet



Die vom Landkreis Bamberg koordinierte Bewerbung von 17 zisterziensischen Klosterlandschaften aus fünf europäischen Ländern, Cisterscapes connecting Europe, wurde am 17.04.2024 im belgischen Antwerpen mit dem Europäischen Kulturerbe-Siegel ausgezeichnet.

Die Klosterlandschaft Langheim ist dabei eine der 17 Einzelstätten und Projektpartner und darf sich nun zum europäischen Kulturerbe zählen.

CISTERSCAPES – ZISTERZIENSERLANDSCHAFTEN VERBINDEN EUROPA

Cisterscapes vereint 17 Klosterlandschaften in 5 europäischen Staaten. Sie stehen für den Reformorden der Zisterzienser, der nach seinem Ursprung 1098 rasch ein hochmittelalterliches europäisches Netzwerk bildete. In ganz Europa bewirtschafteten die Zisterzienser ihre Besitzungen nach gemeinsamen Prinzipien. Die Kombination von religiösen Idealen mit Wissenschaft auf dem neuesten Stand und Landwirtschaft transportierte sehr effektiv kulturelle und technische Innovationen. Sie prägte maßgeblich die Kulturlandschaften Europas. Cisterscapes fokussiert und bewahrt dieses Erbe für die Generationen der Gegenwart.



Weitere Informationen zum Projekt „Cisterscapes – Cistercian Landscapes connecting Europe“ finden Sie unter www.cisterscapes.eu.

CENTURY 21

Crettaz Immobilien



Kostenlose
Immobilien-
bewertung

GEMEINSAM LASSEN
WIR AUCH IHRE
IMMOBILIENTRÄUME
WAHR WERDEN.

LICHTENFELS & RAUM OBERFRANKEN
IHRE IMMOBILIENMAKLERIN MIT HERZ



CENTURY 21 CRETTAZ IMMOBILIEN

MICHELLE CRETTAZ

COBURGER STR. 3, 96215 LICHTENFELS

TEL: 09571 - 758 35 01

CRETTAZ.IMMOBILIEN@CENTURY21.DE

WWW.CRETTAZ-IMMOBILIEN.CENTURY21.DE

