

IN QUARANTÄNE

SUP

Die „Fantas“ führten die Eltern unserer Kinder einst in die Geheimnisse der deutschsprachigen Kurzbegrifflichkeiten ein. Diese Ausdrücke waren dank des Hits der Stuttgarter Rap-Kombo dann phasenweise in. Die Jugend von heute kürzt ständig ab. „BFF“ (best friend forever, übersetzt beste/r Freund/in für immer), „LOL“ (laughing out loud, leise lachen), „OmG“ (Oh, mein Gott) oder „wg“ (wie geht's und nicht etwa Wohngemeinschaft) – ohne solch elektronische Kommunikationsausdrücke ist der pubertierende Teenager der Jetztzeit megaout. Im Urlaub wird das Handy glücklicherweise häufiger mal beiseite gelegt. Wobei der Ersatzreiz für den eigenen Nachwuchs stimmen muss. Also aufs Rad gesetzt und per Pedalkraft zum nahegelegenen See. Ziel ist zunächst der Verleih verschiedenartiger Fortbewegungsmittel auf dem Wasser. Und dort dann „SUP“. Okay? im ersten Moment stützt der sportliche Herr Papa. „SUP“? Ach, die Damen des Haushalts werden es schon wissen, haben es ja im vergangenen Jahr schon ausprobiert. Und so stehe ich wenige Minuten später mit einem Paddel in der Hand auf einem wackligen Brett. Und ob Sie es glauben oder nicht: Stand Up Paddling macht Spaß. Zumindest solange man(n) mit dem Wind unterwegs ist. Der weht an diesem Nachmittag aber in stürmischen Böen ablandig, so dass – wie der Mann am Verleih warnend mit auf dem Weg gab – die Rückfahrt der Armmuskulatur ordentlich zusetzt und das Ganze einer kleinen Tortour gleicht. Aber das komplette Szenario ist für Körper und Geist auch entspannend, der Kopf wird frei, mit und in der Natur genießen. „SUP“ ist einfach schön. Mit freundlichen Grüßen, oder besser MfG.

Volkmär Schäfer

Cappel setzt auf frische Kräfte aus eigener Jugend

MARBURG-CAPPEL (jpk). „Gerne wieder oben mitspielen“, ist das Ziel des FSV Cappel in der neuen Saison der Fußball-Kreisoberliga Nord. In der wegen der Corona-Pandemie abgesprochenen zweiten Spielzeit nach dem Wiederaufstieg hatten die Kicker aus dem Marburger Stadtteil beinahe den Aufstieg in die Gruppenliga geschafft. Mit 46 Punkten aus 21 Begegnungen lag die Truppe von Trainer Jan Kuschnier am Ende gleichauf mit dem SV Emsdorf und musste sich nur aufgrund der schlechteren Tordifferenz hinter den Grün-Weißen einordnen. Der Quotient von 2,19 reichte im Vergleich mit den anderen Kreisoberliga-Vize-ameisen nicht zum Aufstieg.

Der FSV muss mit Elvis Funwi Shuakonwi (Ziel unbekannt) und Florian Dörr, der kürzer treten will, nur zwei Abgänge verkraften, kann aber immerhin neun neue Leute vorweisen. Fünf davon, nämlich Mats Gesang, Can Samci, Jannis Thurn, Lennart Weber und Sergej Sajzew entstammen der eigenen Nachwuchsabteilung. Thorsten Geurtz war Kapitän und des TSV Elnhausen und wird sich mit Kevin Kiel darum streiten, wer im Capper Kasten stehen darf. Lukas Erne kommt vom TSV 1888 Lustnau aus Baden-Württemberg, Tobias Chisi vom FC Viktoria Mömmlingen und Etienne Yi Qiang Hu von den Sportfreunden Blau-Gelb Marburg.



Diether Achenbach (Zweiter von links) und die Mitglieder des neuen Kreissportgerichts: (von links) Florian Kamm (Einzelrichter Jugend), Holger Walter (Einzelrichter B-Liga), Thomas Biek (Vorsitzender), Thomas Michel (Stellvertretender Vorsitzender), Lothar Steidl (Einzelrichter A-Liga), Sabrina Neubauer (Beisitzerin) und Erhard Fuchs (Beisitzer). Foto: Jens Schmidt

Fairness, Gerechtigkeit, Transparenz

Mit Thomas Biek und Thomas Michel stehen ein Rechtsanwalt und ein Kripobeamt an der Spitze des neuen Kreissportgerichts

Von Jens Kauer

HINTERLAND. Am längsten dauerte der Kreisfußballtag am 31. Juli in der Dautphetaler Hinterlandhalle für die Mitglieder des neuen Kreissportgerichts, das nach Ende der Versammlung noch seine konstituierende Sitzung abhalten musste. Mit Thomas Biek und Thomas Michel stehen zwei neue Männer an der Spitze des Rechtsorgans des Fußballkreises Biedenkopf, in dem es noch zwei weitere neue Gesichter gibt. Aber auch weiterhin eines, das Kicker, die über die Stränge geschlagen haben, seit 44 Jahren kennen.

„Der Kreisfußballausschuss wird sich an vielen Stellen am heutigen Abend neu positionieren“, hatte sich vor anderthalb Wochen Diether Achenbach nach seiner Wahl zum neuen Biedenkopfer Kreisfußballwart an die Delegierten der Hinterländer Vereine gewandt und kündigte damit den größten personellen Umbruch seit Jahrzehnten an: „Es wird neue Gesichter geben. Einige übernehmen Funktionen, mit deren Tätigkeiten und Inhalten sie in der Vergangenheit wenig bis gar nichts zu tun hatten. Hier werbe ich jetzt schon um einen fairen und gedulden Umgang. Es

ist noch kein Meister vom Himmel gefallen.“

Auf keines der in der Hinterlandhalle zu wählenden Gremien traf dies in dem Maße zu, wie auf das Kreissportgericht, in dessen Reihen ein Generationenwechsel vollzogen wurde. Achenbach aber präsentierte seine Liste an Kandidaten mit hörbarem Stolz und offenbar in vollster Überzeugung, dass diese ihre verantwortungsvolle Aufgabe in den nächsten vier Jahren meistern werden. Allen voran den als Nachfolger von Erhard Fuchs als Vorsitzender auserkorenen Thomas Biek. „Er ist aufgrund seiner beruflichen Biografie eine ideale Besetzung für diese Funktion. Als Rechtsanwalt mit eigener Kanzlei sind ihm juristische Vorgänge bestens vertraut“, warb der neue Hinterländer Fußballboss um Vertrauen für den 54-Jährigen.

Thomas Biek ist ein Dautphetal in bestem Sinne. Der gebürtige Wolfgrubener wohnt mit seiner Familie seit Jahren in Dautphe, seine sportliche Heimat aber ist der SV Silberg. „Diether lag mir seit langer Zeit in den Ohren, ich sei doch der Richtige für den Posten. Aber ich habe natürlich auch beruflich viel zu tun“, erklärt Biek, weshalb er etwas zögerte, Achenbach seine feste Zusage zu geben. Er

ist seit 22 Jahren als selbstständiger Rechtsanwalt mit dem Schwerpunkt Familienrecht, aber auch im Strafrecht tätig und betreibt zusammen mit Olaf Plum eine Kanzlei in Bad Laasphe. Doch Biek ist auch ehrenamtlich vielfältig engagiert. Am vergangenen Sonntag beispielsweise konnte man ihn im Dautphetal Freibad erwischen – beim Thekendienst am Kiosk. „Hier ist gerade die Hölle los. Wir mussten mal einspringen, unsere Frauen haben ja völlig am Rad gedreht“, entgegnet der zweifache Vater bei der telefonischen Kontaktaufnahme, fast überbört vom Klamauk der nach Eis und Limo lechzenden Kinder. Thomas Biek arbeitet nicht nur im Förderverein Freibad Dautphe mit, er

zählt auch zu den Gründungsmitgliedern des Jugendfördervereins (JFV) Hinterland, der

die Jugendarbeit der Fußballvereine FV Breidenbach, FV Wallau, FV Wiesenbach, SpVgg Eisenhausen und SV Silberg bündelt. Sein Sohn Elias ist mittlerweile dem Juniorenalter entwachsen und kickt für die SG Silberg/Eisenhausen in der Kreisoberliga.

Dass Thomas Biek als neuer Chef des Kreissportgerichts angetreten ist, hat auch damit zu tun, dass er auf Unterstützung eines starken Teams bauen darf. Und er betont nachdrücklich: „Das Kreissportgericht in dieser personellen Zusammensetzung hätte es ohne Diether Achenbach nicht gegeben. Er hatte diesbezüglich ganz konkrete Vorstellungen und hat mit großem persönlichem Engagement um die Leute gebuhlt.“

Fündig geworden auf der Suche nach geeigneten neuen Kandidaten ist Achenbach vor

allem in Reihen der Ordnungshüter. Bieks Stellvertreter Thomas Michel ist wie der Kreisfußballwart Mitglied des FV Wiesenbach und Kripobeamt in Marburg. Polizeibeamte sind auch Florian Kamm vom FSV Buchenau, der sich als Einzelrichter der Jugend-Sportgerichtsbarkeit annehmen soll, und auch Sabrina Neubauer. Die Kickerlegende des SV Kickers Erdhausen schnuppert zunächst als Beisitzerin in ihren neuen Aufgabenbereich hinein.

Den personellen Umbruch im Kreissportgericht nennt Thomas Biek einen „abrupten Generationenwechsel. Ich hätte mir auch eine Übergangsperiode vorstellen können, während der Thomas Michel und ich Erhard Fuchs und Armin Müller an der Spitze abgelöst hätten. Ich habe mir deshalb auch ausdrücklich gewünscht, dass Erhard uns weiterhin mit seinem Erfahrungsschatz zur Verfügung steht, wie das richtige Strafmaß zu finden ist. Wir müssen ja auch erst die ganzen Abläufe kennenlernen, das fängt schon bei der spezifischen EDV an“. Entsprechend Bieks Wunsch kam es nicht wirklich überraschend, dass sich der 76-jährige Hartenröder, der seit 1976 im Kreisrechtsausschuss/Kreissportgericht tätig ist und diesem seit

1996 vorsah, auf dem Kreisfußballtag als Beisitzer auf Achenbachs Vorschlagsliste wiederfand. Fuchs und Armin Müller (SSV Lixfeld) wurden zudem als die beiden Biedenkopfer Mitglieder des Regionalsportgerichts bestätigt.

Und auch zwei weitere altbewährte Kräfte sind weiter im Boot der Hinterländer Fußballrichter. Und zwar an entscheidender Stelle. „Machen wir uns nichts vor: An den beiden Einzelrichtern bleibt die Hauptarbeit hängen“, weiß auch Thomas Biek und ist dankbar, dass diese Funktionen weiterhin Lothar Steidl (SpVgg Wacker Frohnhäuser) für die Kreisliga A, und Holger Walter (SV Rot-Weiß Hartenrod) für die Kreisliga B Biedenkopf ausfüllen werden.

Was in ihrem Ehrenamtsjob auf sie zukommen kann, hat das neue Führungsduo als Gäste der ein oder anderen Sportgerichtsverhandlung hautnah erlebt. „Wir wollen anständig mit den Leuten umgehen“, formuliert der Vorsitzende als Leitsatz, „unsere Verhandlungsführung und Rechtsprechung soll von Fairness, Gerechtigkeit und Transparenz geprägt sein. Aber wir sind bei allem natürlich an die Paragraphen der Strafordnung gebunden“, weiß Rechtsanwalt Biek allzu gut.



„Ich habe mir ausdrücklich gewünscht, dass Erhard Fuchs uns weiterhin mit seinem Erfahrungsschatz zur Verfügung steht.“

Thomas Biek zur neuen Rolle seines Vorgängers als Sportgerichtsbeisitzer

Hundertmal die Fäuste ballen

Die Beine haben Ruhe, wir nehmen die Hände in den Fokus / Eine Übung, bei der auch Tempo gefragt ist

Einen wunderschönen guten Morgen für Sie! Schon während Sie lesen, können Sie meinen Vorschlag umsetzen. Anders als gestern und vorgestern haben die Beine etwas Ruhe und wir nehmen die Hände in den Fokus.

Gerne können Sie bei der heutigen Übung sitzen bleiben, wenn Sie möchten. Aber setzen Sie sich möglichst aufrecht hin. Im besten Fall befinden sich Ihre Fußsohlen komplett auf dem Boden und die Knie sind senkrecht über den Sprunggelenken.

Kippen Sie Ihr Becken etwas nach vorne, so dass Sie Ihr Hohlkreuz (im medizinischen Fachjargon heißt das Lenden-

lordose) spüren. Heben Sie auch noch das Brustbein und den Kopf bewusst an. Ihre Schulterblätter ziehen nach unten in Richtung Gesäß.



Jetzt starten Sie: schließen Sie beide Hände zu einer Faust und öffnen anschließend die Hände wieder. Danach machen Sie noch einmal eine Faust; anschließend werden die Hände erneut geöffnet. So geht es nicht nur ein-

mal, zwei- oder dreimal wieder. Nein, Sie wiederholen dies (ja, Sie lesen richtig) einhundert Mal. Und zwar nicht nur oft, nein, auch noch schnell. Versuchen Sie, so schnell es Ihnen möglich ist, diese einhundert Wiederholungen zu absolvieren. Bitte dabei nicht „huddeln“. Arbeiten Sie korrekt.

Da es ja gerade sommerlich warm ist, haben Sie eventuell ein kurzärzeliges Oberteil an. Dies ist gut, denn dann können Sie während der Übung beobachten, welche Muskeln an dieser Tätigkeit noch beteiligt sind. Sicherlich fallen Ihnen am Unterarm einige Muskeln bei der Arbeit auf. Mir gefällt es immer,

wenn ich bei an sich einfachen Übungen, deren Komplexität feststelle. Genau aus diesem Grunde gibt es für mich auch keine „einfachen“ Übungen. Für mich gibt es nur Tun oder Nicht-Tun.

Wenn Sie gerade mit dem Tun beschäftigt sind, wird Ihnen vielleicht auffallen, dass es schnell sehr anstrengend sein kann, die 100 Wiederholungen zu schaffen. Halten Sie durch. Es ist ja gleich geschafft.

Schön, dass Sie mitgemacht haben. Morgen biete ich Ihnen eine Übungsmöglichkeit für Ihre Füße an. Bis dahin herzliche Grüße, Ihre Carmen Dikomeit

KICKER IM TEST

- **FV Wallau – SG Roth/Simmersbach 0:4 (0:3):** 0:1 Fabian Schütz (39.), 0:2 Fabian Schütz (41.), 0:3 Johannes Kemmler (44.), 0:4 Johannes Kemmler (57.).
- **SV Bauerbach – VfL Biedenkopf 4:1 (1:0):** 1:0 Luis Höflein (51.), 2:1 Janik Schwarz (62.), 3:1 Janik Schwarz (65.), 4:1 Paul Jura (76.).
- **VfB Wetter – SG Rennertehausen/Battenfeld 5:1 (1:0):** 1:0 Jonas Bettelhäuser (22.), 1:1 Fabian Hedderich (51.), 2:1 Dogan Caliskan (55.), 3:1 Matthias Weibkopf (58.), 4:1 Niko Gehrmann (89.), 5:1 Gehrmann (90.).
- **Weitere Ergebnisse:** SV Hartenrod – TSV Bicken II 4:3, SV Emsdorf – SV Großseelheim 4:1.

Testspieltermine bis Sonntag

- **Donnerstag, 13. August; 19 Uhr:** FC Türk Gücü Breidenbach – SF/BG Marburg II., VfL Weidenhausen – FC Oberwaltern.
- **Freitag, 13. August; 19 Uhr:** SSV Endbach/Günterod – Gladenbacher SC II.
- **Samstag, 15. August; 13 Uhr:** TuSpo Breidenstein II – FC Kombach II; **15 Uhr:** FV 09 Breidenbach – TuS Erdtebrück, FSV Buchenau II – SG Rosphe II, SV Eckelshausen – TSV Dodenau, SG Holzhausen/Hommershausen – VfL Biedenkopf II (in Holzhausen), TuSpo Breidenstein – FC Kombach, SG Hammerweier – SSV Bottenhorn (in Steinbrücken), SSV Dillenburg – SG Wommelshausen/Dernbach; **16 Uhr:** SpVgg Eismeth II – SSV Endbach/Günterod II; **17 Uhr:** TSV Bicken – FC Türk Gücü Breidenbach, FSV Buchenau – SG Rosphe, FSV Cappel II – FV 09 Breidenbach II; **18 Uhr:** SG Versbachtal – SG Aartal (in Weipoltshausen), TSV Caldern – SG Dautphetal.
- **Sonntag, 16. August; 13 Uhr:** SG Hatzfeld/Eifa II – FV Wallau II (in Eifa); **14.30 Uhr:** SG Oberes Edertal – VfL Biedenkopf (in Reddighausen); **15 Uhr:** SV Eckelshausen – Germania Betziesdorf, SG Dautphetal – SG Nordkreis (in Dautphe), SG Mornshausen/Erdhausen – SV Hartenrod (in Mornshausen/S), SpVgg Eismeth – FC Angelburg; **15.30 Uhr:** SG Hatzfeld/Eifa – FV Wallau (in Eifa); **16 Uhr:** SG Wommelshausen/Dernbach II – FC Eintracht Haiger (in Dernbach), TSV Battersbach – VfL Weidenhausen.