

## Regionalliga

# Der Meister steht wieder vorne

Mit einem unerwartet deutlichen Sieg gegen Heusweiler bestätigte der RSV Spiesen-Elversberg seine erneuten Titelambitionen. Der KSV besiegte Mainz und Fürstenhausen vorer gegen Ludwigshafen.

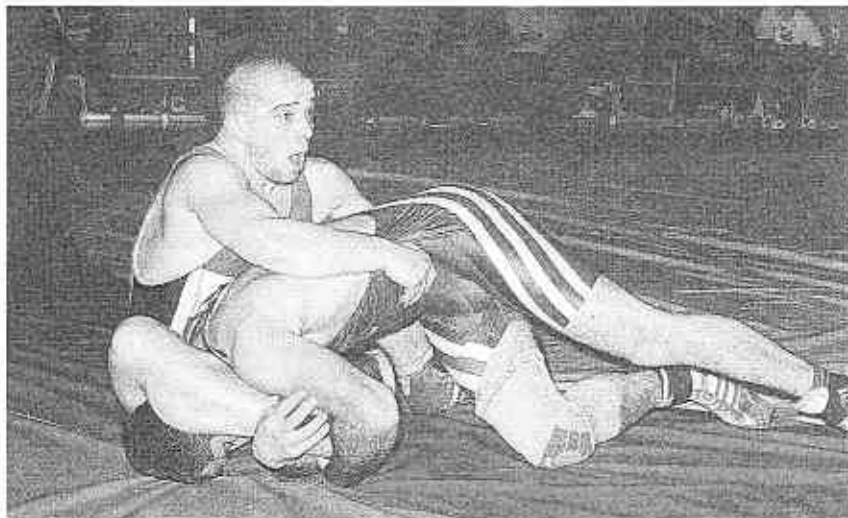
VON FRED KIEFER

**RSV Spiesen-Elversberg - AC Heusweiler 27:12.** Fast alle Experten trauten dem amtierenden Meister einen Sieg gegen den Tabellenführer aus dem Köllertal zu, niemand hatte aber mit einem solch deutlichen Ergebnis gerechnet. Klar, dass RSV-Trainer Frank Derschang am Ende mit Stolz in der Stimme feststellte: „Das war eine tolle Vorstellung unserer Ringer. Jeder hat sein ganzes Leistungsvermögen abgerufen“. Die zahlreichen Heusweiler Fans verließen dagegen bitter enttäuscht die Langdellhalle. „Gegen eine starke Mannschaft zu verlieren ist eine Sache, aber so deutlich unter die Räder zu kommen, eine andere“, so ein AC-Anhänger. Zur Ehrenrettung der Gäste muss erwähnt werden, dass sie ohne ihre Stammringer Sebastian Feld und Christoph Schwarz angetreten waren. Es ist aber fraglich, ob es in Bestbesetzung für einen Sieg

gereicht hätte. Die RSV-Staffel stand nämlich wie aus einem Guss. Für die dicke Überraschung des Abends sorgt Yüksel Dincay als er den seit längerer Zeit unbezwungenen Heusweiler Freistilspezialisten Cacan Cakmak mit 3:0 besiegte. Gute kämpferische Leistungen auf Seiten der Gastgeber vollbrachten auch Liridon Avdyli, Niklas Bredy und Klaus Mertes. Der erst 15-jährige Bredy gewann eine Runde gegen Lukas Wagner. Auf Heusweiler Seite glänzten Mathias Schwarz mit einem 3:1-Punktsieg über Routinier Andy Doll und Halef Cakmak mit einem 3:0 gegen Vito Nardi.

**WKG Metternich-Rübenach - KV Riegelsberg II 10:31.** Der deutliche Sieg der jungen Riegelsberger Staffel geriet zu keiner Phase des Kampfes in Gefahr. Sie führte nach fünf Kämpfen durch klare Siege von Nico Zarcone, Kim Werkle, Timo Müller, Philipp Degel und Kevin Osthoff fast uneinholbar mit 18:2 Punkten. Nach der Pause machten dann Abdel-Akrim Harouat, Lars Kistner und Carsten Hahn den Kantersieg perfekt.

**KSV Köllerbach II - ASV Mainz 88 II 26:14.** Alleine fünf Viererwertungen für die Gastgeber sprechen für sich: Köllerbach war klar die bessere



RSV-Neuzugang Yüksel Dincay, in Rot, lieferte mit seinem 3:0 über Cacan Cakmak eine faustdicke Überraschung. Foto: Kiefer

Mannschaft. Martin Seimetz glänzte in der Gewichtsklasse bis 55 Kilo mit einem Schultersieg über Sahin Kiziltas und auch Alexander Geid konnte sich mit einem entscheidenden Sieg in die Gewinnerliste des KSV eintragen.

**KSV Fürstenhausen - KSG Ludwigshafen 19:22.** Der Auf-

steiger stand ganz dicht vor seinem dritten Sieg in der laufenden Runde. Doch am Ende fehlte das oft zitierte Quäntchen Glück zum Erfolg. Der Freisieg von Christoph Mang in 55 Kilo, das 4:0 von Juri Schmatov über Dogan Yilmaz, das hart umkämpfte 3:2 von Tobias Dietzhoff über Hasan Yilmaz und nicht zuletzt

auch der Schultersieg von Michael Nesseler gegen Kadir Gönan ließen Hoffnungen auf Seiten der Gastgeber aufkeimen. Nach der Pause konnte aber nur noch Sven Grell ein 3:1 über Michael Magin nachlegen - zu wenig, um den Vorteil aus den ersten Kämpfen über die Zeit zu retten.

## Turnen

## Melderekord beim 4. Kongress „Fitness und Gesundheit“

Mit 250 Teilnehmern war der 4. Kongress „Fitness und Gesundheit“, den das Bildungswerk des Saarländischen Turnerbundes in Kooperation mit dem Landessportverband für das Saarland (LSVS) am vergangenen Samstag an der Hermann Neuberger Sportschule in Saarbrücken veranstaltete eine rundum gelungene Sache.

VON MARION ESSER

Die Themenvielfalt überzeugte. In 31 Praxisworkshops wurde unter der Dachmarke „GYM-WELT“ die Vielfalt des Fitness- und Gesundheitssports präsentiert. Erfahrene Referenten aus den eigenen Reihen sowie Präsentierer aus ganz Deutschland vermittelten die neuesten Erkenntnisse und Trends. Die Workshops reichten von klassischen Fitness- und Gesundheitsthemen wie Aerobic, Wirbelsäulengymnastik, Wandern und Nordic Walking bis hin zu neuen Angeboten wie Togu-Brasit, INDIAN BALANCE und Aroha.

Erstmals präsentierte sich Master Coach Christian de May,

der Erfinder der „Indian Balance“ Trainingslehre, im Saarland bei einem Kongress. Die Indian Balance Trainingslehre setzt auf die innovative Verknüpfung moderner Trainingslehre und dem indianischen Wissen über das Fließen der Körperenergie. Die Teilnehmer waren begeistert von der neuen Trainingsform, die de May einfühlbar vorstellte. Unter dem Motto „Speck weg“ brachte Susan Haßlach in ihrem Workshop die Teilnehmer bei einem vielseitigen Kraft-Ausdauer-Zirkeltraining ins Schwitzen. Vor zwei Jahren besuchte sie als Teilnehmerin ihren ersten Kongress beim Bildungswerk, um Ideen für ihre Übungsstunden beim TV Emmersweiler zu suchen. Mittlerweile ist sie im Saarländischen Turnerbund im Fachbereich Gesundheitssport aktiv und gehörte in diesem Jahr zum Referententeam des Kongresses.

Mit seiner Angebotspalette hatte die vierte Auflage des Kongresses vor allem Übungsleiter und Trainer aus dem Vereinssport angelockt. Aber auch Sport- und Gesundheitsinteressierte, die sich nur informieren

und sich einen Überblick über neue Trainingsformen verschaffen wollten, fanden sich unter den Kongressteilnehmern. Die Hermann Neuberger Sportschule mit ihren zahlreichen Sportanlagen war wieder der ideale Rahmen für diesen vielseitigen Fortbildungskongress: Kurze Wege, ansprechende Hallen und dazu Mittagspause in der beliebten Sportlermensa - was will man mehr. Über diese guten Voraussetzungen freuten sich auch die Teilnehmer der Kurse im Wandern und Brain Walking. „Beim Brainwalking handelt es sich um eine Kombination aus Bewegung in der Natur und Denksportübungen“, so Edeltrud Schätzel, die Referentin des Workshops. Trotz durchwachsener Wetterlage machte sie sich mit einer wissbegierigen Gruppe auf den Weg durch den Wald. „Mit der Zusammenstellung der Workshops haben wir richtig gelegen. Alles Workshops waren fast ausgebucht. Die Teilnehmer konnten viele neue Anregungen für ihre Übungsstunden sammeln“, so Laila Braun-Leibrock vom Bildungswerk.



Rita Ackermann vom Turnverein Rußhütte sammelte begeistert neue Ideen für ihre Übungsstunden im Verein. Foto: STB