TECK

JAHRGANG 4 · AUFLAGE: 30.200

EXTRA

AM WOCHENENDE

FREITAG, 25. SEPTEMBER 2026
SAMSTAG, 26. SEPTEMBER 2026

Ihr Immobilienexperte vor Ort mit über 35-jähriger Erfahrung!

Wir suchen ständig Häuser, Wohnungen und Bauplätze (auch Abrisshäuser) in sämtlichen Preisklassen zum Kaufen und Vermarkten

JUNGBLUT Immobilien

Kirchheim / Teck · Rossmarkt 11 · Telefon 07021 488430
info@jungblut-immobilien.de · www.jungblut-immobilien.de

Familienspaß im Schwabenpark gewinnen

Das Teck EXTRA verlost ein Paket mit zwei Tickets für Erwachsene sowie zwei Tickets für Kinder bis 11 Jahre. Mehr als 70 Attraktionen erwarten die Gewinner im Schwäbischen Wald.

Der Schwabenpark in Kaisersbach im Schwäbischen Wald ist ein familiengeführter Freizeitpark mit über 70 Attraktionen und Shows. Der Fokus liegt auf familienfreundlichen Erlebnissen für Kinder und Erwachsene gleichermaßen. Eingebettet in die Natur der Region bietet der Park Fahrgeschäfte, Themenwelten und Spielbereiche für einen spannenden Tagesausflug oder Kurzurlaub. Mit dem Teck EXTRA kann ein Leser oder eine Leserin zwei Tickets für Erwachsene und zwei Kinder-Tickets (bis 11 Jahre) gewinnen. Einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Schwabenpark“ an die E-Mail-Adresse **extra-gewinnspiel@teckbote.de** schicken. **Der Einsendeschluss ist dieses Mal bereits am Montag, 28. September, 14 Uhr!**

Seit diesem Sommer ergänzt ein neues Familien-Highlight das Angebot: „Turbo Tonis Wäscheschleuder“. Die Familienschaukel ist seit Juli 2026 geöffnet und bereits für Kinder ab drei Jahren und einer Körpergröße von 90 Zentimetern in Begleitung eines Erwachsenen geeignet.

Turbo-Toni: Nervenkitzel **für die ganze Familie**

Thematisch greift die Attraktion eine regionale Geschichte auf: In einem kleinen Tal bei Gmeinweiler, unweit des Schwabenparks, lebt der Waschbär Turbo Toni. Schon früh begeistert er sich für Ordnung, Bewegung und das Tüfteln. Als er eines Tages versucht, die Wäsche eines ganzen Dorfs auf einmal zu trocknen, gerät sein selbst gebauter Trockner außer Kontrolle. Wäschestücke fliegen durch die Luft, Seifenblasen wirbeln umher und Turbo Toni dreht sich mitten im Geschehen. Aus dem missglückten Versuch entsteht schließlich die Idee einer riesigen „Wäscheschleuder“.

Im Schwabenpark ist diese Geschichte als Familienfahrgeschäft erlebbar. Die bis zu zwölf Meter hohe Schaukel ist im Stil eines historischen Waschzubers aus dem 19. Jahrhundert gestaltet. Die frei schwingende Gondel bietet Platz für bis zu 16 Personen und sorgt mit wechselnden Bewegungsabläufen für Fahrspaß. Die Fahrt kommt ohne Überschläge aus, bietet aber dennoch spürbares Bauchkribbeln. „Gerade Familien mit jüngeren Kindern wünschen sich Attraktionen, die sie gemeinsam erleben können. Mit Turbo Tonis Wäscheschleuder erfüllen wir genau diesen Wunsch. Dass bereits Dreijährige gemeinsam mit ihren Eltern mitfahren können, macht die Schaukel zu etwas ganz Besonderem. Uns ist es wichtig, dass auch die jüngsten Besucher bei uns schon viel erleben können“, sagt Geschäftsführer André Hudelmaier. Neben „Turbo Tonis Wäscheschleuder“ gibt es für jüngere Besucher unter anderem den Raupen-Express, die Wasserbahn „Kroko Splash“ und die Märchenfahrt zu entdecken.

Im Herbst steht der Schwabenpark ganz im Zeichen von Kürbissen und Gespenstern. Vom 1. Oktober bis 1. November sorgt Schimpis Kürbiszauber für herbstliche Stimmung im Freizeitpark. Vom 23. Oktober bis 1. November 2026 ergänzen die Gespensternächte das Herbstprogramm. *pm/zap*

Weitere Infos zum Programm und Aktionen während Schimpis Kürbiszauber und der Gespensternächte sind auf der Homepage sowie über die Social-Media-Kanäle zu finden: www.schwabenpark.de



„Turbo Toni“ gehört seit dem 1. Juli zu den Attraktionen im Schwabenpark. Foto: pr

GEWINNER

KIRCHHEIM. Zahlreiche Leserinnen und Leser haben sich wieder am Teck EXTRA-Gewinnspiel beteiligt, bei dem es dieses mal ein E-Paper-Abo des Teckboten für zwei Monate zu gewinnen gab. Darüber freuen darf sich:
Heidrun Kuch, Neidlingen

Ihr Qualitätsmakler
IKS Immobilien-Kanzlei SOMMERER
www.ik-s.eu • verkauf@ik-s.eu
https://ik-s.eu/immobilienbewertung

Gelesen werden kann die E-Zeitung des Teckboten auf dem Tablet, Smartphone oder PC. Übrigens sind auch die Ausgaben des Teck EXTRA über die E-Paper-App abrufbar. Nach den zwei Monaten endet das Abo automatisch. Die Gewinnerin wird per E-Mail benachrichtigt.
Das Team des Teck EXTRA wünscht viel Spaß beim Lesen! *eis*

Sooowas von gut...!
STUDIO-NEU ERÖFFNUNG
Württembergs großer Polsterspezialist
30 JAHRE
Polsterwelt ENGELHARDT
...Ab sofort gibt es auch Essgruppen, Stühle, Bänke und Tische!“
ARMLEHNSTUHL EGON mit Strukturstoffbezug anthrazit,
JUBILÄUMSPREIS je 99,-
Sensationelle Eröffnungspreise!
Polsterwelt ENGELHARDT GmbH
Mo-Fr 10 -19 Uhr / Sa 10 -18 Uhr
www.polsterwelt-engelhardt.de
Zollbergstr. 8 -10
73734 Esslingen
Tel. (0711) 25 28 100
ESSLINGEN KW39

UMZUG?
· mit Hausratverpackung
· mit Außenaufzug
· mit Schreinermeister
Dann: mit
THEUNER UMZUGS-SERVICE
Telefon 07021 83603
theuner@t-online.de

WOLLMARKT KIRCHHEIM

Kunsthandwerk, Unterhaltung und Mitmach-Aktionen

Von 1819 bis 1914 war Kirchheim der größte Umschlagsort für Wolle im Königreich Württemberg. Anlässlich des 1050-jährigen Stadtjubiläums im Jahr 2010 wurde der historische Wollmarkt wieder ins Leben gerufen. Seither findet er alle zwei Jahre als Kunsthandwerkermarkt im Zeichen von Schaf und Wolle statt.

Wollmarkt dieses Mal **auf dem Gelände der Freihofschule**

In diesem Jahr findet der Kirchheimer Wollmarkt am Samstag, 3. Oktober, von 11 bis 18 Uhr und am Sonntag, 4. Oktober, von 11 bis 17 Uhr statt – aufgrund der Umbauarbeiten am Schloss zieht er in diesem Jahr auf das Gelände der Freihofschule um.

Rund 60 Verkaufsstände bieten ein vielfältiges Angebot rund um Schaf und Wolle. Besucherinnen und Besucher können sich auf handgefertigte Produkte, besondere Geschenkideen und zahlreiche kunsthandwerkliche Erzeugnisse freuen. Ergänzt wird das Marktgeschehen durch ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit stimmungsvoller Musik und Mitmach-Angeboten für Kinder.

Für die musikalische Unterhaltung sorgen verschiedene Künstlerinnen und Künstler, die mit ihren Darbietungen für eine besondere Atmosphäre auf dem Marktgelände sorgen.

Auch der Narrenkai, ein Hofnarr und talentierter Gaukler, wird mit seinen Kunststücken und humorvollen Einlagen große und kleine Besucherinnen und Besucher begeistern. Beim Mitmach-Filzen können Kinder ihrer Kreativität freien Lauf lassen.

Weitere Informationen und das aktuelle Programm zum Kirchheimer Wollmarkt findet man online unter www.kirchheim-teck.de/wollmarkt.

WANDERUNG

BISSINGEN. Entdecken Sie am Sonntag, 27. September, um 13 Uhr auf einer kleinen Wanderung mit der Gästeführerin und Biologin Cornelia Zeltner-Haustein die herbstliche Pflanzenwelt rund um den Schafbuckel nahe Ochsenwang. Dabei handelt es sich um ein Kleinod der Schopflocher Alb unmittelbar in der Nachbarschaft des bekannten Randecker Maars – die perfekte Kulisse für Mythen, Legenden und manch Wissenswertes rund um Wacholder, Silberdistel und Co.

Anmeldung und weitere Informationen online unter www.schwaebische-landpartie.de oder telefonisch unter der Nummer 0 70 23/74 46 99. *pm*

Kirchheim/Teck
SCHNEIDER Apotheke MACHE
Öffnungszeiten: durchgehend geöffnet!
Mo.-Fr. 8:15-18:30 Uhr | Sa. 8:00-14:00 Uhr
SCHNEIDER Apotheke MACHE
Inh. Sabine Mache
Marktstr. 29 | 73230 Kirchheim/Teck
Tel.: 0 70 21 / 26 33
Doc Ibuprofen Schmerzgel 5% -31%
100 g | 129,90 €/1 Kilo
12,99 € 18,98 €(1)
Hylo-Vision SafeDrop Dailiy Augentropfen -26%
10 ml | 999,00 €/1 Liter
9,99 € 13,50 €(2)
Dekristolvit D3 2000 I.E. Tabletten -27%
120 Stück
12,99 € 17,95 €(2)
IbuHEXAL akut 400 mg Filmtabletten -40%
50 Stück
7,99 € 13,45 €(1)
Weleda Duschen versch. Geruchsrichtungen -23%
je 200 ml | 26,45 €/1 Liter
je 5,29 € 6,95 €(2)
E-Rezept? Einfach per App!
Jetzt App downloaden
GET IT ON Google Play
Download on the App Store
(1) Erstattungspreis im Falle der ausnahmsweisen Kostenübernahme durch die gesetzl. Krankenkassen; vor Abzug eines Zwangsrabattes (zur Zeit 5% nach § 130 Abs. 1 SGB V.). (2) Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers (UVP) Preise inkl. MwSt. (3) Unser vorheriger Preis. (4) Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! (5) Bitte beachten Sie unsere Liefergebiete. (6) Bei Bestellungen Mo-Fr. bis 16 Uhr und Lieferfähigkeit vorausgesetzt . (*/7) Im rezeptfreien Sortiment. Für Druckfehler keine Haftung. Solange der Vorrat reicht und nur in haushaltsüblichen Mengen.
Rabatt-Gutschein
20%(*) auf einen rezeptfreien Artikel Ihrer Wahl!
(*) Gültig auf einen rezeptfreien Artikel Ihrer Wahl (außer Bücher, Botenlieferungen, Zuzahlungen und Sonderangebote - siehe www.apotheke-mache.de). Pro Person 1 Gutschein. Nicht online einlösbar. SCHNEIDER Apotheke MACHE, Marktstr. 29, 73230 Kirchheim/Teck
Meine Apotheke MACHE
Gültig bis 21.11.2026
Kosmetik-Gutschein
15%(*) auf einen Kosmetik Artikel Ihrer Wahl!
(*) Gültig auf einen rezeptfreien Artikel Ihrer Wahl (außer Bücher, Botenlieferungen, Zuzahlungen und Sonderangebote - siehe www.apotheke-mache.de). Pro Person 1 Gutschein. Nicht online einlösbar. SCHNEIDER Apotheke MACHE, Marktstr. 29, 73230 Kirchheim/Teck
Meine Apotheke MACHE
Gültig bis 21.11.2026

Was ist los in Kirchheim und Umgebung?



Auf dem Platz der kleinen Freiheit kann am Freitag das Trio „ExzeLenz“ gehört werden. Am Samstag spielen „Hippie and the Boss“ zum Saisonabschluss live auf der Open-Air-Bühne. Foto: pr

Der Platz der kleinen Freiheit verabschiedet am Wochenende die Open-Air-Saison. Mit ExzeLenz sowie Hippie and the Boss steht zum Abschluss noch einmal handgemachte Livemusik im Mittelpunkt.

Freitag, 25. September

Das Kommunale Kino Kirchheim zeigt am Freitag die Filme „Mein neues altes Ich“ und „Spaziergang nach Syrakus“. Am Samstag sind „Etwas ganz Besonderes“ und „Was haben wir gelacht“ zu sehen. Am Sonntag stehen die Filme „Spaziergang nach Syrakus“ und „Etwas ganz Besonderes“ zur Auswahl. Weitere Infos sowie Tickets online unter www.koki-kirchheim.de.

Der Berliner Pianist und Liedermacher Manfred Maurenbrecher gastiert am Freitag ab 20.30 Uhr im Club Bastion in Kirchheim. Karten sind über Easy Ticket und an der Abendkasse erhältlich.

Zum Saisonfinale spielt ExzeLenz am Freitag von 19 bis 22 Uhr live unter freiem Himmel auf dem Platz der kleinen Freiheit in Kirchheim. Die Bewirtung startet um 18 Uhr. Der Eintritt ist frei, eine Hutspende ist erwünscht.

Der Konzertpianist Albert Kailer spielt am Freitag auf der Orgel in der Martinskirche in Kirchheim bekannte Titel aus den 60er- bis 90er-Jahren, unter anderem von Elvis Presley, John Lennon, Peter Maffay, Queen, Michael Jackson, Alphaville und Whitney Houston. Die Veranstaltung steht unter dem Titel „Musik für die Seele“. Der Eintritt ist frei, die Veranstalter bitten jedoch um eine Spende. Der Beginn des Konzerts ist um 18 Uhr, Einlass ist ab 17.15 Uhr.

Am Freitag findet eine Akustiksession mit Kate'n'crazy und Es-Zet (Blues) in der Blues Base, dem Vereinsheim der Kulturinitiative Blues in Town Esslingen, in Wernau statt. Infos zum Verein, zur Anfahrt und zu den Veranstaltungen sind unter www.bluesintown.de verfügbar.

Am Freitag veranstalten die Häbbie Hibbos ab 15 Uhr auf dem Marktplatz in Kirchheim einen fröhlichen Kidstanz mit Wuffi. Kinder sind herzlich eingeladen, gemeinsam zu tanzen, zu hüpfen und Spaß zu haben.

Das Gitarren-Duo „Beidsaitig“ spielt am Freitag um 19.30 Uhr in der ehemaligen Friedenskirche in Hochdorf.

Mademoiselle Mirabelle präsentiert im Bad Boller Bürgertreff im alten Schulhaus am Freitag um 20 Uhr Musique-Comédie aus Frankreich. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

Der russisch-ukrainisch-deutsche Chor „Melodija“ gibt am Freitag um 17 Uhr ein Konzert im Hain der Kulturen im Kirchheimer Bürgerpark neben der Alleenschule.

Samstag, 26. September

DJ Micha lädt am Samstag im Heidi's in der Dettinger Straße 42 in Kirchheim zur Rock-Party ein. Auf dem Programm stehen die besten Rock-Songs der vergangenen Jahrzehnte. Beginn ist um 20 Uhr, der Eintritt ist frei.

Der 11. Zähringer Markt lädt am Samstag von 10 bis 16 Uhr zum mittelalterlichen Markttreiben auf dem Weilheimer Marktplatz ein. Besucherinnen und Besucher erwartet Musik, historische Alltagsszenen, Schwertkämpfe, Handwerk und kulinarische Angebote. Für Kinder gibt es eine mittelalterliche Spielstraße und ein Erzähltheater um 13.30 Uhr. Eine Stadtführung findet um 12 Uhr statt.

Ein interkulturelles Familienfest findet am Samstag von 10 bis 13 Uhr in der Familien-Bildungsstätte in Kirchheim statt. Der Eintritt ist frei.

In der Reußensteinhalle in Neidlingen findet um 19 Uhr der Markttanz mit der Cherry-Band und dem Lindach-Quartett statt.

Livemusik unter freiem Himmel gibt es am Samstag auf dem Platz der kleinen Freiheit in Kirchheim. Hippie and the Boss spielen von 19 bis 22 Uhr. Die Bewirtung beginnt um 18 Uhr. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

Christina Lux & Oliver George gastieren am Samstag um 20.30 Uhr im Kirchheimer Club Bastion. Christina Lux begeistert mit ihrer warmen, ausdrucksstarken Stimme und feinsinnigen Songs auf Deutsch und Englisch. Gemeinsam mit Oliver George verbindet sie gefühlvolle, ruhige Momente mit kraftvollen Arrangements und viel Raum für Improvisation. Karten sind bei Easy Ticket oder bei Juwelier Schairer am Marktplatz erhältlich.

„Vorsorge ist wichtig, weil es das Leben leichter macht“ – Unter diesem Motto steht die kommunale Vorsorgemesse am Samstag von 10 bis 16 Uhr in der Eduard-Mörike-Mehrzweckhalle in Ötlingen.

In der Blues Base, dem Vereinsheim der Kulturinitiative Blues in Town Esslingen, findet am Samstag in Wernau im Rahmen der Konzert-Reihe „Blues Base Special“ ein Konzert mit Jo Aldingers Downbeat-Club statt. Die Veranstaltung beginnt um 20 Uhr. Weitere Infos sind online unter www.bluesintown.de zu finden.

Die Nürtinger Turmwächterinnen und -wächter laden am Samstag um 21 Uhr zur Vollmondlesung auf den Turm der Stadtkirche St. Laurentius ein. Der Eintritt ist frei, die Ehrenamtlichen freuen sich aber über Spenden. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 25 Personen begrenzt. Eine Anmeldung ist bei der Tourist-Info möglich – online unter www.nuertingen.de/stadtfuehrungen, telefonisch unter 0 70 22/7 53 81 oder per Mail an touristinfo@nuertingen.de.

Die Fliegergruppe Grabenstetten lädt am Samstag ab 13 Uhr und am Sonntag ab 10 Uhr zum Drachenfest auf dem Flugplatz Grabenstetten ein. Der Eintritt ist frei.

Die Trachtenkapelle Musikverein Reudern lädt zum 16. Kelterbesen in die Kelter nach Reudern ein. Beginn ist am Samstag um 18 Uhr, am Sonntag um 11 Uhr.

Sonntag, 27. September

Der Trachtenverein Kirchheim lädt am Sonntag von 11 bis 18 Uhr zum Schnitzelfest am Festplatz Vereinsheim Notzinger Straße ein. Für Speisen und Getränke sowie Livemusik mit Dani & Jürgen ist gesorgt. Weitere Infos unter www.trachtenverein-kirchheim.de.

Das Naturschutzzentrum Schopfloch Alb lädt am Sonntag von 15 bis 16 Uhr zur Eröffnung der Sonderausstellung „Die Höhlen der Schwäbischen Alb“ von Rainer und Conny Straub ein. Der Eintritt ist frei. Anmeldung und Informationen unter der Telefonnummer 0 70 26/95 01 20 oder per E-Mail an info@naturschutzzentrumschopfloch.de.

Die Sunset Lounge im Schwarzrieslingweg in Neuffen hat am Sonntag zum Event „Spätsommer im Weinberg“ geöffnet. Die Öffnungszeiten sowie wetterbedingte Änderungen sind unter www.weingaertner-neuffen.de zu finden.

Die evangelische Kirchengemeinde Evangelisch um die Limburg lädt am Sonntag um 19 Uhr zu einem Konzert in die Peterskirche in Weilheim ein. Das Duo Horn & Pipe mit Peter Dußling (Saxofon) und Stephan Lenz (Orgel) präsentiert unter dem Titel „Miles Davis and a touch of Spain“ Crossover-Jazz der besonderen Art. Der Eintritt zum Konzert ist frei, um Spenden wird gebeten.

Der Musikverein Unterlenningen lädt am Sonntag ab 10.30 Uhr zum Herbstfest rund um die Sulzburghalle in Unterlenningen ein. Den Auftrakt macht ein ökumenischer Gottesdienst mit Pfarrer Yannick Schanz.

Die Ortsgruppe Schlierbach des Schwäbischen Albvereins lädt am Sonntag ab 11 Uhr zum Schlierbacher Apfelweinfest am See ein. Für das leibliche Wohl ist gesorgt, auch ein Kinderprogramm wird angeboten.

Ein Höhepunkt des Sommers im Heidegrabenzentrum ist das Messerschmieden und Metallgießen am Sonntag von 11 bis 13 Uhr. Weitere Termine finden am Sonntag, 25. Oktober, und Sonntag, 29. November, statt. Weitere Infos, Termine und Anmeldemöglichkeiten sind online unter www.region-heidengraben.de zu finden.

Der Liederkranz Kulturverein Schopfloch lädt am Sonntag von 14 bis 17 Uhr zum Herbstkulturtag in den Saal des Schafstalls der Jugendhilfe Ziegelhütte in Randeck ein. Musikalische Unterhaltung bieten die Akkordeongruppe, Frauenchor, Männerchor und Gemischter Chor. Der Eintritt ist frei, Spenden sind willkommen. Weitere Infos unter www.lk-schopfloch.de.

Die Ausstellung „Fritz Ruoff – Wesen Kunst“ wird am Sonntag um 11 Uhr von Dr. Johannes Fridrich in der Ruoff-Stiftung in Nürtingen eröffnet.

Der Bürger-Treff und die Künstlerin Brigit Löflath laden am Sonntag um 11 Uhr zur Vernissage der Ausstellung „Das Leben in all seinen Farben“ in den Bürger-Treff nach Kirchheim ein. Die Ausstellung ist bis 18. Dezember dienstags und donnerstags von 10 bis 12 Uhr sowie donnerstags von 14 bis 17 Uhr geöffnet.

Ein „Oase-Momente“-Gottesdienst findet am Sonntag um 18.30 Uhr als Taizé-Abendgebet im Katholischen Gemeindezentrum St. Lukas in Jesingen statt.

Das Neidlinger Zwetschgenmarktfest mit Flohmarkt und Kinderspielstraße findet am Sonntag in der Kirchstraße entlang der Lindach in Neidlingen ab 10 Uhr statt. Zur Unterhaltung spielen der Neidlinger Musikverein und der Musikverein aus Gosbach.

Montag, 28. September

Das König's Bistro im Möbel König lädt am Montag von 15 bis 18 Uhr zum Tanznachmittag ein. Alleinunterhalter Wolfgang Schölzel sorgt mit schwungvollen Melodien und Tanzmusik für gute Stimmung.

Donnerstag, 1. Oktober

Das Eisstadion Wernau lädt zur Saisoneröffnung am Donnerstag von 15 bis 19.30 Uhr zum Tag der offenen Tür mit freiem Eintritt ein. Die Eröffnungsdisco findet am Freitag von 19 bis 21 Uhr statt.

Der gemeinnützige Verein „mafianeindanke“ und der Club Bastion laden am Donnerstag um 19 Uhr zum Diskussionsabend „Mafia in Baden-Württemberg“ in den Club Bastion ein. Der Eintritt ist frei.

gey

KOCHEN MIT ...



Jochen Sommerer

Rote-Bete-Carpaccio mit Thunfisch, Wakame-Salat, Sesam und Forellenkaviar

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten
Garzeit: ca. 3 Minuten

Zutaten für 2 Personen

2 mittelgroße, vorgekochte Rote Bete
200 g Thunfisch in Sushi-Qualität
100 g Wakame-Salat
2 EL gerösteter Sesam
2 EL Forellenkaviar
1 kleine Schalotte
1 Bio-Zitrone
3 EL Olivenöl
1 EL dunkler Balsamico
1 TL Ahornsirup oder Honig
1 TL Dijon-Senf
½ Beet Kresse oder etwas Dill
Salz, Pfeffer
etwas Öl zum Braten

Zubereitung

Die Rote Bete gut abtropfen lassen und mit einem scharfen Messer oder einer Aufschnittmaschine in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben leicht überlappend auf zwei Tellern anrichten.

Für die Balsamico-Sauce die Schalotte schälen und sehr fein würfeln. Balsamico, Zitronensaft, Ahornsirup beziehungsweise Honig, Dijon-Senf, Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer kleinen Schüssel gründlich verrühren. Die Schalottenwürfel unterheben und die Sauce kurz ziehen lassen.

Den Sesam in einer trockenen Pfanne ohne Öl leicht anrösten. Sobald er duftet, die Pfanne vom Herd nehmen und den Sesam kurz abkühlen lassen. Den Wakame-Salat gut abtropfen lassen und, falls die Streifen sehr lang sind, etwas kleiner schneiden. Anschließend mit dem gerösteten Sesam vermengen.

Den Thunfisch mit Küchenpapier trocken tupfen und in zwei gleich große Stücke schneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl sehr heiß erhitzen. Den Thunfisch von jeder Seite nur etwa 30 bis 45 Sekunden scharf anbraten, sodass er außen leicht gebräunt, innen aber noch rosa bleibt. Anschließend kurz ruhen lassen und in dünne Scheiben schneiden. Wer den Thunfisch roh servieren möchte, verwendet ausschließlich sehr frische Ware in Sushi-Qualität und hält sie bis zum Anrichten gut gekühlt.

Das Rote-Bete-Carpaccio mit der Balsamico-Sauce beträufeln und mit etwas Olivenöl verfeinern. Die Thunfischscheiben mittig auf den Rote-Bete-Scheiben anrichten. Den Wakame-Salat mit Sesam locker darauf und daneben verteilen. Zum Schluss den Forellenkaviar vorsichtig auf dem Thunfisch platzieren. Mit Dill oder Kresse, etwas Zitronenabrieb und frisch gemahlenem Pfeffer garnieren. Nach Belieben mit einem kleinen Stück geröstetem oder mariniertem Seetang ergänzen.

Tipp: Die erdige Süße der Roten Bete, der kräftige Thunfisch, der salzige Forellenkaviar und der würzige Wakame-Salat harmonieren besonders schön, wenn die Sauce nur sparsam verwendet wird. So bleibt das Gericht frisch und die einzelnen Aromen kommen klar zur Geltung.



schuhhaus walter Uhingen, Ulmer Str. 13
Verkaufsoffener Sonntag
in Uhingen am 27.09. von 13.00-18.00 Uhr
Bei uns Markenschuhe mit Preisobergrenze
Alle Kinderschuhe Gr. 20 – 30 max. 59.-
Alle Jugendschuhe Gr. 31 – 40 max. 69.-
Alle Damen- u. Herrenschuhe max. 79.-
Schuhe UVP 139.90 – 200.00 max. 99.-
Sie bezahlen auch bei teureren Markenschuhen nur die maximale Preisobergrenze. www.walter-schuhe.de
Montag–Freitag: 9.30-18.30, Samstag: 9.30–16.00 Uhr

Hier passiert's: **Im EXTRA**.
www.extra-wochenende.de

IMPRESSUM TECK EXTRA

GO Verlag GmbH & Co. KG, gesetzlich vertreten durch die Geschäftsführer Ulrich Gottlieb und Joachim Matheis, Alleenstraße 158, 73230 Kirchheim unter Teck.

Verantwortlicher für die Redaktion: Thomas Zapp (zap), Kontakt Redaktion: extra-redaktion@teckbote.de

Verantwortlicher für den Anzeigenteil: Markus Kurz, Kontakt Anzeigen: extra-anzeigen@teckbote.de

Druck: MHS Print GmbH, Plieninger Straße 150, 70567 Stuttgart, gesetzlich vertreten durch den Geschäftsführer Johannes Degen.

Kontakt Zustellung: extra-zustellung@teckbote.de

FLORIAN-HOCK

BISSINGEN. Der Florian-Hock findet am Samstag, 26. September, und Sonntag, 27. September, im Festzelt in Ochsenwang statt. Start ist am Samstag mit dem 3. Ochsenwanger Feuerwehrkino. Gezeigt wird „Pumuckl und das große Missverständnis“. Beginn ist um 15 Uhr, Einlass und Bewirtung bereits ab 14.30 Uhr. Die Karten hierfür sind ausschließlich vor Ort erhältlich.

Am Abend steht schwäbische Comedy mit Hillu's Herzdropfa auf dem Programm. Beginn ist um 19.30 Uhr, Einlass und Bewirtung ab 17.30 Uhr. Karten gibt es im Vorverkauf bei Joachim Maszurim unter 0 70 23/28 21 sowie bei Elektro Feller in Bissingen. Der Sonntag beginnt um 10 Uhr mit einem Festgottesdienst im Zelt.

Ab 11.30 Uhr gibt es Bewirtung und Frühschoppen sowie das beliebte Maßkrugstemmen.

Um 14 Uhr startet schließlich das traditionelle Tauziehen, die Wiegung der Mannschaften beginnt bereits um 13 Uhr. *pm*

Wo die Arbeit ruft:
Stellen & Chancen
im EXTRA.
www.extra-wochenende.de

MÄRCHEN-FÜHRUNG

NÜRTINGEN. Auf dieser zauberhaften Führung am Samstag, 26. September, in Nürtingen entdecken Familien gemeinsam mit dem Stadtführer und pensionierten Lehrer Hans-Peter Zuther wunderschöne Ecken der Stadt. Groß und Klein schlendern durch die Altstadt und erfahren an markanten Punkten lustige und spannende Anekdoten aus alten Zeiten. Zwei Höhepunkte rahmen die Tour ein: Auf dem Turm der Stadtkirche St. Laurentius und im Blockturm wird ein Märchen der Gebrüder Grimm erzählt. Die Kinderführung findet am Samstag, 26. September, um 15 Uhr statt und dauert circa zwei Stunden. Eine erwachsene Begleitperson muss anwesend sein.

Eine Anmeldung ist bei der Nürtinger Tourist-Info möglich. Auch Online-Buchungen hier sind eine Option unter: www.nuertingen.de/stadtfuehrungen. Alternativ erfolgt die Anmeldung telefonisch unter der Telefonnummer 0 70 22/7 53 81 oder per E-Mail an touristinfo@nuertingen.de. Es wird eine Teilnahmegebühr von sieben Euro für Erwachsene erhoben. Kinder bezahlen 3,50 Euro. Die Führung ist aufgrund der mittelalterlichen Kulisse in der Stadt und den Gebäuden nicht barrierefrei. *pm*

TREFFPUNKT 50 PLUS

WEILHEIM. Der Treffpunkt 50 plus Weilheim hat für nächste Woche wieder kostenlose Angebote. Am Samstag, 26. September, findet bei klarem Abendhimmel der Poetische Spaziergang zur Mondschau Tsukimi statt. Treffpunkt ist um 18 Uhr vor dem Rathaus Weilheim, die Dauer beträgt zwei Stunden. Bei bewölktem Himmel gibt es einen Alternativtermin am Sonntag, 27. September, um 18.30 Uhr.

„Fit durch Walking“ findet auf dem Trimm-dich-Pfad Nabern am Montag, 28. September, um 8.30 Uhr, und am Donnerstag, 1. Oktober, um 9 Uhr statt.

Die „Malwerkstatt“ trifft sich am Montag, 28. September, im Bürgerhaus Weilheim um 14 Uhr.

Am Dienstag, 29. September, wird ab 18.30 Uhr im Bürgerhaus Schach gespielt, bei gutem Wetter draußen unter den Kastanien.

Am Mittwoch, 30. September, findet eine Lesung zum Thema „Der Herbst ist da“ statt, im Bürgerhaus Weilheim um 17 Uhr.

Ebenfalls am Mittwoch treffen sich alle Kreativen beim Kreativ-Treff im Bürgerhaus Weilheim ab 19.30 Uhr – open end. Es werden Julekuler (Weihnachtskugeln) gestrickt.

Am Donnerstag, 1. Oktober, treffen sich alle Spielbegeisterten beim Spiele-Treff im Bürgerhaus Weilheim ab 14.30 Uhr – open end. *pm*

FREILICHTMUSEUM

BEUREN. Am Sonntag, 27. September, lädt das Freilichtmuseum Beuren zum Markt der Arche des Geschmacks mit alten Obst-, Gemüse- und Getreidesorten ein. Besuchende können von 11 bis 17 Uhr ausgewählte Passagiere der Arche des Geschmacks aus Baden-Württemberg kosten und erwerben. Erstmals wird für angemeldete Gäste ein mehrgängiges Archemenü angeboten. Slow-Food-Chef-Alliance-Koch Markus Eberhardinger serviert um 12 Uhr im Stucksaal und Gastraum der Hofanlage Mannsperger ein Fünf-Gänge-Menü vom Sundheimer Huhn und weiteren Archepassagieren. Die Weinbegleitung liefert Helmut Dolde aus Frickenhausen. Weitere Infos zum Menü und zur Anmeldung unter www.freilichtmuseum-beuren.de/veranstaltungen/markt-der-arche-des-geschmacks. Um 16 Uhr präsentiert Slow Food Stuttgart im „Erlebnis.Genuss.Zentrum“ in einem angeleiteten Tasting weitere kulinarische Schätze aus der Arche des Geschmacks aus anderen Slow-Food-Regionen. Keine Anmeldung erforderlich.

Bei der Firma Leuze in Owen (Straße „In der Braike“) steht ein Ausweichparkplatz zur Verfügung. Von dort fährt ein kostenloser Pendelbus ab 10.30 Uhr zum Freilichtmuseum und zurück. *pm*

THERME BEUREN

BEUREN. Am Samstag, 3. Oktober, dem Tag der Deutschen Einheit, hat die Panorama-Therme Beuren wie folgt geöffnet: Therme und Thermengrotte von 9 bis 22 Uhr, Panorama-Sauna ab 10 Uhr. Kassenschluss ist jeweils eine Stunde vor Schließung, Badezeit bis 15 Minuten vor Schließung. www.panorama-therme.de. *pm*

TIPPS!

NEUE KURSE HERBST 2026



Vielfältige Bildungsangebote im Herbst und Winter

Das neue Programm der FBS Kirchheim ist erschienen

Nach den Sommerferien startet die Familien-Bildungsstätte (FBS) Kirchheim mit einem abwechslungsreichen Programm in das Herbst- und Wintersemester. Mit bewährten Kursen, neuen Impulsen und aktuellen Themen lädt die FBS Menschen jeden Alters dazu ein, sich weiterzubilden, Gemeinschaft zu erleben und den Alltag mit neuen Anregungen zu bereichern.

Schwerpunkt **Autismus-Spektrum**

Ein besonderer Schwerpunkt des Semesters widmet sich dem Autismus-Spektrum. Mit Vorträgen und Informationsveranstaltungen möchte die FBS Verständnis fördern, Orientierung geben und Familien sowie pädagogische Fachkräfte im Alltag unterstützen. Die Veranstaltungen bieten fundiertes Wissen, Raum für Fragen und den Austausch mit Expertinnen und Experten.

Wechseljahre neu denken

Ein weiteres Highlight ist der Vortrag „Wind of Change – Wechseljahre neu denken“. Die Referentin beleuchtet die Wechseljahre als eine Phase des Wandels und der Chancen. Neben medizinischen Hintergründen stehen praktische Anregungen für mehr Wohlbefinden und einen positiven Umgang mit dieser Lebensphase im Mittelpunkt.

Für Groß und Klein: **Angebote** rund um **Eltern und Familie**

Im Bereich Eltern und Familie finden sich zahlreiche Angebote, die Familien von Anfang an begleiten. Der Vortrag „Bedürfnisorientierte Erziehung“ vermittelt Anregungen für einen achtsamen und wertschätzenden Familienalltag. Für Familien mit Babys und Kleinkindern stehen bewährte Kurse wie PEKiP, QEKK und THEKLA auf dem Programm.
Sie fördern die Entwicklung der Kinder, stärken die Eltern-Kind-Bindung und bieten gleichzeitig Gelegenheit zum Austausch mit anderen Familien.

Bewegung für **jedes Alter**

Auch Bewegung kommt im neuen Semester nicht zu kurz. Kinder können sich beim „Kung-Fu für Kids“ spielerisch austoben, ihre Koordination verbessern und Selbstvertrauen entwickeln. Erwachsene profitieren unter anderem vom Kurs „Rückenfit“, der mit gezielten Übungen die Rückengesundheit stärkt und für mehr Beweglichkeit im Alltag sorgt.

Kreativität und offene **Begegnung**

Darüber hinaus lädt die FBS Kirchheim mit vielfältigen Kreativangeboten dazu ein, Neues auszuprobieren und die eigene Kreativität zu entfalten. Ergänzt wird das Programm durch zahlreiche Kurse aus den Bereichen Gesundheit, Bewegung und Ernährung sowie durch offene Begegnungsangebote, Elterncafés und Gesprächskreise, die Raum für Austausch und Gemeinschaft schaffen.

Frühzeitig **anmelden**

„Wir möchten Menschen in jeder Lebensphase begleiten und ihnen Möglichkeiten bieten, sich weiterzuentwickeln, Kontakte zu knüpfen und gemeinsam Neues zu entdecken“, betont das Team der FBS Kirchheim. „Mit unserem neuen Semesterprogramm möchten wir Familien, Einzelpersonen und Interessierte dazu einladen, die Vielfalt der FBS kennenzulernen.“
Das neue Programmheft ist ab sofort online über die Homepage www.fbs-kirchheim.de erhältlich. Anmeldungen für alle Kurse und Veranstaltungen sind bereits möglich. Da viele Angebote erfahrungsgemäß schnell ausgebucht sind, empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung. Die FBS ist auch in den Sommerferien erreichbar: per Telefon unter 07021/920010, über das Internet (www.fbs-kirchheim.de), per E-Mail an info@fbs-kirchheim.de oder persönlich im Büro im Vogthaus. *FBS*



Nach den Sommerferien startet die Familien-Bildungsstätte (FBS) Kirchheim mit einem abwechslungsreichen Programm in das Herbst- und Wintersemester. Foto: FBS

Tagesausfahrten und Hüttenfreizeiten

Kursangebote des SVL-Kirchheim

In der diesjährigen Wintersaison bietet der SVL Kirchheim gemeinsam mit der Skiabteilung des VfL Kirchheim Jugend- und Familienfreizeiten vom 26. bis 31. Dezember sowie vom 2. bis 6. Januar nach Saalbach-Hinterglemm und Riezlern an. Tagesausfahrten für alle Skibegeisterten mit Skikursangebot für Kinder und Jugendliche – vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen – führen ins Allgäu. Eine Kursteilnahme ist nicht verpflichtend, je nach Alter besteht selbstverständlich die Möglichkeit zum selbstständigen Fahren. Die Tagesausfahrten finden samstags am 16. Januar und 20. Februar statt. Bei ausreichender Schneelage werden zudem Kinderskikurse auf der Alb angeboten; die Termine dafür werden kurzfristig auf der Website angekündigt.

Tagesfahrten, Rennsport und **Sonnenskilauf** in Livigno

Wer gerne unter der Woche auf die Piste möchte, kann die Alpin-Tagesausfahrt nach Mellau-Damüls am Mittwoch, 4. Februar, buchen. Ein sportliches Highlight wartet am 23. und 24. Januar am Hochlitten: die Leki-Race-Challenge für alle, die sich im Stangenwald messen wollen. Wenn die Tage im Frühjahr länger werden, lockt vom 7. bis 10. April das Saisonfinale auf den breiten Pisten im italienischen Livigno bei Frühlingssonne und hoher Schneesicherheit.

Hüttenfreizeiten und 100 Jahre **SVL-Skihaus**

Auch abseits der Skipisten ist einiges geboten: Für Kinder ab sechs Jahren findet vom 28. bis 31. Oktober eine Herbstfreizeit sowie vom 27. bis 30. Mai eine Pfingstfreizeit im vereinseigenen SVL-Haus in Schopfloch statt. Ein großes Jubiläum steht am 10. Juli an: Dann feiert der Verein „100 Jahre SVL-Skihaus“ in Schopfloch mit offiziellem Festakt, Spiel und Spaß, Festzelt, Hüpfburg und Livemusik der Band „Wishpower“.
Alle Termine für Volleyball, Kinder- und Eltern-Kind-Turnen, Skigymnastik, Zumba, Rückenfit sowie Ultimate-Frisbee sind auf der Website und im neuen Jahresprogramm zu finden, das ab Ende September in zahlreichen Geschäften des Kirchheimer City Rings ausliegt.
Anmeldungen für alle Veranstaltungen sind online unter www.svl-kirchheim.de möglich. *SVL*



Ein sportliches Highlight gibt es am 23. und 24.Januar 2027 am Hochlitten, die LEKI-RACE CHALLENGE für alle, die sich gerne mit anderen messen. Foto: SVL

Vielfalt entdecken im vhs-Semester

Vom Fliegen bis zu Großbritanniens Gärten

Das neue Semester der vhs Kirchheim steht vor der Tür und lädt dazu ein, Neues auszuprobieren, Wissen zu vertiefen und neue Kontakte zu knüpfen. Ob Sprache, Bewegung oder Kreativität – im Mittelpunkt steht stets das entspannte Lernen auf Augenhöhe. In sympathischer Atmosphäre ist Platz für eigene Erfahrungen, gegenseitige Inspiration und ein bereicherndes Miteinander.

Expertenvorträge im Spitalkeller

Auf dem Programm stehen unter anderem spannende Vorträge im Spitalkeller. So gibt Airbus-Pilot Michael Branke im Vortrag „Abenteuer Fliegen“ faszinierende Einblicke in sein Berufsbild, die Technik von Flugzeugen und seinen Alltag im Cockpit. Agnes Pahler nimmt das Publikum in ihrem Vortrag über „Gärten in Großbritannien“ mit auf einen bildgewaltigen Streifzug durch malerische Anlagen in England und Schottland.

Praktisches zum Ausprobieren

Auch für alle, die selbst aktiv werden möchten, bietet das neue Semester reichlich Inspiration. Das vielfältige Angebot reicht vom Herstellen eigener Naturkosmetik und Make-up-Produkte über abwechslungsreiche Kochkurse bis hin zu stärkenden Atemtechniken für mehr Entspannung im Alltag.

Information und **Anmeldung**

Anmeldungen sind jederzeit über die Website www.vhskirchheim.de möglich. Interessierte können sich außerdem per E-Mail an info@vhskirchheim.de sowie während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle persönlich vor Ort oder telefonisch unter 07021 9730-30 anmelden.

vhs



Auf dem Programm stehen unter anderem spannende Expertenvorträge im Spitalkeller: Dozentin Agnes Pahler nimmt ihre Zuhörer in ihrem Vortrag zu „Gärten in Großbritannien“ mit auf einen Streifzug durch wunderbare Gärten in England und Schottland. Foto: vhs

Von Rückenfit bis Zumba

TSV Schlierbach baut sein Kursprogramm aus

Der TSV Schlierbach 1896 e. V. bietet auch im zweiten Halbjahr ein vielseitiges Sportprogramm an. Mit Rückenfit, Power & Fun sowie Zumba stehen drei unterschiedliche Angebote zur Auswahl. Während Rückenfit auf eine gezielte Kräftigung und Mobilisierung für eine gesunde Haltung setzt, kombiniert Power & Fun ein forderndes Ganzkörpertraining mit viel Spaß an der Bewegung. Abgerundet wird die Palette durch Zumba, das Fitnesselemente und mitreißende Tanzschritte zu rhythmischer Musik verbindet. Dieser Kurs findet erstmals in Kooperation mit der Volkshochschule statt und erweitert das Portfolio des Vereins.

Weitere Informationen

Ausführliche Informationen zu Terminen, Gebühren und Anmeldemöglichkeiten finden Interessierte auf der Website unter www.tsv-schlierbach.de im Bereich „Kurse“. Für Fragen steht die Geschäftsstelle per E-Mail an info@tsv-schlierbach.de zur Verfügung. *pm*







Anzeigensonderveröffentlichung

TIPPS!

Von Mama-Fit über Power-Workouts bis Männersport

Der TSV Weilheim startet durch



Die Mittwochsportgruppe freut sich auf neue Mitglieder. Foto: TSV Weilheim

Der TSV Weilheim startet das zweite Halbjahr wieder mit einem „Mama-Fit mit Baby/Kleinkind"-Kurs, ergänzt einen Fit-Mix-Kurs um Tabata und erklärt den Mittwoch zum Fitnesstag mit zweimal Fit-Mix, Zumba, Piloxing und Männersport. Dazu wird im Dezember ein Kurs „Fit in der Schwangerschaft" neu anlaufen. Zudem sucht der TSV Weilheim neue Übungsleiterinnen und Übungsleiter für einen Rückenfit-Kurs sowie zum Ausbau des Männersports. Die Ausbildung zum Übungsleiter kann auch über den TSV erfolgen.

Mama-Fit mit Baby und Kleinkind

Der neue Kurs „Mama-Fit mit Baby oder Kleinkind" startet am Dienstag, 22. September, künftig von 9 bis 10 Uhr im Gymnastikraum der Limburghalle. Leichte Ganzkörperübungen, einfache Tanzbewegungen und Gesprächsrunden unterstützen Mütter nach der Rückbildung, die sich körperlich bereit für etwas Bewegung fühlen. Geleitet wird das Angebot von Johanna Rathgeber.

Power-Workout und **Rhythmus** am Mittwochabend

Am Mittwoch, 23. September, startet der neue Zumba-Kurs: Von 18 bis 19 Uhr bringt Zumba in der Wühle-Turnhalle mit mitreißender Musik und kraftvollen Rhythmen neue Energie und gute Laune. Direkt im Anschluss folgt von 19 bis 20 Uhr Piloxing, ebenfalls in der Wühle-Turnhalle. Dabei treffen schnelle Boxbewegungen auf ruhige Pilatesübungen, ergänzt durch Tanzblöcke. Ziel ist es, Fett zu verbrennen, Muskeln zu stärken und den Körper zu formen. Beide Kurse leitet Chiara Muratorio.

Fit Mix mit Tabata

Parallel dazu findet in der neuen Sporthalle der Limburg-Grundschule von 17.45 bis 18.45 Uhr der neue „Fit Mix mit Tabata"-Kurs von Johanna Rathgeber statt. Anschließend leitet Claudia Fürst ihren bereits bekannten Fit-Mix-Kurs von 19 bis 20 Uhr und verbessert die Fitness ihrer zahlreichen Teilnehmerinnen.

Angebote für **Männer im besten Alter**

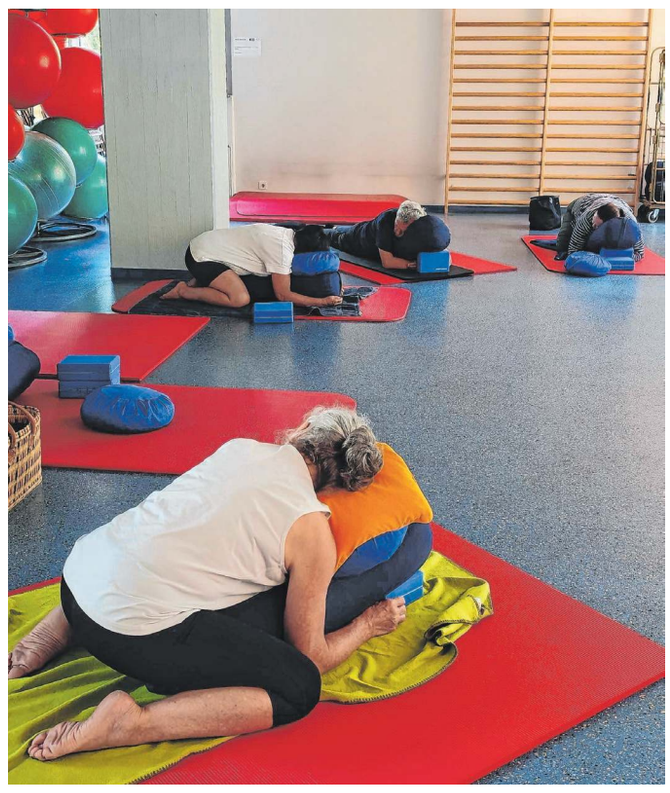
Ebenfalls am Mittwoch ab 20 Uhr findet das Männertraining in der Wühle-Sporthalle unter der Leitung von Reiner Braun und Hans-Peter Sigel statt. Auf dem Programm stehen ein kurzer Body-Brain-Input, ein Warm-up, ein Ganzkörpertraining in Form eines Stationentrainings und zum Abschluss ein Ballspiel.
Montags findet zudem in der Wühle-Turnhalle ein Fullbody-Training von 18.45 bis 20 Uhr statt. Das Angebot leitet Thomas Bertsch, der sein Training durch interessante Life-Kinetik-Elemente ergänzt.
Ab 20 Uhr gibt es in der neuen Sporthalle der Limburg-Grundschule ein weiteres Sportangebot für Männer ab 50 plus, angeleitet von Heiner Holl. Neue Sportfreunde sind jederzeit auch ohne vorherige Anmeldung zu allen drei Angeboten herzlich willkommen.

Anmeldung und **Information**

Jeder Kurs umfasst zehn Einheiten und kostet für Vereinsmitglieder 20 Euro, für Nichtmitglieder 75 Euro. Das komplette Kurs- und Trainingsangebot ist auf der Internetseite des TSV Weilheim unter www.tsv-weilheim.de/abteilungen/freizeit-und-gesundheitssport abrufbar. Anmeldungen und kostenlose Schnupperstunden sind möglich, solange noch Plätze frei sind. Ansprechpartner sind Johanna Rathgeber und Hans-Peter Sigel vom Referat Freizeit- und Gesundheitssport unter der Mailadresse FuGS@TSV-Weilheim.de. Aktuelles ist auch auf Instagram unter TSV Weilheim Freizeit- und Gesundheitssport zu finden. *pm*

Neue Kurse für Körper und Seele

VFG startet mit erweitertem Programm in die 2. Jahreshälfte



Mitte Oktober startet ein weiterer neuer Kurs „Yin Yoga – Bewegung in der Stille". Yin Yoga ist Faszienarbeit, es fördert die Beweglichkeit, reduziert Stress und bringt Körper, Geist und Seele in Einklang. Foto: VFG

Mit neuen und bewährten Kursen startet der Verein zur Förderung der Gesundheit (VFG) an den medius KLINIKEN KIRCHHEIM | NÜRTINGEN mit seinem neuen Kursprogramm in die zweite Jahreshälfte. Das Angebot richtet sich an alle, die etwas für ihre Gesundheit, Beweglichkeit und ihr Wohlbefinden tun möchten. Die Kurse finden in Kirchheim und Nürtingen statt und werden von qualifizierten Trainerinnen und Trainern sowie Übungsleiterinnen und Übungsleitern geleitet. Der überwiegende Teil der Angebote beginnt im September.
Das neue Programm ist auf der Homepage des Vereins online abrufbar. Eine gedruckte Programmübersicht liegt zudem in den Kliniken Kirchheim und Nürtingen sowie im i-Punkt Nürtingen und in der Kirchheim-Info aus.

Bewährte Klassiker und **Angebote für jede Lebensphase**

Das Programm steht unter dem Motto „Rund um die Gesundheit". Es richtet sich an Menschen mit chronischen Erkrankungen, dient aber auch der breiten Öffentlichkeit zur präventiven Gesundheitsvorsorge. Neben den bewährten „Kursklassikern" wie Fitness- und Rückenfit-Kursen sowie Wasser- und Beckenbodengymnastik sind auch Angebote für Ältere sehr beliebt – zum Beispiel „Gesundheitssport im Alter" und „Bewegt und aktiv älter werden – ab 60 Jahren". Ebenfalls großen Zuspruch finden die Kurse „Fit mit Arthrose" für Knie- und Hüftpatienten sowie verschiedene Yoga- und Entspannungsangebote.

Neue Impulse für **Achtsamkeit und Entspannung**

Das vielfältige Herbstprogramm wurde um zusätzliche Angebote bereichert: In Kirchheim startet Mitte September der neue Kurs „Yoga für alle – mehr Beweglichkeit im Alltag". Dabei stehen Körperhaltungen, Atemübungen und Aspekte der Yoga-Philosophie im Vordergrund. Die Übungen fördern die Beweglichkeit und können zu besserem Schlaf, tieferer Entspannung und höherer Konzentration beitragen.
Mitte Oktober beginnt mittwochs ein weiterer neuer Kurs: „Yin Yoga – Bewegung in der Stille". Yin Yoga versteht sich als intensive Faszienarbeit; es fördert die Beweglichkeit, reduziert Stress und bringt Körper, Geist und Seele in Einklang. Die gesamte Praxis wird besonders achtsam und selbstfürsorglich angeleitet.

Kraft tanken und Verspannungen lösen

Für alle, die Freude am freien Singen haben, bietet der Verein ab Ende September den Kurs „Heilsames und gesundheitsförderndes Singen" in Kirchheim und nun neu auch in Nürtingen an. Im Kreis sitzend oder stehend werden leicht singbare Lieder ganz ohne Noten angestimmt – mal fröhlich und lebendig, mal berührend leise. Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Erleben lebensbejahender Musik, die tragen und zu einer echten Kraftquelle werden kann.
Die Beweglichkeit fördern und muskuläre Spannungen lösen – das sind die Ziele des neuen Kurses „Faszientraining". Gezielte Übungen unterstützen eine gesunde Körperhaltung, können Verklebungen im Bindegewebe lockern und die Elastizität der Faszien verbessern. Das Training eignet sich sowohl bei bestehenden Beschwerden als auch zur Vorbeugung, um Fehlbelastungen auszugleichen und den gesamten Bewegungsapparat fit zu halten.
Kontakt und Information
Weitere Informationen zum Kursangebot erteilt das Büro des Vereins in der Charlottenstraße 47 in Kirchheim. Es ist erreichbar unter der Telefonnummer 07021/88-44844, per E-Mail an info@vfg-kn.de oder im Internet unter www.vfg-kn.de. *VFG*

Der SLA startet in die Wintersaison 2026/27

Fit für den Winter

Zur Vorbereitung auf den Winter bietet der SLA jeden Mittwoch Skigymnastik in der Turn- und Festhalle in Oberlenningen an. Sobald der Lift an der Pfulb in Schopfloch in Betrieb ist, steht an den Wochenenden zudem eine Auswahl verschiedener Skikurse auf dem Programm.
Offiziell eröffnet wird die Wintersaison am 28. November 2 mit der Opening-Party in Oberlenningen. Anschließend geht es zur Wochenend-Ausfahrt vom 4. bis 6. Dezember an den Stubaier Gletscher. Am 11. Dezember läutet der Verein beim gemütlichen Glühweinabend auf dem Marktplatz die Vorweihnachtszeit ein.

Ausfahrten nach Ofterschwang und Mellau

Im neuen Jahr geht es direkt sportlich weiter: Die erste Skischul-Ausfahrt der lizenzierten DSV-Skischule des SLA startet am 16. Januar, gefolgt von der zweiten Ausfahrt nach Ofterschwang am 30. Januar. Am 20. Februar führt die traditionelle Tages-Ausfahrt nach Mellau/Damüls – Après-Ski inklusive.
Ergänzend zu diesen regulären Terminen organisiert der SLA in jedem Winter eine Mixed-Ausfahrt. Je nach Schneelage geht es meist im Februar spontan ins Tannheimer Tal. Ob Langlaufen, Skaten oder Schneewandern: Neben der Bewegung im Schnee stehen das gemeinsame Sonnenbad sowie gutes Essen und Trinken im Mittelpunkt.
Alle Details und Informationen zur Anmeldung gibt es unter sla-ev.de. *SLA*



Ein Teil des Lehrteams aus der lizenzierten DSV-Skischule des SLA beim Skikurs auf der Alb im Januar. Foto: SLA

NEU! Jetzt maximale Flexibilität!
DIE VERÄNDERUNG für deine Kurszeit!
Hol dir deine **10er-Karte** für unsere Kurse!
Ab sofort für nur 85 €
Erhältlich in der Praxis, Friedrich-Tritschler-Straße 16, 73230 Kirchheim u. T.
Freie Kursauswahl | Ohne Voranmeldung | Kein Verlust
Keine Vertragsbindung | Kein Abo
Maren-Theresa Werner
Physiotherapie
Bewegung. Gesundheit. Du.
Wo? Standort für Bewegung
Alleenstraße 18–20
73230 Kirchheim unter Teck
Kursübersicht
www.werner-therapie.com

KNACK-PUNKT
für Gesundheit und Umwelt
– seit 1992 nachhaltig und unverpackt einkaufen –
Naturkosmetik einfach selber machen?
Mit unseren Kursen lernen Sie, wie es geht.
Alle Termine und Zeiten unter www.knack-punkt.de/Kurse
KNACK-PUNKT
Dettinger Straße 15
73230 Kirchheim/Teck
Telefon 07021 41726
info@knack-punkt.de
www.knack-punkt.de
Mo.–Fr. 9.00–12.30 Uhr
& 14.30–18.00 Uhr
Sa. 9.00–13.00 Uhr
24/7 shoppen im Onlineshop!

MOVE CLUB
KIRCHHEIM UNTER TECK E.V.
DANCE
Hip Hop - Videoclip
Lady Style - Modern Dance
Altersklassen:
4-8 Jahre - 8-12 Jahre - 13-18 Jahre
ab 18 + und Ü30
2-3 x Schnuppern ohne Anmeldung!
Stundenplan auf unserer Homepage
Wir freuen uns auf Dich!
www.mc-kirchheim.de
Insta: @mckirchheim

INSHAPE KIRCHHEIM UNTER TECK
SCHÖNER. STÄRKER. DU.
STRAFFE KURVEN. OHNE SPORT.
EFFEKTIVE ANWENDUNGEN FÜR DEINE ZIELE:
MUSKELAUFBAU & FETTABBAU
GEZIELTE KÖRPERFORMUNG
GESICHTS-BEHANDLUNG STRAFFERE HAUT & EIN FRISCHER GLOW
HAUTSTRAFFUNG & LYMPHMASSAGE
COACHING ERNÄHRUNG & TRAINING
Mit modernen, schonenden Technologien – individuell auf dich abgestimmt.
JETZT TERMIN SICHERN! KOSTENLOSE BERATUNG
Dettinger Str. 118
73230 Kirchheim unter Teck
07021 - 9561078
www.inshape.team
DEIN ZIEL. UNSERE EXPERTISE.

Hier passiert's: **Im EXTRA**.
www.extra-wochenende.de

TIPPS!

NEUE KURSE HERBST 2026



Tanzen, lachen und Gemeinschaft erleben

Großes Herbstprogramm bei den Häbbie Hibbos

Lust auf Bewegung, Musik und jede Menge Spaß? Der Häbbie Hibbos Square Dance Club Kirchheim Teck e.V. hat für die kommenden Wochen ein vielseitiges Programm auf die Beine gestellt, das sich an Tanzbegeisterte jeden Alters richtet – von den jüngsten Einsteigern bis hin zu erwachsenen Neugierigen.

Fröhlicher **Kindertanz mit Wuffi** auf dem Marktplatz

Rund um den Weltkindertag möchten die Häbbie Hibbos auch den Nachwuchs für den Modern American Square Dance begeistern.

Den Auftakt macht ein bunter Mitmach-Nachmittag: Am Freitag, 25. September, lädt der Verein ab 15 Uhr auf den Kirchheimer Marktplatz zu einem fröhlichen Kindertanz mit Maskottchen Wuffi ein. Kinder sind herzlich willkommen, nach Herzenslust zu hüpfen, zu tanzen und gemeinsam Zeit zu verbringen.

Die Aktion unter freiem Himmel findet allerdings nur bei gutem Wetter statt.

Kostenloses **Schnuppern für Kinder** in der Turnhalle

Nur zwei Tage später geht der Spaß für die Jüngeren weiter: Am Sonntag, 27. September, öffnet die Konrad-Widerholt-Halle (Armbruststraße 30) von 16 bis 17.45 Uhr ihre Türen für ein kostenloses „Open House“ speziell für Kinder. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – gemeinsam mit Wuffi und den Clubmitgliedern können die Mädchen und Jungen ganz ungezwungen ausprobieren, worum es beim Square Dance geht.

Als Orientierung gilt eine Altersspanne von 8 bis 12 Jahren, wobei diese bewusst flexibel gehandhabt wird: Wer ein jüngeres, tanzbegeistertes Kind mitbringen möchte, ist ebenso willkommen.

Bei entsprechendem Interesse startet im Anschluss eine dreiteilige Kursserie für Kinder: jeweils sonntags am 11. Oktober, 29. November und 13. Dezember 2026 von 16 bis 17.45 Uhr in der Konrad-Widerholt-Halle (Unkostenbeitrag: 3 Euro pro Kind und Termin).

Open House und neuer **Anfängerkurs für Erwachsene**

Direkt im Anschluss an den Schnuppernachmittag für Kinder kommen die Erwachsenen und Jugendlichen zum Zug: Ebenfalls am Sonntag, 27. September, laden die Häbbie Hibbos von 18 bis 20 Uhr in die Konrad-Widerholt-Halle zum letzten offenen Kennenlernabend für Erwachsene ein. Am Sonntag, 4. Oktober, startet dann um 18 Uhr der neue Anfängerkurs (Class). Weder Vorkenntnisse noch ein fester Tanzpartner sind nötig, da beim Square Dance in ständig wechselnden Formationen getanzt wird. Schritt für Schritt erlernen die Teilnehmer das weltweit einheitliche Mainstream-Programm (MS 50). Die Ausbildung erstreckt sich voraussichtlich über 15 bis 20 Sonntage und schließt mit der traditionellen „Mainstream Graduation“ ab. Die Teilnahmegebühr für den kompletten Anfängerkurs beträgt 100 Euro pro Person.

Weitere Informationen zu allen Terminen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es online unter www.haebbie-hibbos.de. *pm*



Auftritt einer Formation beim Haft-und Hokafest. Foto: Häbbie Hibbos

Kursprogramm wächst weiter

Kurse jetzt online buchen beim TSV Jesingen

Beim TSV Jesingen können alle Kursangebote ab sofort bequem online gebucht werden. Über die Vereinswebsite www.ts-vjesingen.de erhalten Interessierte einen schnellen Überblick über das aktuelle Programm und können sich jederzeit ohne großen Aufwand für ihre Wunschkurse anmelden. Damit wird der Einstieg in das vielfältige Angebot des Vereins noch einfacher und flexibler.

Entspannung und **Achtsamkeit** mit **Hatha Yoga**

Besonders hervorzuheben ist der neue Kurs „Hatha Yoga zur Entspannung und für mehr Achtsamkeit für Anfänger und Wiedereinsteiger“. Er richtet sich sowohl an Menschen, die erstmals Yoga ausprobieren möchten, als auch an alle, die nach einer Pause wieder einsteigen wollen. Die Übungen werden behutsam vermittelt und legen den Fokus auf die bewusste Wahrnehmung von Körper und Atem. Sanfte Bewegungen, Atemübungen und Entspannungsphasen helfen dabei, Stress abzubauen, die Beweglichkeit zu fördern und einen Ausgleich zum hektischen Alltag zu schaffen. Ein zusätzlicher Vorteil: Der Kurs ist nach § 20 SGB V zertifiziert, sodass viele gesetzliche Krankenkassen die Teilnahmegebühr ganz oder teilweise bezuschussen.

Workout für Frauen am Donnerstag

Ebenfalls neu im Programm ist das „Workout für Frauen“, das donnerstags von 18.30 bis 19.30 Uhr stattfindet. Das Training richtet sich an Frauen aller Altersklassen, die gemeinsam aktiv sein und etwas für ihre Fitness tun möchten. Ein abwechslungsreicher Mix aus Bewegung, Kräftigung und Kondition spricht unterschiedliche Leistungslevel an, sodass jede Teilnehmerin motiviert und mit Freude dabei ist. Das Angebot steht Mitgliedern und Nichtmitgliedern gleichermaßen offen.

Verstärkung für den **Seniorensport** gesucht

Um das Spektrum künftig noch weiter auszubauen, sucht der TSV Jesingen aktuell engagierte Übungsleiterinnen und Übungsleiter oder Fachkräfte aus der Physiotherapie für den Bereich „Sport im Alter“. Interessierte können sich direkt über die Geschäftsstelle oder die Website des Vereins melden. *pm*

Von Faszientraining über Pilates bis hin zur seniorengerechten Gymnastik

Beim TSV Owen ist alles möglich

Der TSV Owen bietet ein ganzjähriges und vielfältiges Kursprogramm, das sich über den gesamten Tag verteilt. Die Teilnehmenden können aus einer Mischung aus neuen Trends und bewährten Inhalten wählen. Ob Fitness, Prävention oder Bewegung für jedes Alter – beim TSV Owen ist für alle etwas dabei.

Flexi-Bar und **Faszientraining**

Mehrmals pro Woche stehen Flexi-Bar-Kurse auf dem Programm des TSV Owen. Die Übungen mit der schwingenden Stange aktivieren die tiefliegende Muskulatur, verbessern die Haltung und fördern die Koordination. Ein weiteres Angebot ist das Faszientraining, auch bekannt als Bindegewebstraining oder Five Gym. Hierbei geht es darum, durch gezielte Bewegungen die natürliche Aufrichtung des Körpers zu fördern und Schmerzen vorzubeugen.

Dynamisches Training mit Schwung

Auch die XCO-Kurse sind beim TSV Owen fest etabliert. Formate wie XCO Shape sowie XCO-Walking und -Running verbinden Ausdauer- und Krafttraining auf innovative Weise. Ursprünglich als Therapieform entwickelt, enthalten die XCO-Trainer eine lose Schwungmasse aus Schiefergranulat. Beim Training wird diese Masse explosionsartig hin- und herbewegt – der sogenannte reaktive Impakt. Dadurch entsteht ein rund 33 Prozent höherer Trainingseffekt als bei herkömmlichen Hanteln.



In den Kursen werden verschiedene Hilfsmittel eingesetzt, um den Trainingserfolg zu steigern. Foto: TSV Owen

Hochintensives **Intervalltraining**

Für alle, die gerne an ihre Grenzen gehen, eignet sich das High Intensity Interval Training (HIIT). Diese Trainingsform kombiniert 45 Sekunden Belastungszeit mit kurzen Pausen und wechselt dynamisch zwischen Ausdauer- und Krafteinheiten.

Ganzkörpertraining mit Vielfalt

Dieses Training zielt darauf ab, den gesamten Körper zu aktivieren. Unterschiedliche Übungsformen stehen hier im Vordergrund und sorgen für ein abwechslungsreiches Programm, das Kraft, Ausdauer und Koordination gleichermaßen fördert.

Pilates für eine **starke Mitte**

Mit Pilates bietet der TSV Owen ein gezieltes Training zur Stärkung der Körpermitte an. Das sogenannte Powerhouse – die Rumpfmuskulatur – wird gezielt gekräftigt, wodurch sich Haltung und Körpergefühl spürbar verbessern.

Verschiedene Workshops, wie etwa „Füße und Hände gut, dann ist alles gut“, runden das Angebot ab.

Sportangebote für **Seniorinnen** und **Senioren**

Auch für ältere Teilnehmende bietet der TSV Owen passende Bewegungsangebote. In eigenen Gruppen trainieren Männer und Frauen mit seniorengerechter Gymnastik, um mobil zu bleiben und den Alltag besser bewältigen zu können.

Alle Kurse und weitere Angebote im Bereich Kinder-, Freizeit- und Gesundheitssport sind auf der Vereinswebsite unter www.tsv-owen.de zu finden.

Für Fragen steht Daniela Häusel telefonisch unter 07021 / 86 43 44 oder per E-Mail an daniela.haeusel@t-online.de gerne zur Verfügung. *pm*

Modernes und abwechslungsreiches Training

Mit den neuesten Geräten im VfL-Sportvereinszentrum

Zehn Jahre „fit, gesund, familiär“ – zum Jubiläum des Sportvereinszentrums hebt der VfL Kirchheim sein Sportangebot auf ein neues Level: Mit modernsten Geräten im Cardio- und Kraftbereich werden spürbare Ergebnisse bei maximaler Effektivität erzielt. Gesundheit lässt sich dabei durch regelmäßige, KI-unterstützte Körperanalyse-Check-ups ganz neu erleben. Neu im Programm ist zudem der five-Beweglichkeitszirkel für mehr Mobilität.

Vielfältiges **Kursprogramm und Entspannung**

Indoor-Cycling ist ab sofort auf den neuesten Bikes von Life Fitness möglich. Das Kursprogramm umfasst fast 50 Einheiten pro Woche und bietet spannende sowie abwechslungsreiche Formate für Jung und Alt. Das engagierte und qualifizierte SVZ-Trainerteam freut sich darauf, Interessierte in den großzügigen Räumlichkeiten des Vereins willkommen zu heißen und in Bewegung zu bringen. Als Belohnung nach dem Workout lässt es sich im Wellnessbereich oder im Bistro hervorragend entspannen.



Zehn Jahre „fit, gesund, familiär“ – zum Jubiläum des Sportvereinszentrums hebt der VfL Kirchheim sein Sportangebot auf ein neues Level. Foto: VfL Kirchheim

Ob mit Vertrag, Zehner- oder Schnupperkarte – im SVZ trainiert man ganz individuell zu attraktiven Konditionen. Informationen zu den Angeboten und einem kostenlosen, unverbindlichen Probetraining im Sportvereinszentrum des VfL Kirchheim gibt es online unter www.svz-kirchheim.de sowie telefonisch unter 07021 8609069. *pm*

Diane Dance – neue Plätze frei!

Dienstags mit Diane
- Power Kids 4–5 J. 16:00–16:45
- Dance Kids 6–8 J. 16:50–17:35
- Funky Dance Kids 9–11 J. 17:40–18:40
- Funky Dance Queens 20:00–21:30

Donnerstags mit Tizi (Laetitia)
- Hip Hop Teens Mittelstufe 18:00–19:00
- Hip Hop Teens Fortgeschrittene 19:00–20:00

Anmeldung: info@diane-dance.de

www.diane-dance.de

Diane Dance

Hier passiert's: **Im EXTRA.**

www.extra-wochenende.de



Semester 2026/2027

NEUE KURSE STARTEN

ab dem 21.09.2026

Sprachen · Gesundheit · Ernährung · Deutschkurse · Internet · Kreativität · vhs · Internet · Smartphone · Gesundheit · Digitale Kompetenzen · Entspannung · Prüfungsvorbereitung

Kursangebot, Termine und Anmeldung:
www.vhskirchheim.de

info@vhskirchheim.de 07021 9730-30

Schwedenrätsel

berufliche Laufbahn			ital.: drei Prärie-pferd		Nord-europäer	antikes italien. Volk		rasenbildende Pflanze	Halte-pflock (Pferde-leinen)		langer Feder-schal		Anteils-schein	Lissabon in der Landes-sprache		Stelle, wo etwas aufhört	Durch-schrift		Zorn	3	Schalt-uhr (engl.)
Bade-zimmer-einrich-tung	►							mit Salz konser-vieren	►							Schreib-gerät (Kw. Mz.)	►				
►					schott. Königin (... Stuart)	►					Lenden-tuch der Inder		Schimpf-wort	►					schweiz. Abitur		Thriller (Kw.)
Loya-lität		Vornehm-tuer (Mz.)	►					Öl-pflanze		hinwei-sendes Fürwort	►					ehem. engl. Name v. Myanmar		Sonder-polizei-einheit (Abk.)	►		▼
►					Inhalts-losig-keit		Ange-legen-heit	►			7		breite Faser-schicht		absonderlich	►					
Wohn-gebühr		sonder-bar		Bücher-freund	►					weib-liches Haustier		Mode-trend (franz.)	►					bunte Tanz-show		Gär-stoff	
Verkaufs-schlager (ugs.)	►						eine Tonart		altröm. Frauen-ober-gewand	►			4		Metall-block		hohe Wert-schät-zung	►			
►				Wasser-sport-disziplin		Insel-staat in der Karibik	►			1		Heil-creme		Bienen-zucht	►				9		
Back-masse	Süd-deut-scher		nicht gerade, gebeugt	►			8		Zitter-pappeln		brasil. Formel I-Pilot † 1994	►			5		leere Wort-hülse		geome-trische Figur		ver-fallene Gebäude
kleine Frucht-art	►	2				flott, elegant		kleine, unbe-stimmte Menge	►					Wahl-ent-scheid		Truthahn	►				
►			Tee-behälter		Faser-rest	►					komisch		zuerst, zuvor	►						rotes Wurzel-gemüse	
be-geister-ter An-hänger		Projektil	►					Brillen-schlange		Unter-wasser-gefährt	►					Horn-masse am Tierfuß		Hoch-schul-reife (Kw.)	►		
►					Pfad-finder (engl.)		vorderer Teil des Halses	►					‚Bargeld ...', eine Redens-art		kleiner Bissen	►					
Waren-gestell		Bewohner einer Donau-stadt		früher als erwartet	►					Verwal-tungs-bereich		Reich-tum in Über-fülle	►					Quadrille-figur	►		
Harems-wächter	►						Südost-europäerin		Pelzart	►					Stoff-stück, Stoff-rest	►					
►				griech. Vorsilbe für anders		Kampf unter Völkern	►					röm. Göttin d. Morgen-röte		trojanischer Prinz							
Birken-gewächs	mit Freude		Hochruf	►					schläf-rig		Ausruf des Erstaunens	►									
An-rufung Gottes	►					Vorname der Ander-sen †		Zeit-einheit	►												
►			Zutat zur Käse-produk-tion		fester, farb-loser Überzug	►					span. Mehr-zahl-artikel		Halbton unter G								
Fluss durch Gerona (Span.)		Ver-mächt-nis	►	6				altrömi-sches Hirten-lied													
►					Ge-sangs-stück	►				englisch: Gebiet	►	10									
Euro-päer		ge-krümm-te Linie	►					franzö-sische Land-schaft	►												

Heine 11

AUFLÖSUNG DES RÄTSELS



Sudoku

Ziffern von 1 bis 9 müssen so eingetragen werden, dass sie in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem 3x3-Feld genau einmal vorkommen. Das obere Sudoku ist mittel das untere schwer.

	9		8		4		1	
1								3
		6	7		1	2		
9		1	2		6	4		5
4		8	3		5	7		2
		9	1		3	8		
2								6
	8		6		9		5	

2								5
		5				6		
	9		7		4		8	
		9		1		5		
			3		5			
		6		2		9		
	4		1		8		6	
		8				3		
7								1

7	6	3	5	4	9	8	2	1
9	1	8	6	7	2	3	5	4
5	4	2	1	3	8	7	6	9
1	5	6	4	2	7	9	3	8
8	2	4	3	9	5	1	7	6
3	7	9	8	1	6	5	4	2
6	9	1	7	5	4	2	8	3
4	3	5	2	8	1	6	9	7
2	8	7	9	6	3	4	1	5

2	8	1	3	4	6	9	7	5
6	5	9	1	7	3	8	2	4
3	2	5	4	9	7	1	6	8
4	6	8	3	1	5	7	9	2
8	3	6	7	5	1	2	4	9
9	7	1	2	8	6	4	3	5
1	4	7	9	6	2	5	8	3
5	9	2	8	3	4	6	1	7
7	8	4	6	2	9	3	5	1

Fehlersuche

Hier sind fünf Unterschiede zu finden.



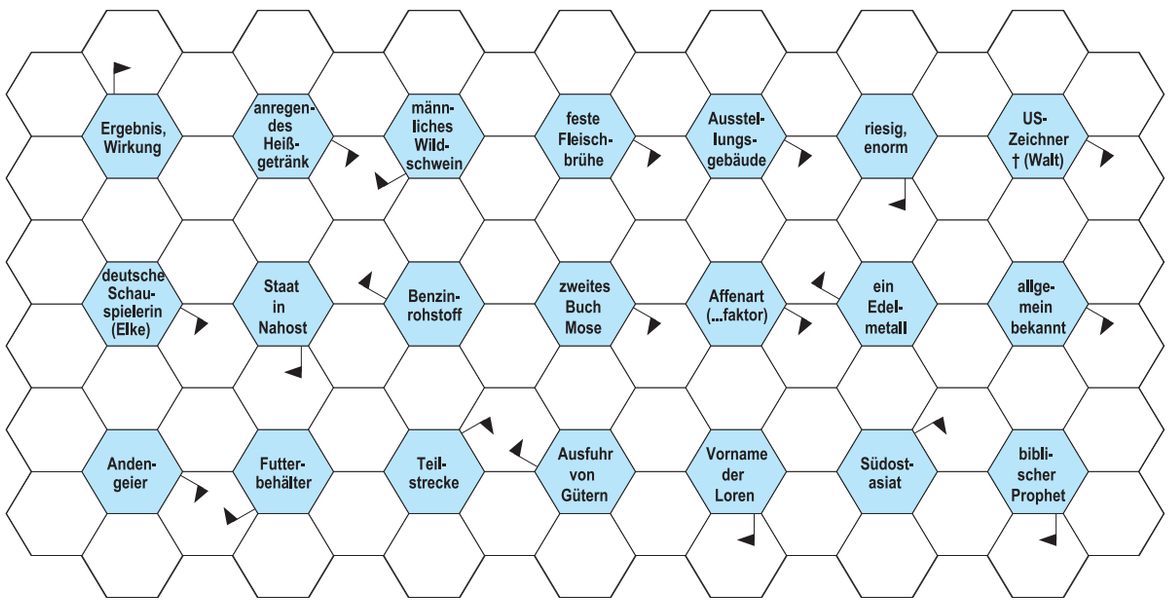
Buchstabensalat

Die unten stehenden Begriffe sind waagerecht, senkrecht oder diagonal, auch umgedreht, im Raster aufzuspüren.

J	F	M	Z	Y	R	A	T	E	N	A	L	P	R	E	T	N	I	I
S	W	Z	K	X	P	F	L	A	N	Z	E	N	B	U	T	T	E	R
D	R	A	D	N	A	T	S	B	Y	R	J	A	T	R	N	E	L	E
M	I	N	U	R	E	U	X	I	O	X	U	V	S	A	G	A	L	R
S	C	E	K	M	R	E	S	E	R	V	O	I	R	S	X	T	I	Q
L	A	T	N	E	M	U	N	O	M	P	A	G	I	I	G	I	A	T
U	A	H	C	S	N	E	D	O	M	S	A	A	M	E	R	L	D	S
T	T	S	E	F	T	H	C	I	R	L	F	T	T	N	A	I	E	H
R	U	E	B	S	A	M	E	N	F	W	L	O	U	W	E	B	M	R
Z	I	R	I	F	O	M	A	N	A	G	E	R	I	N	S	I	R	K
L	Q	O	P	L	Y	N	I	E	D	R	I	G	W	A	S	S	E	R
H	T	A	R	C	H	I	M	E	D	E	S	H	I	K	L	N	B	V
T	S	E	F	I	N	A	M	P	G	C	C	Z	S	S	I	E	L	T
M	Z	X	N	R	J	A	B	R	A	C	H	I	A	L	C	S	I	Y
H	V	F	R	N	L	S	T	E	Z	X	E	E	Z	J	H	H	S	V
D	I	S	C	O	U	N	T	E	R	G	R	U	N	D	B	A	H	N

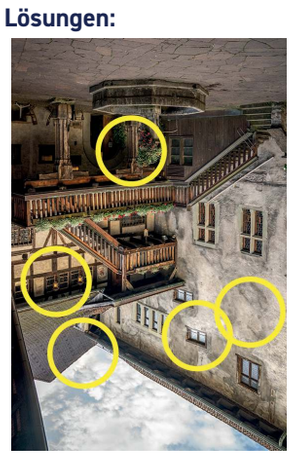
Wabenrätsel

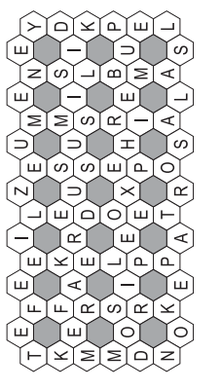
Die richtigen Begriffe müssen beginnend bei der Pfeilspitze in die einzelnen Wabenkästchen eingetragen werden. Begriffe, deren Wabenkästchen sich überschneiden, teilen sich die darin einzutragenden Buchstaben.

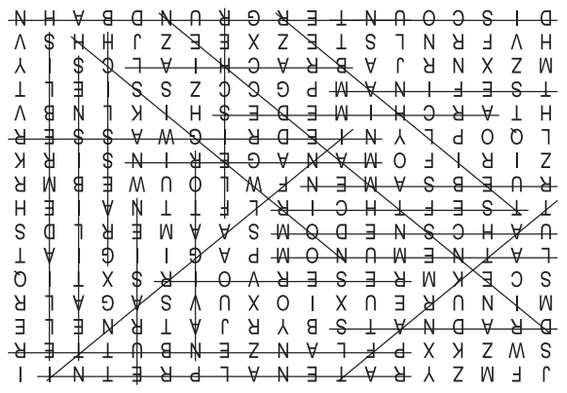


ARCHIMEDES
BRACHIAL
DIENSTMAEDCHEN
DISCOUNT
EURASIEN
FLEISCHER
GRAESSLICH
INFLAGRANTI
INTERPLANETAR
MANAGERIN
MANIFEST
MODENSCHAU
MONUMENTAL
NAVIGATOR
NIEDRIGWASSER
NORWEGISCH
PFLANZENBUTTER
RESERVOIR
RICHTFEST
RUEBSAMEN
SENSIBILITAET
SILBERMEDAILLE
STANDARD
TATKRAFT
TEILHABER
UNTERGRUNDBAHN

Lösungen:







Die Ritter gelten wieder als Geheimtipp

Unterschätzen dürfte den Vizemeister aus Kirchheim in der Pro A keiner mehr. Das liegt nicht allein am Erfolg im Vorjahr.



Tyrel Morgan (Nummer elf) und die Knights starten am Samstag in die neue Saison. Der Vizemeister hat dabei viel Vorschusslorbeeren im Gepäck. *Foto: Nina Sander*

Wer vom Kirchheimer Rekordsommer spricht, der redet nicht zwangsläufig übers Wetter. Vizemeisterschaft und Pokaleinzug der Knights haben im 20. Jahr der Klubgeschichte historische Marken gesetzt. Rekordverdächtig kurz war auch die Pause: Zwischen Meisterschaftsfinale und Pokalauftakt lagen gerade mal elf Wochen. Kaum Zeit also, Luft zu holen und das Erlebte sacken zu lassen. Zumal Manager Chris Schmidt und Headcoach Igor Perovic so früh wie selten zuvor die neue Mannschaft am Start hatten.

Die beiden Köpfe hinter dem Kirchheimer Erfolg gelten als kühle Analysten, und bei aller Hitze, die im Frühsommer im Kessel war, hat Chris Schmidt sich erinnert, dass mit jedem Erfolg auch die Fallhöhe wächst. 2012, dem bis dahin erfolgreichsten Jahr, war die Euphorie ähnlich gewaltig. In der Folgesaison standen die Knights als Absteiger fest und zogen erst im letzten Moment den Kopf aus der Schlinge, weil die Baskets aus Schwelm nicht aufsteigen konnten. Damals war Schmidt Praktikant bei den Kirchheimern. 13 Jahre später trägt er die sportliche Verantwortung und sagt: „Ich habe mir geschworen, dass sich das nicht wiederholen wird."

Schmidt weiß: Absolute Sicherheit im Sport wird es nie geben, und doch riecht das, was die Knights während der Pre-Season an ersten Duftmarken gesetzt haben, verdächtig nach dem alten Spirit. Kirchheim gilt bei vielen Experten in der Pro A längst als Geheimtipp – wieder einmal.

Und Igor Perovic? Dem dürfte in seinem siebten Trainerjahr unter der Teck so manches leichter fallen. Bis auf den neuen Spielmacher C. J. Hines, der erst Ende August vom serbischen Erstligisten Radnicki Kragujevac nach Kirchheim kam, haben sämtliche Neuzugänge in der Vorsaison auf deutschem Boden gespielt. Und: Im Gegensatz zum Vorjahr kann Perovic verlässlich planen. Nach dem Knöchelbruch von Adrian Worthy haben die Knights schnell reagiert und mit dem Ulmer Chris Philipps nachgelegt. Der 27-jährige Flügelspieler mit BBL-Erfahrung ist mit einem Vertrag bis Saisonende ausgestattet. Käme Worthy in der Rückrunde wie geplant zum Einsatz, gingen die Knights personell gestärkt in die entscheidende Saisonphase. Eine Hängepartie wie im Vorjahr, als die Weiterverpflichtung von Nico Bretzel nach Weihnachten auf der Kippe stand, bleibt Perovic also erspart.

Bretzel unter Beobachtung

Bretzel ist derjenige im Kader, der den Druck des Trainers am heftigsten spürt. Im Vorjahr einer der Erfolgsgaranten in den Play-offs, kam der 130-Kilo-Mann mit sichtbarem Trainingsrückstand zurück aus dem Sommer. Verstecken kann sich Kirchheims Center, der mit Familie nach wie vor in Ulm lebt, nicht allein wegen seiner Größe nur schwer: Er und der Coach bilden täglich eine Fahrgemeinschaft. „Er weiß, was wir von ihm erwarten", sagt Perovic. „Wenn er fit ist, gibt es in der Liga keinen besseren Deutschen auf dieser Position."

Im Umkehrschluss: Erfüllt der Center die Erwartungen nicht, braucht es Alternativen. Mit ein Grund, weshalb nach Worthys Verletzung mit Chris Philipps nicht positionsgetreu nachverpflichtet wurde. Worthy ist als Combo-Guard von strategischer Bedeutung, Philipps mit seinen 2,03 Meter eher ein Mann für den Flügel.

Perovic hält sich wie immer eine Vielzahl an Optionen offen. Mit dem physisch starken Ex-Münsteraner Philip Alston, Routinier Julius Wolf und Lukas Zerner sind die Knights im Frontcourt flexibel aufgestellt. Alston, der in der Vorbereitung einen starken Eindruck hinterließ, kann als Stretch-Forward jederzeit auch auf der Fünf unterm Korb bestehen.

Mit Desmond Watson und Paul Viefhues verfügt Kirchheim zudem über ausreichend Größe auch an den Nahtstellen. Speziell auf Watson, vergangenes Jahr überragender Mann im Frankfurter Farmteam in der Pro B, ruhen einige Erwartungen – nicht nur wegen seiner 30 Punkte im Pokal gegen Ludwigsburg. Viefhues dagegen ist nach dem Abschied von Nil Failenschmid mit 21 Jahren der Jüngste in der Kirchheimer Rotation. Ein Riesentalent mit viel Selbstvertrauen, Tempo und einem guten Wurf. Wie sich der gebürtige Münsteraner unter Perovic entwickelt, gehört wohl zu den spannendsten Fragen vor der neuen Saison.

Bei Johannes Patrick stellt sich diese Frage nicht. Genauso lange wie man den Spross von Ludwigsburgs Ex-Coach John Patrick in Kirchheim schon kennt, gilt er als Wunschkandidat. Nach der Trennung von Gian Aydinoglu kommt mit dem 24-Jährigen Pointguard aus der BBL einer, der als „Aggressive Leader" und bissiger Verteidiger noch eins draufpackt. Patrick erhielt in der Pre-Season viel Gelegenheit, sich zu beweisen. Das Wort „Backup" für die Eins kommt Perovic zum gegenwärtigen Zeitpunkt jedenfalls nicht über die Lippen. Zumal Hines in den bisherigen Testspielen noch mit Abstimmungsproblemen zu kämpfen hatte.

Morgan als Musterschüler

Bleibt noch der Musterschüler, der auf des Trainers Zettel als sein verlängerter Arm auf dem Parkett eine Sonderrolle einnimmt: Tyrel Morgan ist nicht nur einer von drei Überlebenden der letztjährigen Erfolgssaison, sondern auch der neue Kapitän im Team. Selbstlos, diszipliniert und einer, der auf dem Spielfeld buchstäblich über die Schmerzgrenze geht. Der zurückhaltende Amerikaner verkörpert Perovics Idealbild des kompromisslosen Teamplayers – nicht erst, seit er vergangenen Oktober in Göttingen ein Viertel mit gebrochener Hand zu Ende gespielt hat. Morgan ist der vielleicht kompletteste Spieler im Kader. Einer, der ein Spiel lesen kann, der ständige Wurfgefahr ausstrahlt und der mit seinen 1,95 Meter im vergangenen Jahr zweitbester Rebounder der Kirchheimer war – nur hauchdünn hinter Tylan Pope, dem MVP in den Play-offs.

Professionell, zielstrebig, diszipliniert – glaubt man dem Trainer, gilt das für die gesamte Mannschaft. Eigenschaften, die schon am Samstag gefragt sein werden, wenn mit den Gästen aus Wolmirstedt gleich zum Saisonbeginn der erste Charaktertest wartet. Der vermeintliche Außenseiter hat auf dem Transfermarkt für einige Überraschungen gesorgt und nicht wenige trauen den Magdeburgern eine solche auch in dieser Spielzeit zu. Geheimtipp gegen Wundertüte – man darf gespannt sein. *Bernd Köble*

ALLE KNIGHTS-SPIELE 2026/27

Samstag, 26. September (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Wolmirstedt

Freitag, 2. Oktober (19 Uhr)
Ulm – Kirchheim Knights

Sonntag, 4. Oktober (17 Uhr)
Kirchheim Knights – Bayreuth

Samstag, 10. Oktober (18.30 Uhr)
Nürnberg – Kirchheim Knights

Samstag, 17. Oktober (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Paderborn

Samstag, 24. Oktober (19.30 Uhr)
Essen – Kirchheim Knights

Samstag, 31. Oktober (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Heidelberg

Montag, 9. November (19.30 Uhr)
Koblenz – Kirchheim Knights

Freitag, 13. November (20 Uhr)
Kirchheim Knights – Karlsruhe

Sonntag, 15. November (16 Uhr)
Tübingen – Kirchheim Knights

Samstag, 21. November (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Bremerhaven

Samstag, 5. Dezember (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Köln

Sonntag, 13. Dezember (17 Uhr)
Kirchheim Knights – Crailsheim

Samstag, 19. Dezember (19 Uhr)
Bochum – Kirchheim Knights

Dienstag, 22. Dez. (19 Uhr in **Göppingen**)
Kirchheim Knights – Göttingen

Sonntag, 28. Dezember (19.30 Uhr)
Quakenbrück – Kirchheim Knights

Samstag, 2. Januar 2027 (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Gießen

Freitag, 8. Januar (19.30 Uhr)
Wolmirstedt – Kirchheim Knights

Samstag, 16. Januar 2027 (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Koblenz

Samstag, 23. Januar (19.30 Uhr)
Karlsruhe – Kirchheim Knights

Samstag, 30. Januar 2027 (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Tübingen

Sonntag, 7. Februar 2027 (15 Uhr)
Bayreuth – Kirchheim Knights

Samstag, 13. Februar 2027 (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Bochum

Samstag, 20. Februar 2027 (18.30 Uhr)
Göttingen – Kirchheim Knights

Freitag, 5. März 2027 (20 Uhr)
Kirchheim Knights – Nürnberg

Samstag, 7. März 2027 (15 Uhr)
Heidelberg – Kirchheim Knights

Montag, 15. März 2027 (19.30 Uhr)
Köln – Kirchheim Knights

Samstag, 20. März 2027 (20 Uhr)
Crailsheim – Kirchheim Knights

Sonntag, 28. März 2027 (17 Uhr)
Kirchheim Knights – Quakenbrück

Sonntag, 4. April 2027 (15 Uhr)
Bremerhaven – Kirchheim Knights

Samstag, 10. April 2027 (19.30 Uhr)
Paderborn – Kirchheim Knights

Samstag, 17. April 2027 (18 Uhr)
Kirchheim Knights – Essen

Samstag, 24. April 2027 (19 Uhr)
Gießen – Kirchheim Knights

Samstag, 1. Mai 2027 (19.30 Uhr)
Kirchheim Knights – Ulm

www.bantlin.de
Wir wünschen den Kreisbau Knights eine starke Saison 2026/27!
EIN TEAM
VON ANFANG AN.
Seit dem ersten Tag unterstützen wir stolz die Kirchheim Knights.
Genauso stehen wir Ihnen bei Ihrem modischen Auftritt zur Seite. Mit Mode, die mitzieht und begeistert. Für jeden Anlass.
Lust auf Mode.
BANTLIN
DIE MODEWELT DER FRAU
BETTY BARCLAY STORE
SPORTIVE MÄNNERMODE

45 JAHRE LUCZKY-BAU.
20 JAHRE KREISBAU KNIGHTS.
Seit 45 Jahren stehen wir für Qualität, Verlässlichkeit und starke Partnerschaften. **Wir gratulieren den Kreisbau Knights herzlich zum 20-jährigen Jubiläum und wünschen dem Team einen erfolgreichen Start in die neue Saison!**
LUCZKY-BAU
#FOLLOW US
Fabrikstraße 27 | 73230 Kirchheim/Teck
Tel.: 07021 45556 | www.luczky-bau.de

Von Heidelberg bis Kirchheim: Wer prägt die Liga?

Die Knights gehören für die Konkurrenz zum Kreis der Favoriten auf die Play-offs.

Wie stark sind die Kirchheim Knights nach ihrer Vizemeisterschaft einzuschätzen? Geht es erneut bis tief in die Play-offs oder sorgt der personelle Umbruch dafür, dass unter der Teck kleinere Brötchen gebacken werden müssen? Glaubt man den Einschätzungen aus der 2. Basketball-Bundesliga Pro A, gehören die Kirchheimer jedenfalls weiterhin zum Kreis der Mannschaften, mit denen im oberen Tabellendrittel zu rechnen ist.

Ein Blick auf die Konkurrenz und die bisherigen Eindrücke aus der Saisonvorbereitung zeichnet ein recht klares Bild: Ganz oben wird vor allem mit Bundesliga-Absteiger Heidelberg gerechnet. Dahinter ist das Feld groß – und mittendrin die Knights: Mehrere Verantwortliche aus der Liga nennen Kirchheim ausdrücklich als Play-off-Kandidaten. Besonders eindeutig fällt das Urteil von Ulms Geschäftsführer Thomas Stoll aus: Neben Heidelberg und Crailsheim traut er vor allem Kirchheim viel zu. Auch in Bayreuth, Köln und Crailsheim hat man den Vizemeister auf dem Zettel.



Mit den Academics aus Heidelberg und ihren Fans ist zu rechnen. *Foto: Eibner-Pressefoto/Joerg Hirsch*

Heidelberg stark wie nie?

Noch größer ist der Konsens nur bei zwei Mannschaften. Die MLP Academics Heidelberg und die Hakro Merlins Crailsheim gehören praktisch durchweg zum Kreis der Kandidaten für die Runde der besten acht. Heidelberg nimmt dabei eine Sonderrolle ein. Der Bundesliga-Absteiger macht aus seinen Ambitionen selbst keinen Hehl. „Unser Ziel ist der Aufstieg“, hat der sportliche Leiter Alex Vogel formuliert. Dafür wurde ein Kader zusammengestellt, der reichlich Zweitliga- und Play-off-Erfahrung mitbringt. Mit Chuck Harris wechselte zudem einer der Leistungsträger der vergangenen Kirchheimer Saison an den Neckar.

Bayreuths Geschäftsführer Carlo Steiner bezeichnet Heidelberg gar als womöglich stärksten Bundesliga-Absteiger seit vielen Jahren. Auch Stoll sieht die Academics angesichts ihres hohen Etats als Favoriten. Göttingens Geschäftsführer Frank Meinertshagen sieht Heidelberg gemeinsam mit Gießen „auf dem Papier vor den anderen Teams“. Dahinter werden vor allem Crailsheim, Bremerhaven und Köln regelmäßig genannt.

Ambitionierte Göttinger

Auch Göttingen hat klare Ambitionen. „Unser sportliches Ziel ist das Erreichen der Play-offs“, sagt Meinertshagen. Nach schwierigen Jahren wolle der Klub wieder einen Schritt nach vorne machen. Dabei setzt die BG auf ein weitgehend neu zusammengestelltes Team unter dem neuen Trainer Martins Gulbis. Dass Potenzial vorhanden ist, bewiesen die Niedersachsen Ende August mit einem 92:91-Testspielsieg gegen Bundesligist Braunschweig.

Köln wiederum will den nächsten Schritt selbst ausdrücklich gehen. Nachdem die RheinStars in der vergangenen Saison lange um die Play-offs mitgespielt hatten, lautet das Ziel nun, die Runde der besten acht tatsächlich zu erreichen. Die Konkurrenz traut ihnen das zu. Gießens Alexander Fischer hebt insbesondere Trainer Zoran Kukic, die gehaltenen Leistungsträger und die aus seiner Sicht klugen Verstärkungen hervor.

Breit ist hingegen das Feld der Mannschaften, bei denen die Prognosen erheblich schwieriger werden. Karlsruhe erreichte zuletzt die Play-offs, hatte während der Vorbereitung aber mit personellen Problemen zu kämpfen. Anfang September fehlten mit Maurice Pluskota, Isaiah Hart und Jason George gleich mehrere wichtige Spieler im regulären Mannschaftstraining. Trainer Demond Greene sah sein Team dennoch in den Tests als konkurrenzfähig an.

Tübingen wagt nach einer enttäuschenden vergangenen Spielzeit praktisch einen Neustart. Neben Kapitän Till Jönke blieb nur wenig Kontinuität im Team. Trainer Félix Bañobre zeigte sich zuletzt dennoch zufrieden mit dem Stand der Vorbereitung und sieht das Grundgerüst seiner Mannschaft stehen. In Bayreuth zählt man die Tigers sogar zum Kreis möglicher Play-off-Teams.

Am anderen Ende der Tabelle richten sich die Blicke zunächst auf die Aufsteiger. Essen und die Orange Academy werden mehrfach als Mannschaften genannt, die sich auf einen schwierigen Kampf um den Klassenerhalt einstellen könnten. Ulms Geschäftsführer Stoll formuliert das Ziel seiner jungen Mannschaft entsprechend schnörkellos: „Spaß haben, Spieler entwickeln und die Klasse halten.“

Auch die ETB Miners aus Essen wissen um die Herausforderung. Nach dem Aufstieg und einer weitreichenden Neuzusammenstellung des Kaders sprechen die Verantwortlichen offen davon, dass sich die Mannschaft noch finden müsse. Trainer Lars Wendt sah zuletzt insbesondere defensiv noch Nachholbedarf.

Ebenfalls zum Kreis der möglichen Abstiegskandidaten werden Paderborn und Nürnberg gezählt, vereinzelt auch Bochum. Eine besondere Ausgangslage haben die Börde Baskets aus Wolmirstedt, die mit vier Minuspunkten in die Saison gehen. Selbst wenn die Mannschaft sportlich stärker einzuschätzen sein sollte, muss sie diesen Rückstand zunächst einmal aufholen.

Liga immer professioneller

Über allem steht der Eindruck einer Liga, deren Niveau weiter gestiegen ist. Crailsheim und Gießen verweisen auf die zunehmende Professionalisierung, Köln sieht den Abstand zur BBL kleiner werden. Göttingens Frank Meinertshagen widerspricht allerdings: „Ich glaube, dass zwischen Pro A und BBL ein riesiger Unterschied ist.“ Ein Grund sei die Regel, wonach in der Pro A stets zwei deutsche Spieler auf dem Feld stehen müssen. Während die Zweitligisten entsprechend stark auf deutsche Akteure angewiesen seien, könnten BBL-Klubs mit sechs starken Ausländern antreten. Dass es im Pokal kaum Überraschungen gebe, sei für ihn ein Indiz dafür. Auch im europäischen Vergleich sieht Meinertshagen trotz des gestiegenen Pro-A-Niveaus noch Luft nach oben.

Einigkeit herrscht dagegen darüber, wie eng es innerhalb der Liga zugehen dürfte. Bayreuth erwartet fünf oder sechs Topteams mit klaren Ambitionen, dahinter ein breites Mittelfeld, in dem ein oder zwei Siege über Platz sechs oder Platz 14 entscheiden könnten.

Für die Knights ist das Anerkennung und Warnung zugleich. Die Konkurrenz rechnet erneut mit ihnen – selbstverständlich ist ein Platz unter den besten acht deshalb noch lange nicht. *Peter Eidemüller*

BARMER LIGA
2. BASKETBALL BUNDESLIGA

DIE GEGNER DER KNIGHTS IN DER PRO A

MLP ACADEMICS HEIDELBERG
Letzte Saison: **Absteiger BBL**

HAKRO MERLINS CRAILSHEIM
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 2**

BG GÖTTINGEN
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 3**

EISBÄREN BREMERHAVEN
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 4**

ARTLAND DRAGONS QUAKENBRÜCK
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 5**

GIESSEN 46ERS
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 7**

PS KARLSRUHE LIONS
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 8**

NÜRNBERG FALCONS BC
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 9**

MEDIKAMENTE PER KLICK BAYREUTH
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 10**

VFL SPARKASSENSTARS BOCHUM
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 11**

RHEINSTARS KÖLN
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 12**

TIGERS TÜBINGEN
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 13**

EPG BASKETS KOBLENZ
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 14**

SBB BASKETS WOLMIRSTEDT
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 15**

PADERBORN BASKETS
Letzte Saison Hauptrunde: **Platz 16**

ETB MINERS ESSEN
Letzte Saison: **Aufsteiger Pro B**

ORANGE ACADEMY ULM
Letzte Saison: **Aufsteiger Pro B**





BASKETBALL-SAISONSTART – 20 JAHRE KREISBAU KIRCHHEIM KNIGHTS



IGOR PEROVIC
HEAD COACH
52 JAHRE
BEI DEN KNIGHTS
SEIT 2020



ALEKSA BULAJIC
ASSISTANT COACH
24 JAHRE
BEI DEN KNIGHTS
SEIT 2026



ADRIAN WORTHY
POINT/SHOOTING GUARD
23 JAHRE
1,88 METER
LETZTE STATION:
LÖWEN BRAUNSCHWEIG



JOHANNES PATRICK
POINT GUARD
24 JAHRE
1,85 METER
LETZTE STATION:
MHP RIESEN LUDWIGSBURG



CJ HINES
POINT GUARD
24 JAHRE
1,88 METER
LETZTE STATION:
SPD RADNIČKI KRAGUJEVAC



PAUL VIEFHUES
SHOOTING GUARD
21 JAHRE
1,99 METER
LETZTE STATION:
UNI BASKETS MÜNSTER



DESMOND WATSON
SHOOTING GUARD
23 JAHRE
1,96 METER
LETZTE STATION:
FRANKFURT SKYLINERS JUNIORS



TYREL MORGAN
SHOOTING GUARD/SMALL FORW.
25 JAHRE
1,95 METER
BEI DEN KNIGHTS
SEIT 2025



PHILIP ALSTON
POWER FORWARD
25 JAHRE
2,02 METER
LETZTE STATION:
UNI BASKETS MÜNSTER



FABIAN JOHN
POWER FORWARD
20 JAHRE
2,00 METER
LETZTE STATION:
LOKOMOTIVE GÖPPINGEN



CHRISTOPH PHILIPPS
POWER FORWARD
28 JAHRE
2,03 METER
LETZTE STATION:
WÜRZBURG BASKETS



ALEXANDER STIEF
POWER FORWARD/CENTER
22 JAHRE
1,99 METER
BEI DEN KNIGHTS
SEIT 2021 (EIGENE JUGEND)



MORITZ LEMKE
SMALL FORWARD
18 JAHRE
1,97 METER
BEI DEN KNIGHTS
SEIT 2025 (EIGENE JUGEND)



NICOLAS BRETZEL
CENTER
27 JAHRE
2,10 METER
BEI DEN KNIGHTS
SEIT 2025



JULIUS WOLF
CENTER
33 JAHRE
2,05 METER
LETZTE STATION:
NÜRNBERG FALCONS



LUKAS ZERNER
CENTER
25 JAHRE
2,03 METER
BEI DEN KNIGHTS
SEIT 2025

Layout: David Hofmann; Fotos: Nina Sander

Basketball-Leidenschaft auf 85 Quadratmetern

Hinter dem sportlichen Erfolg der Kirchheim Knights steckt das kleinste Backoffice der Liga.

Waschmaschine, Wandkalender, zwei Bildschirme pro Arbeitsplatz – wer hinter dem Erfolg eines professionellen Basketballklubs eine weitläufige Geschäftsstelle mit Dutzenden Mitarbeitern vermutet, wird in der Kirchheimer Straße in Jesingen schnell eines Besseren belehrt. Rund 85 Quadratmeter müssen reichen für zwei Büroräume, ein Lager, vier Menschen und ziemlich viel Basketball.

An den Wänden hängen gelbe Knights-Trikots und Hoodies, dazwischen ein rotes Trikot der Grundschulliga und Plakate vergangener Eventspiele in Göppingen. Im Lager steht neben Fanartikeln eine Waschmaschine. Auch die Trikots wollen schließlich sauber werden. Besonders ins Auge fällt jedoch ein riesiger Wandkalender. Unzählige Einträge in verschiedenen Textmarkerfarben dokumentieren, was in den nächsten Tagen und Wochen ansteht. Termine, Erinnerungen, Aufgaben. Alles schön übersichtlich – zumindest für den Moment.

> „Die Verbundenheit geht weit über den Job hinaus.
>
> **Chris Schmidt**
> Der Sportchef über seine Passion für die Knights

„Der Plan verändert sich immer wieder“, sagt Chris Schmidt. Montags ist bei den Knights eigentlich Jour fixe. Eigentlich. Denn auch der wird verschoben, wenn etwas Wichtige(re)s dazwischenkommt. Und irgendetwas kommt im Profisport fast immer dazwischen, wie Schmidt seit 15 Jahren in Verantwortung weiß. „Ich kenne jede Stellschraube“, sagt der Sportchef. Was vermutlich auch nötig ist. Gemeinsam mit Jessica Weißflog, zuständig für Office-Management und Verwaltung, Melanie Hahn im Bereich Sales und Sponsoring sowie Pascal Hindenach, Auszubildender zum Veranstaltungskaufmann, bildet er die Geschäftsstelle des Zweitligisten, die von Bettina Schmauder als Geschäftsführerin tatkräftig unterstützt und begleitet wird.



Das Team hinter dem Team (von links): Jessica Weißflog, Pascal Hindenach, Chris Schmidt und Melanie Hahn organisieren von Jesingen aus alles rund um die Knights. *Foto: Peter Eidemüller*

Jede(r) muss alles können

Wenig Menschen für einen Profiklub. „Wir haben das kleinste Office der gesamten Liga“, weiß Schmidt. Fünf Mitarbeiter seien in der Pro A eher Standard, manche Konkurrenten beschäftigten 15 oder sogar 20 Personen in ihrer Geschäftsstelle. Was in Kirchheim zwangsläufig zu einem besonderen Arbeitsprinzip führt: Jede(r) muss möglichst alles können. Fällt jemand aus, soll ein anderer übernehmen können. Klare Zuständigkeiten gibt es trotzdem. Weißflog beispielsweise beherrscht eine Disziplin, vor der selbst der langjährige Geschäftsführer kapituliert: das Ticketing. „Da wäre ich aufgeschmissen“, gibt Schmidt zu.

Weißflog ist seit 2023 dabei, Hahn seit einem halben Jahr. Bis man sämtliche Abläufe, Besonderheiten und Abhängigkeiten eines Profiklubs wirklich verstanden habe, dauere es nach Schmidts Einschätzung rund ein Jahr. Basketballspiele sind schließlich nur das sichtbare Endprodukt einer Arbeit, die an den übrigen Tagen der Woche weitgehend unbemerkt bleibt.

Wie viel davon gleichzeitig anfällt, zeigte sich in diesem Sommer besonders deutlich. Weil die Knights sensationell bis ins Finale der Pro-A-Play-offs vorgedrungen waren und anschließend die Teilnahme am BBL-Pokal feststand, schrumpfte die ohnehin überschaubare basketballfreie Zeit noch einmal erheblich zusammen. „Mega viel zu tun und keine Verschnaufpause“, beschreibt Chris Schmidt die Situation. „Sechs statt zwölf Wochen“, rechnet Jessica Weißflog die verkürzte Off-Season aus.

Denn während Trainer Igor Perovic seine Mannschaft auf dem Parkett vorbereitete, lief auch im Jesinger Büro die Saisonvorbereitung auf Hochtouren. Die Vermarktung und das Ticketing für das BBL-Pokalspiel gegen Ludwigsburg in Göppingen sowie die Vorbereitungen des Jubiläumsabends zum 20-jährigen Bestehen der Knights auf der Teck waren mit die größten Zeitfresser. Transfer, Shuttlebusse – „Es gibt viele Kleinigkeiten zu klären“, sagt Schmidt.

Kurze Wege sind garantiert

Und dann sind da noch die Sponsoren. Melanie Hahn führt pro Woche zwei bis drei Gespräche mit bestehenden oder potenziellen neuen Partnern. Manchmal sitzt Chris Schmidt mit am Tisch, oft übernimmt Hahn die Termine alleine. Die Kommunikation im Büro wirkt freundlich und locker, gleichzeitig verbindlich. Jede(r) weiß, was zu tun ist. Kurze Wege sind auf 85 Quadratmetern garantiert.

Notiert wird trotzdem ganz klassisch. Chris Schmidt und Jessica Weißflog vertrauen beide auf ein gelbes DIN-A5-Notizbuch. Auf Papier wird zwischen Doppelmonitoren und digitalem Ticketing der Profibetrieb gewuppt.

Einen klassischen Arbeitstag gibt es nicht. Manchmal ist am Nachmittag alles erledigt, manchmal eben nicht. Besonders dann, wenn die Knights auf dem internationalen Spielermarkt aktiv werden. Verhandlungen mit Agenten oder Spielern in den USA können sich wegen der Zeitverschiebung bis weit nach 23 Uhr ziehen. Nine to five funktioniert im Profibasketball nicht.

„Man muss schon verrückt dafür sein“, lacht Schmidt. Ständige Erreichbarkeit und Ansprechbarkeit gehören für ihn zum Geschäft. Gleichzeitig bezeichnet er es als Privileg, sein Hobby zum Beruf gemacht zu haben. Seine Frau und seine Tochter hätten gelernt, mit den Nachteilen dieses Berufs umzugehen. Inzwischen würden auch die Vorteile sichtbar – etwa wenn ein Arbeitstag später beginnen oder früher enden kann. Vor allem aber bietet die Familie jene „Kopfpause“, die Schmidt immer wieder benötigt. Denn nach 15 Jahren bei den Knights lässt sich der Klub für ihn nicht einfach mit dem Ausschalten des Bürolichts abschalten. „Die Verbundenheit geht weit über den Job hinaus“, gesteht er.

Vielleicht erklärt das auch, warum auf diesen 85 Quadratmetern trotz Termindrucks und ständig neuer Aufgaben wenig von Dienst nach Vorschrift zu spüren ist. Die Leidenschaft für den Basketball und die Knights ist greifbar. Viel Personal gibt es nicht, dafür viel Eigenverantwortung.

Und offenbar sind die Räume selbst hart im Nehmen. Bevor die Knights einzogen, war Scientology der Vormieter. Spuren hat das jedenfalls keine hinterlassen, versichert Jessica Weißflog trocken: „Hat nicht abgefärbt, bin immer noch Atheistin“, lacht sie.

Dann geht es wieder um Basketball. Der Wandkalender ist schließlich voll genug. Und was heute darauf steht, muss morgen längst nicht mehr gelten. „Der Plan verändert sich immer wieder“, hatte Chris Schmidt gesagt. In diesem Büro ist vermutlich genau das der Plan. *Peter Eidemüller*

Bezler
HEIZUNGSTECHNIK
73230 Kirchheim/Teck-Jesingen, Telefon 07021 53100,
www.bezler-heizungstechnik.de

Elektro-Service
SCHULZ GMBH
KÄRCHER STORE SCHULZ
· Elektroinstallationen
· Photovoltaik und Speichersysteme
· E-Mobilität Ladestationen
· Smart Home
· Klimaanlagen
KÄRCHER BOSCH Miele DAIKIN
Marie-Curie-Straße 24
73230 Kirchheim/Teck
Telefon 07021/ 48550-0
info@schulz-elektroservice.de
www.schulz-elektroservice.de
Für Sie immer auf Draht!


Elektroinstallation | Sprechanlagen | Photovoltaik
KNX-Haustechnik | E-Mobilität | Wärmepumpen
25 Jahre
TK Energietechnik
In Kooperation mit der EVF
73095 Albershausen I Maybachstraße 3
Fon 07161 98780-0 I tk-energietechnik.de

H|R|D|S
Hausmeister-, Reinigungs-& Dienstleistungs-Service
✓ Grundreinigung
✓ Büroreinigung
✓ Fensterreinigung
✓ Solarreinigung
✓ Bauendreinigung
✓ Bautrocknerverleih
✓ Hausmeisterservice
✓ Kehrwoche
✓ Gartenpflege
✓ Winterdienst u.v.m.
Tel. 0711/74058946
www.HRDS.info

Der VfL startet sein Viertliga-Abenteuer

In der Regionalliga 1 warten auf den Aufsteiger nicht nur sportliche Herausforderungen.

Drei Aufstiege innerhalb weniger Jahre, plötzlich Viertligist und nun Gegner, die selbst für Trainer Marco Wanzke teilweise Neuland sind: Für die Basketballer des VfL Kirchheim beginnt mit dem Start in die Regionalliga 1 ein Abenteuer. „Es ist Wahnsinn“, sagt Wanzke, „wenn man Viertligist sagt, denkt man schon: okay, krass.“

Ganz aus dem Nichts kommt der rasante Aufstieg für den 32-Jährigen allerdings nicht. Wanzke sieht ihn als Ergebnis einer Entwicklung, die vor Jahren im Nachwuchsbereich begonnen hat. „Wir ernten jetzt im Prinzip das, was unsere erste JBBL-Saison mit der SG SEK aufgebaut hat.“ Trotz unterschiedlicher Voraussetzungen könne Kirchheim inzwischen mit großen Basketballstandorten im Südwesten wie Tübingen, Ludwigsburg oder der Ursprungschule mithalten. „Für einen so kleinen Standort machen wir es echt gut. Da können wir uns schon auf die Schulter klopfen.“



FOTO: MARKUS BRÄBDLI

„Spielerisch können wir mithalten“: VfL-Trainer Marco Wanzke traut seiner Mannschaft den Klassenerhalt zu.

Zwei oder mehr Absteiger

Wo die Kirchheimer sportlich in der neuen Umgebung stehen, ist vor dem Saisonstart allerdings schwer einzuschätzen. Wanzke bezeichnet die Regionalliga 1 als „Überraschungskiste“. Mannschaften wie Villingen-Schwenningen oder Lich wollen nach oben, andere Teams sind deutlich schwieriger einzuschätzen. Sicher ist nur: Zwei Mannschaften steigen ab, je nach Konstellationen in der Pro B könnten es auch mehr werden.

Erschwert wird die Standortbestimmung durch eine Vorbereitung, die nicht optimal verlief. Seit sieben Wochen trainiert der VfL. Zwar standen Wanzke und Co-Trainer Labinot Haziri regelmäßig 14 oder 15 Spieler inklusive Nachwuchskräften zur Verfügung. Den Kern der neun bis zehn Leistungsträger hatte das Trainerduo wegen Verletzungen, Urlaub und Belastungssteuerung jedoch nur bei zwei Einheiten komplett zusammen. „Dadurch“, so Wanzke, „sind wir aktuell noch nicht so weit, wie ich gehofft hätte.“

„Jedes Spiel benötigt unser Leistungsmaximum“

Dennoch traut Wanzke seiner Mannschaft den Klassenerhalt zu. „Wenn wir fit bleiben, sind wir auf allen Positionen wie eine tatsächliche Regio-l-Mannschaft besetzt.“ Die eher kleineren Guards seien basketballerisch stark, auf den Forwardpositionen verfüge der VfL inzwischen über eine gewisse Beständigkeit. Wanzke: „Spielerisch können wir mithalten.“

Allerdings erwartet der Trainer einen deutlichen Sprung gegenüber der vergangenen Saison. „Wir wissen, dass jedes Spiel von uns unser Leistungsmaximum benötigt.“ Die Spitzenteams der Regionalliga 1 sieht er ein gutes Stück entfernt, dahinter erwartet er ein homogenes Feld.

Das größte Fragezeichen setzt Wanzke hinter die Körperlichkeit. Der VfL versteht sich als technisch und spielerisch starke Mannschaft. Funktioniert dieses Element einmal nicht, könnten vor allem Teams mit bezahlten Spielern und Aufstiegsambitionen ihre physische Überlegenheit ausspielen. „Da mache ich mir Sorgen“, räumt Wanzke ein.

Dass der VfL inzwischen in der vierthöchsten Spielklasse angekommen ist, zeigt sich auch abseits des Feldes. Allein die Schiedsrichterkosten haben sich wegen der weiteren Anfahrten mehr als verdoppelt. Hinzu kommen zusätzliche Anforderungen an Trainer, Helfer und Spielbetrieb. Ein Livestream ist beispielsweise verpflichtend, der VfL überträgt seine Heimspiele über YouTube. Wanzke nutzt die Aufzeichnungen gleichzeitig für das Scouting.

„Man merkt, dass die vierte Liga zu den Profiligen gezählt wird“, sagt der Trainer. Gerade wegen der gestiegenen Kosten musste der Verein dem unverhofften Aufstieg zunächst zustimmen. Eine Vorgabe, die Klasse nun um jeden Preis halten zu müssen, gibt es allerdings nicht. „Wir genießen jetzt, was wir die vergangenen Jahre erarbeitet haben, und schauen, was am Ende dabei herauskommt.“

Die nächste Baustelle liegt darunter

Fast wichtiger als die Frage, ob sich die Erste dauerhaft in der Regionalliga 1 etablieren kann, ist für Wanzke deshalb die Entwicklung darunter. Die beiden weiteren Kirchheimer Herrenmannschaften spielen in der Bezirksliga – durch den Aufstieg ist die Lücke zur Ersten noch größer geworden. „Das geht nicht“, sagt Wanzke. Eine der beiden Mannschaften soll möglichst in die Landesliga aufsteigen und sich mittelfristig am besten in der Oberliga etablieren. Junge Spieler, die im ersten Erwachsenenjahr den Sprung in die Regionalligamannschaft noch nicht schaffen, sollen nicht in der Bezirks- oder Kreisliga spielen müssen. „Das muss für einen Verein wie uns einfach drin sein“, so Wanzke.

Sollte für die Erste im Saisonverlauf frühzeitig feststehen, dass sie gerettet oder bereits abgestiegen ist, würde der VfL deshalb auch Spieler für die unteren Mannschaften abstellen.

Wanzkes nächstes großes persönliches Ziel geht in dieselbe Richtung: zeitnah wieder eine NBBL-Mannschaft in Kirchheim an den Start zu bringen. Gemeinsam mit der Regionalligamannschaft und möglichst einem hauptamtlichen Trainer soll so eine durchgängige Perspektive für Talente entstehen. Die Regionalliga 1 wäre dann nicht das Ende einer überraschenden Entwicklung, sondern ein weiterer Baustein.

Bis es so weit ist, geht es erst mal darum, sich in der neuen Umgebung zu behaupten. Und dabei darf der Aufsteiger ohne Druck herausfinden, wie viel Viertligist schon in ihm steckt. *Peter Eidemüller*

Kirchheimer Kader: Edonis Paqarada, Andi Nicklaus, Mirsad Haziri, Edolind Paqarada, Besim, Alex Stief, Xavier Lee Boyd, Moritz Lemke, Fabian John, Constantin Munz, Deniz Tasci, Len Failenschmid Clavera, Cooper Jorgusen, Linus Böhm

ALLE VFL-SPIELE 2026/27

Sonntag, 27. September (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - SV Möhringen
Samstag, 3. Oktober (17 Uhr)
BBU 01 Ulm - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 11. Oktober (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Saarlouis
Samstag, 17. Oktober (18 Uhr)
VfL Bensheim - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 25. Oktober (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Black Forest Panthers
Samstag, 31. Oktober (19.30 Uhr)
Karlsruhe - VfL Kirchheim Knights
Samstag, 7. November (19.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Ehingen
Samstag, 14. November (19 Uhr)
Titans Stuttgart - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 22. November (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Lich Basketball
Samstag, 28. November (19.30 Uhr)
MTV Stuttgart - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 6. Dezember (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Gießen Pointers
Sonntag, 13. Dezember (17.30 Uhr)
PS Karlsruhe II - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 20. Dezember (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - ACT Kassel
Samstag, 2. Januar (19 Uhr)
SV Möhringen - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 10. Januar (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - BBU 01 Ulm
Samstag, 16. Januar (19 Uhr)
Saarlouis - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 24. Januar (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - VfL Bensheim
Sonntag, 31. Januar (17 Uhr)
Black Forest Panthers - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 7. Februar (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Karlsruhe
Samstag, 13. Februar (18 Uhr)
Ehingen - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 21. Februar (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Titans Stuttgart
Samstag, 27. Februar (19 Uhr)
Lich Basketball - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 7. März (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - MTV Stuttgart
Sonntag, 14. März (17.30 Uhr)
Gießen Pointers - VfL Kirchheim Knights
Sonntag, 21. März (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - PS Karlsruhe II
Samstag, 27. März (19 Uhr)
ACT Kassel - VfL Kirchheim Knights

RUSS
Wasser und Wärme GmbH
WOHLFÜHLBÄDER
Gartenstraße 22, 73230 Kirchheim/Teck
Fon: 07021 55775 Mail: info@russ-wasserundwaerme.de
Fax: 07021 81852 Web: www.russ-wasserundwaerme.de
Herzliche Gratulation zum Jubiläum!

Herzlichen Glückwunsch zum 20-jährigen Jubiläum und viel Erfolg für die neue Saison!
Ensinger
Die Erfrischung deines Lebens

KREISBAU KIRCHHEIM KNIGHTS
auric HÖRGERÄTE
Ein optimales Hörerlebnis
Unser gemeinsamer Spielplan:
- Analyse der Ausgangslage: Wir starten mit einem kostenlosen Hörtest und besprechen Ihre persönlichen Herausforderungen im Alltag, beim Sport oder in der Freizeit.
- Entwicklung einer Strategie: Wir beraten Sie ganz transparent und herstellerunabhängig. Ob Gehörschutz für laute Hallen oder innovative Hörgeräte – wir finden die beste Lösung für Ihre Bedürfnisse.
- Gemeinsamer Erfolg: Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg. Mit neuester Technologie aller führenden Hersteller und maßgefertigtem Gehörschutz sorgen wir dafür, dass Sie wieder voll im Leben stehen und jeden Moment klar und deutlich genießen können.

auric Hörcenter in Dettingen unter Teck
Kirchheimer Straße 102 · Telefon: 07021 8609537
E-Mail: dettingen@auric-hoercenter.de
Öffnungszeiten:
Mo. – Do.: 09.00 – 13.00 & 14.00 – 18.00 Uhr
Sowie nach Vereinbarung
Psst... Uns gibt's auch in Frickenhausen: Hauptstraße 19 · Telefon: 07022 2438403
signia
Testen Sie kostenlos z. B. das Signia Pure C&G MaX
Insgesamt 80 Jahren Berufserfahrung:
Peter Baur · Julian Klaus · Erik Jahn · Valentin Hofmann · Alexandra Meißnest
www.auric-hoercenter.de/dettingen

ECOVIS RTS
Gemeinsam zum Erfolg.
Im Spiel und bei Ihren Steuern.
Wir wünschen den Kirchheim Knights einen erfolgreichen Saisonstart.
Ihr Steuerberater für Unternehmer und Privatpersonen in der Region.
Marienstraße 4 · 73271 Holzmaden
holzmaden@ecovis-rts.de · www.ecovis-rts.de
Wir für Sie. Vor Ort. In Holzmaden.

Andere Vorzeichen, gleicher Siegeswille

Das Frauenteam von Headcoach Julian Auerbach will als Aufsteiger auch die dritthöchste Liga meistern.

Eines ist klar – so, wie in der vergangenen Saison, läuft es bei den Basketballerinnen der VfL Kirchheim Knights dieses Mal nicht. Zumindest, was die äußeren Umstände angeht, denn während Headcoach Julian Auerbach im Mai 2025 in aller Ruhe sein Team formen und lange vorbereiten konnte, sah der Zeitplan während der Vorbereitung auf die neue Spielzeit komplett anders aus. Der Oberliga-Meister hatte eine lange Saison, stand nach dem Ligabetrieb noch im Finale um den BBW-Pokal. „Ehrlich gesagt, habe ich dann erstmal eine Pause gebraucht. Und die Mannschaft glaube ich auch“, sagt der Trainer, der vergangene Saison für gleich drei Teams verantwortlich war.

> „Wir gehen jedes Spiel mit der Einstellung an, es gewinnen zu wollen.
>
> **Julian Auerbach**
> Der Headcoach der Regionalligafrauen will auch als Aufsteiger das Maximale erreichen.



Julian Auerbach im Kreise seiner Spielerinnen. In der Regionalliga warten neue Herausforderungen auf das Team. *Foto: Thimo König*

So ging es Ende Juni wieder mit dem Trainingsbetrieb los. „Es war allerdings schwierig, weil oft viele wegen Urlaub oder sonstigen Verpflichtungen nicht da waren und eigentlich immer eine andere Mannschaft im Training war“, sagt Kapitänin Sarah Wanzke. Während der Kern beim VfL Kirchheim geblieben ist, kamen insgesamt vier Neuzugänge dazu. Paula Kennel wechselte vom letztjährigen Ligakonkurrenten KSG Gerlingen unter die Teck. Die groß gewachsene 26-Jährige soll die Position von Alexa Focken (beruflich nach München) unterm Korb ausfüllen. „Sie wird eine ganz wichtige Spielerin für uns sein in dieser Saison“, betont der Headcoach. Ebenfalls neu ist Anastasia Kistos, die beim MTV Stuttgart in der U18-Bundesliga spielt. Dort könnte die Aufbauspielerin auch noch im Regionalligateam aushelfen, doch die 15-Jährige hat sich für den VfL entschieden. „Sie ist unfassbar schnell und athletisch. Sie wird ihre Rolle sicher finden bei uns.“ Marilou Tonn ist bereits in der vergangenen Saison nach langer Verletzung beim VfL ins Training eingestiegen und mittlerweile offiziell im Kader. Mit Michaela Weber kam noch die Trainerin der zweiten Frauenmannschaft ins Team. Die 27-Jährige hat einst schon in Jesingen gespielt und wird je nach Zeitplan zur Verfügung stehen.

„Unterm Strich ist der Kader um einiges größer als in der vergangenen Saison, was natürlich auch den Konkurrenzkampf unter den Spielerinnen anheizt“, weiß Sarah Wanzke. Von den 16 Spielerinnen dürfen nur zehn mit. „Die anderen brauchen gar nicht erst ein Trikot anziehen.“ Donnerstagabends nach dem Training wird die Mannschaft Bescheid bekommen, wer am Wochenende aufläuft. „Ich bin gespannt, wer den Konkurrenzkampf wie ernsthaft annehmen wird“, sagt der Headcoach. Die Spielführerin schätzt die neue Liga als schneller, aggressiver und körperlicher ein. „Es wird auch mental anspruchsvoller. Wir müssen uns jetzt richtig reinhängen. Einige haben zwar schon Regionalliga gespielt, andere aber nicht. Deshalb werden wohl vor allem die ersten Partien interessant“, schätzt die 26-Jährige. Die Kapitänin muss nun eine noch größere Bandbreite an Spielerinnen einbinden. Neben der unterschiedlichen Erfahrung ist auch die Altersspanne gewachsen – sie reicht von 15 bis 51 Jahren. „Die Teamchemie passt nach wie vor“, betont Sarah Wanzke.

Ligagefälle spitzt sich nach oben zu

„Das Gute ist, dass wir keinen Druck haben. Wir sind in einer ganz anderen Rolle als in der vergangenen Saison. Natürlich gehe ich aber trotzdem mit der Einstellung in jedes Spiel, am Ende als Sieger aus der Halle laufen zu wollen. Ich fahre nicht nach Freiburg, um dort Punkte herzuschenken. Aber wenn wir die Liga halten, haben wir unser Soll erfüllt“, erklärt Julian Auerbach. Das Gefälle in der Regionalliga sei nach oben hin stärker. „An den Spitzenteams wird man nicht vorbeikommen. Aber direkt dahinter ist alles möglich“, schätzt der 31-Jährige. Das Team des USC Heidelberg II, gegen das der VfL im Final-Four-Finale verloren hat, ist wohl am stärksten einzuschätzen. „Die haben letzte Saison jedes Spiel mit 30 Punkten gewonnen und konnten nur deshalb nicht aufsteigen, weil die erste Mannschaft den Sprung in die 1. Bundesliga nicht geschafft hat“, berichtet der Headcoach. Aber auch die Konkurrenz aus Tübingen sei stark einzuschätzen. Sich taktisch auf jeden Gegner ganz speziell einzustellen, sei nicht drin, verrät Auerbach. Auch wenn er diese Saison seit Einführung der Videopflicht von jedem Gegner die Spiele anschauen kann. „Sicherlich werde ich das auch mal machen und meinen Spielerinnen entsprechende Hinweise geben, aber wir können nicht immer unser Training darauf ausrichten.“

Zum Saisonstart geht es für die Kirchheimerinnen zum TS Durlach. Spielbeginn ist um 14.45 Uhr. Die Gastgeberinnen haben bereits ihr erstes Ligaspiel bestritten. Beim MTV Stuttgart II unterlag der TSD denkbar knapp mit 55:56. Das erste Heimspiel steigt am 3. Oktober. *Sandra Langguth*

Kirchheimer Kader: Jonna Ohmayer, Michaela Weber, Marilou Tonn, Anke Hannert, Daniela Fischer, Luise Büchele, Sarah Wanzke, Lisa Reichmuth, Eva Blazevic, Hannah Neuffer, Lena Haußmann, Jelen Bozic, Leonie Mauritz, Kimi Fischer, Anastasia Kitsos, Paula Kennel

ALLE VFL-SPIELE 2026/27

Sonntag, 27. September (14.45 Uhr)
TS Durlach - VfL Kirchheim Knights

Samstag, 3. Oktober (19 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Basket Ladies Kurpfalz

Sonntag, 11. Oktober (16.45 Uhr)
MTV Stuttgart II - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 18. Oktober (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - USC Heidelberg II

Sonntag, 25. Oktober (14.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - Tigers Tübingen

Sonntag, 8. November (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - pkf Titans

Samstag, 14. November (19 Uhr)
SV Möhringen - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 22. November (14.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - USC Freiburg III

Samstag, 28. November (15 Uhr)
TSG Schwäbisch Hall - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 6. Dezember (14.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - BBU'01

Sonntag, 13. Dezember (17.15 Uhr)
TSV Malmsheim - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 10. Januar (11.30 Uhr)
Tigers Tübingen - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 17. Januar (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - TS Durlach

Sonntag, 24. Januar (17.30 Uhr)
Basket Kurpfalz - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 31. Januar (17 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - MTV Stuttgart II

Sonntag, 21. Februar (17.30 Uhr)
USC Heidelberg II - VfL Kirchheim Knights

Samstag, 27. Februar (16 Uhr)
pkf Titans - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 7. März (14.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - SV Möhringen

Samstag, 13. März (15.30 Uhr)
USC Freiburg III - VfL Kirchheim Knights

Sonntag, 4. April (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - TSV Malmsheim

Sonntag, 11. April (17.30 Uhr)
VfL Kirchheim Knights - TSG Schwäbisch Hall

Samstag, 17. April (18 Uhr)
BBU'01 - VfL Kirchheim Knights

Nutzen Sie das informative Umfeld unserer
SVÖs
[SONDERVERÖFFENTLICHUNGEN]
für Ihre gezielte Werbung.
Rufen Sie an, wir beraten Sie gerne!
Zdenka Hermann 9750-532
Markus Kurz 9750-534
Louise Montero 9750-14
TECKBOTE



Seit über 30 Jahren kümmern wir uns als Familienbetrieb mit Leidenschaft um Ihre Mobilität.
Persönlich, partnerschaftlich und zuverlässig – vom ersten Gespräch bis zur fertigen Reparatur.
Stolzer Supporter der Knights!
Schmauder&Rau
Ihr Autozentrum in Kirchheim unter Teck
Hammerschmiedgasse 9 • 73230 Kirchheim • (07021) 5096-0

Die jüngsten Schiedsrichter Deutschlands kommen aus Kirchheim

Mit ihren neun und zehn Jahren leiten Joris Herrmann und Noah Bauer schon die ersten Spiele.

Nur motzen kann jeder. Was pfeift denn der Schiri da schon wieder? Hat der denn das Foul nicht gesehen? „Ich hab mich immer aufgeregt“, sagt Noah Bauer. Doch so wollte der zehnjährige Kirchheimer keine Basketballspiele mehr anschauen. Stattdessen probierte es der Nachwuchsspieler selbst, um zu wissen, wie es ist, wenn man ein Spiel leitet. „Vor allem wollte ich die Regeln ganz genau kennen.“ Als er seinem Kumpel Joris davon erzählte, war der auch gleich Feuer und Flamme.

Also wurden die beiden Jungs zum Lizenz-Lehrgang in Asperg angemeldet. Um dort überhaupt teilnehmen zu dürfen, war erst noch ein E-Learning-Kurs inklusive Abschlusstest fällig. Dieser zog sich über zwei bis drei Wochen. Und beim Lehrgang erwartete die beiden erst mal eine Eingangsprüfung. „Wir haben die beiden weitestgehend eigenständig machen lassen“, berichtet Noahs Papa, der selbst ganz basketballverrückt und seit 20 Jahren Dauerkartenbesitzer bei den Knights ist. Unter den anderen Prüflingen – „die waren ja zum Teil schon Mitte 20“, verrät Noah – haben sich die beiden Youngster wacker geschlagen. „Die Trainerin meinte hinterher, dass die zwei echt gut vorbereitet waren“, sagt Matthias Herrmann lachend.



Joris Herrmann (links) und Noah Bauer haben die Regeln drauf. *Foto: Sandra Langguth*

Diskussionen überflüssig

Offizielle Spiele konnten die beiden noch nicht leiten, dafür haben die Jungs, die nun Deutschlands jüngste Unparteiische im Basketballsport sind, Trainings- und Testspiele gepfiffen, sogar bis zur U16. Dass es ein Schiedsrichter nicht leicht hat, haben beide schon am eigenen Leib erfahren. „Einmal habe ich ein Foul nicht geahndet, weil ich zu langsam war. Das Spiel ging gleich schon wieder in die andere Richtung“, berichtet Noah Bauer. Immerhin sei es nicht spielentscheidend gewesen. „Die eine Mannschaft hat haushoch gewonnen.“ Bei Joris war es die Aufregung, die ihn ganz schön fertiggemacht hat. „Den Sprungball wollte ich auf keinen Fall machen“, erinnert sich der Neunjährige. Der Schiedsrichter wirft dabei den Ball zur Eröffnung der Partie zwischen zwei Gegenspielern kerzengerade in die Luft, wo ihn diese dann versuchen zu erreichen. Sobald die Partie aber erst mal lief, war die Nervosität verflogen. Das Wichtigste sei, eine saubere Linie zu verfolgen. Blöd angemacht wurden die beiden noch nicht, trotz oder gerade wegen ihres Alters. Dafür fragen viele nach, wie was genau geregelt ist. Als Schiedsrichter sind die zwei pfiffigen Jungs darin nun Experten. Das bekommen auch die Papas zu spüren. „Auf eine Diskussion brauche ich mich gar nicht mehr einzulassen, wenn wir zu Hause am Fernseher ein Spiel anschauen“, sagt Matthias Herrmann.

Für die beiden Nachwuchs-Basketballer beginnt nun eine spannende, aber auch anstrengende Zeit. Neben den drei bis vier Trainingseinheiten warten am Wochenende nicht nur Spiele, bei denen sie selbst um Punkte kämpfen, sondern auch solche, bei denen sie als Unparteiische nach dem Rechten schauen. Sollten die Termine mal kollidieren, geht Spielen immer vor. In Zukunft wollen sie am liebsten beides machen – so lange und so hochklassig wie möglich. *Sandra Langguth*

Vom ersten Korb bis zur Bundesliga

Die Basketballabteilung des VfL bringt diese Saison 29 Mannschaften in allen Altersklassen an den Start.

Vier Aufstiege in einer einzigen Saison, neue Perspektiven auf allen Ebenen und ein Basketballangebot, das immer mehr Kinder packt: Die Basketballabteilung des VfL Kirchheim nimmt mit mächtig Schwung Kurs auf die Saison 2026/27. Die erste Damenmannschaft greift künftig in der Regionalliga an, die Herren 1 spielen in der 1. Regionalliga, die dritte Herrenmannschaft klettert von der Kreis- in die Bezirksliga und die U16 kehrt auf die ganz große Bühne zurück: in die Jugend-Basketball-Bundesliga. Hinter diesen Erfolgen steckt mehr als das Ergebnis einiger Spitzenteams. Die Entwicklung beginnt beim ersten Ballkontakt in der Grundschule und lebt von Menschen, die Woche für Woche Zeit, Wissen und Begeisterung investieren.

Insgesamt 29 Mannschaften schickt der VfL in dieser Spielzeit in den Ligabetrieb – von den jüngsten Korbjägerinnen und Korbjägern über die Mädchen- und Jungenteams bis hinauf zu Damen und Herren. Mit jedem neuen Team wächst die Aufgabe: Kinder und Jugendliche brauchen Hallenzeiten, verlässliche Ansprechpartner und Herausforderungen, die zu ihrer Entwicklung passen. Mehr Kinder in Bewegung bringen und sie anschließend dauerhaft begleiten – für den VfL gehört beides untrennbar zusammen.



Mit der Grundschulliga bieten die VfL Kirchheim Knights gemeinsam mit der Kreissparkasse ein Angebot für ambitionierten Nachwuchs. *Foto: Markus Brändli*

Comeback in der JBBL mit altem Bekannten als Coach

Besonderes Gewicht hat die Rückkehr der U16 in die Jugend-Basketball-Bundesliga, kurz JBBL. Kirchheimer Talente messen sich damit wieder in der höchsten deutschen Spielklasse ihrer Altersstufe. Das ist die Belohnung für die Arbeit der Spieler und ihrer bisherigen Trainer und zugleich der Startschuss für eine anspruchsvolle nächste Etappe. Höheres Tempo, stärkere Gegner, größere Anforderungen im Training: Die JBBL verlangt den nächsten Entwicklungssprung.

Dafür setzt der VfL auf ein eingespieltes Trainerduo: Brian Wenzel – Ex-Profi und in den vergangenen drei Jahren Assistenzcoach von Igor Perovic bei den Knights in der Pro A – übernimmt als Headcoach die JBBL-Mannschaft und macht ihre Entwicklung zu seiner Hauptaufgabe. An seiner Seite steht Christian Schmidt als Assistenztrainer. Die beiden haben bereits gemeinsam an der Seitenlinie gestanden und bringen jede Menge Erfahrung aus dem Kirchheimer Jugend- und Profibasketball mit.

Bulajic übernimmt in der Bezirksliga

Auch für die nächsten Schritte werden die Rollen neu verteilt. Aleksa Bulajic übernimmt die zweite Herrenmannschaft in der Bezirksliga und engagiert sich damit zusätzlich an der Schnittstelle zwischen Nachwuchs- und Profibasketball. Das Ziel: Talente über die kommenden Jahre gezielt an das Niveau der Pro A heranzuführen. In der U18-Regionalliga trägt nun Miloš Jovanovic die Verantwortung, nach einem halben Jahr als Assistenztrainer. Der erfahrene Coach soll die Spieler sportlich weiterentwickeln und zugleich den Boden für eine mögliche Qualifikation zur Nachwuchs-Basketball-Bundesliga (NBBL) bereiten.

Förderung endet nicht an der Stadtgrenze

Neben der Zusammenarbeit mit der TG Nürtingen baut der VfL die Kooperation mit Lokomotive Göppingen weiter aus – ein erster gemeinsamer Baustein ist das U15-Kooperationsteam. Das Netzwerk soll Talenten aus der Region passende Trainings- und Spielmöglichkeiten eröffnen und die Nachwuchsarbeit der beteiligten Vereine enger verzahnen. Weitere Teams und Vereine, die mitmachen möchten, sind ausdrücklich willkommen.

Das Fundament dafür legen die Trainerteams in den jüngeren Jahrgängen. In der U14 arbeitet ein Trainerduo um Ronny Ernst mit viel Herzblut an der Entwicklung der Mannschaft. Die U13 betreuen Cooper Jorgusen und Tim Flick, die U12 verantwortet Stefan Milosevic, die U11 liegt bei Felix Jung. Gemeinsam mit weiteren Trainerinnen und Trainern bringen sich beide zusätzlich im U10-Leistungsteam ein.

Auch im weiblichen Nachwuchs sind die Aufgaben klar verteilt: Letizia Schinko betreut die U16, Jonna Ohmayer die U14. Um die jüngsten Spielerinnen in der U12 kümmert sich Julian Auerbach, der damit neben den Damen auch die Basisarbeit begleitet. Zusammen mit den engagierten Trainerinnen und Trainern im Breitensport entsteht so ein vielfältiges Angebot.

Altersgerechtes Training und gezielte Förderung im Fokus

Mit dem wachsenden Angebot gewinnt die Traineraus-bildung zusätzlich an Gewicht. 15 Trainerinnen und Trainer stecken derzeit in der Ausbildung, um ihre jeweils nächste Lizenzstufe zu erreichen – und investieren damit über den Trainingsalltag hinaus in ihre Qualifikation. Profitieren sollen davon unmittelbar die Kinder und Jugendlichen: durch altersgerechtes Training, gezielte Förderung und Coaches, die ihre eigene Arbeit stetig weiterentwickeln. Gerade dort, wo die ersten Schritte im Basketball passieren, entscheidet die Qualität der Betreuung mit darüber, ob aus anfänglicher Neugier echte, langfristige Begeisterung wird.

Feedback dank Coach-to-Coach-Projekt

Ergänzt wird die Ausbildung durch das Coach-to-Coach-Projekt, das Dominik Eberle und Florian Müller begleiten und steuern. Die Trainerinnen und Trainer bekommen regelmäßig Feedback zu ihrer Arbeit, um Stärken auszubauen und konkrete Verbesserungen direkt im Training umzusetzen. Als finanzieller Partner steht die 2. Basketball-Bundesliga hinter dem Projekt. Mit dieser kontinuierlichen Begleitung will der VfL die Trainingsqualität weiter steigern und die Förderung der Spielerinnen und Spieler nachhaltig verbessern.

Grundschulliga soll ausgebaut werden

Derselbe Gedanke prägt die Grundschulliga. Gemeinsam mit den Partnerschulen und der Stiftung der Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen geht das Projekt nach dem gelungenen Auftakt die nächsten Schritte hin zu einem regelmäßigen Ligabetrieb. Aktionstage öffnen die Tür, Schul-AGs schaffen Kontinuität, und die Spieltage geben den Kindern die Chance, das Gelernte als Mannschaft auszuprobieren. So kommt der Basketball direkt in den Schulalltag.

Der nächste Schritt führt in den Raum Esslingen. Dort sollen weitere Grundschulen für die Teilnahme gewonnen und neue Kontakte zu Lehrkräften und Schulleitungen geknüpft werden. Wer an einer Grundschule im Raum Esslingen unterrichtet und Basketball als Bewegungsangebot an die eigene Schule holen möchte, ist herzlich eingeladen, sich bei der Basketballabteilung des VfL Kirchheim zu melden. Gemeinsam lassen sich Wege für den Einstieg finden.

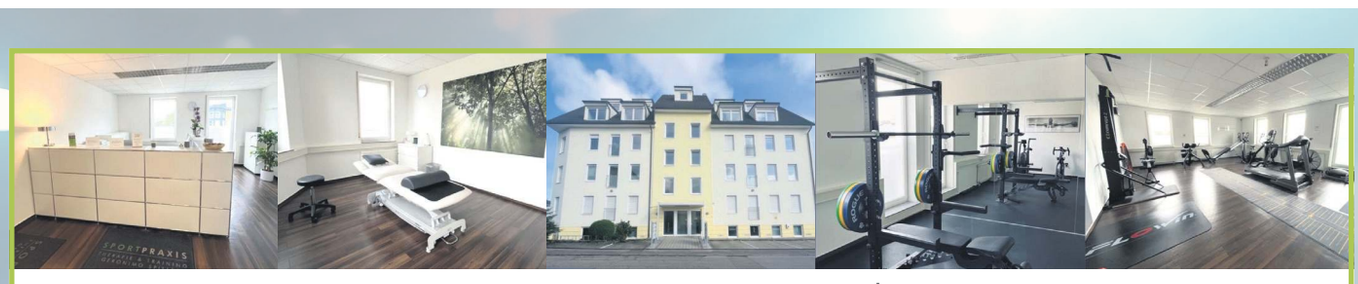
Hauptverein ermöglicht FSJ-Stellen

Zusätzliche Unterstützung bekommt die Abteilung durch Rafael Müller und Letizia Schinko, die ihr Freiwilliges Soziales Jahr beim VfL antreten. Mit den beiden neuen FSJ-Kräften, die der Hauptverein ermöglicht hat, kann die Basketballabteilung ihr Angebot breiter aufstellen und die Betreuung weiter stärken.

Auf vielen Feldern wird die neue Saison für den VfL Kirchheim damit richtig spannend. Die Aufsteiger müssen ihren Platz in neuen Ligen finden, die Jugendteams wollen den nächsten Schritt machen, und an den Grundschulen entdecken weitere Kinder den Sport für sich. Zusammengehalten wird all das von einem gemeinsamen Anspruch: Begeisterung aufgreifen, gut ausbilden und Möglichkeiten schaffen, in Kirchheim mit dem Basketball zu wachsen. Der nächste Erfolg kann ein Sieg in der Regionalliga sein oder der allererste Korb eines Kindes, das gerade erst angefangen hat.

Felix Jung

Wir wünschen den
Kreisbau Knights
zum 20-jährigen Jubiläum
alles Gute und viel Glück
in der neuen Saison!
AREIS
Entsorgung & Industrieservice A. RUESS
www.areis-entsorgung.de



SPORTPRAXIS | PHYSIO

Physiotherapeut/in ab sofort in Voll-/ Teilzeit
(gerne auch Berufsanfänger oder Wiedereinsteiger)

Unsere 400 m² große Praxis befindet sich in Kirchheim unter Teck. Wir haben 8 helle und moderne Behandlungsräume, sowie drei große Trainingsräume mit KGG-Zulassung. Wir machen keine Hausbesuche. Unsere Praxisassistentinnen kümmern sich um alle verwaltungstechnischen Vorgänge.

Wir bieten:
- Physiotherapiepraxis mit Behandlungsschwerpunkten in **Orthopädie, Chirurgie und Sportphysiotherapie**
- 3 Trainingsräume mit KGG-Zulassung
- **Mitbetreuung 2. Bundesliga Basketball Team Kreisbau Kirchheim Knights**
- unbefristeten Vertrag in Voll- oder Teilzeit
- flexible Arbeitszeiten
- überdurchschnittliches Gehalt
- finanzielle Förderung bei Fortbildungen und zusätzlich Fortbildungstage
- Sachbezugskarte 50 € /Monat
- eigenes iPad
- administrative Tätigkeiten werden von der Rezeption übernommen
- Jobrad

Ein kleiner Einblick in unsere Praxis:
www.sportpraxis-spiller.de
oder

Bei Interesse würden wir uns über eine kurze Bewerbung freuen, gerne auch per E-Mail oder Whatsapp. Bewerbung an:

SPORTPRAXIS SPILLER
Geronimo Spiller · Gaußstrasse 3 · 73230 Kirchheim unter Teck
Telefon 07021 8653507 · Mobil: 0151 22974607 · Mail: physio@sportpraxis-spiller.de

Das Team der SPORTPRAXIS SPILLER wünscht den Kreisbau Kirchheim Knights
eine erfolgreiche und verletzungsfreie Saison 2026/27



Zahnärzte bohren heute seltener

Mit einfachen Tipps Karies vorbeugen

Karies geht deutlich zurück. Das zeigt die neue 6. Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS·6). Sie dokumentiert große Fortschritte in der Kariesprävention. Ende der 1980er begann die Gruppen- und Individualprophylaxe. Seither sank die Karieslast im bleibenden Gebiss um etwa 90 Prozent. Viele Kinder wachsen heute ohne Karies auf. Auch die Behandlung hat sich grundlegend verändert. Nicht bei jeder Karies muss heute automatisch gebohrt werden.

„Wir erleben einen Paradigmenwechsel“, sagt Dr. Reinhard Schilke, Oberarzt der Klinik für Zahnerhaltung, Parodontologie und Präventivzahnmedizin der Medizinischen Hochschule Hannover: „Früher haben wir Karies vor allem repariert. Heute können wir sie früh erkennen, stoppen und teilweise sogar heilen – bevor ein Loch entsteht.“

Karies entsteht **nicht über Nacht**

Karies ist weiter die häufigste chronische Erkrankung weltweit. Sie entsteht, wenn Bakterien im Zahnbelag Zucker und andere Kohlenhydrate zu Säuren abbauen. Diese Säuren greifen den Zahnschmelz an und lösen Mineralien aus dem Zahn. Normalerweise gleicht der Speichel diesen Verlust wieder aus. Er bringt Kalzium und Phosphat zurück an die Zahnoberfläche. Problematisch wird es, wenn Säureangriffe häufiger sind als die natürlichen Reparaturprozesse. „Karies ist kein plötzliches Ereignis, sondern ein langer Prozess“, erklärt Dr. Schilke. „Genau deshalb haben wir heute die Chance, früh einzugreifen und die Erkrankung aufzuhalten.“

Nicht jedes Loch braucht den Bohrer

Die moderne Zahnmedizin setzt viel früher an. Erkennt man Karies im Anfangsstadium, lässt sich der Zahn meist ohne Bohren behandeln. Bei sogenannten Initialläsionen helfen hoch konzentrierte Fluoridpräparate in Form von Zahnpasten, Gelen, Lacken oder Versiegelungen. Die Präparate lagern verlorene Mineralien wieder ein. Fachleute nennen das Remineralisation. Eine weitere Möglichkeit ist die Kariesinfiltration. Dabei werden poröse Bereiche des Zahns mit einem speziellen Kunststoff versiegelt. Karies kann sich so nicht weiter ausbreiten. Besonders bewährt hat sich dieses Verfahren in den Zahnzwischenräumen und auf den Frontzähnen, z.B. nach der Entfernung von festen Zahnspangen. Erst wenn die Karies schon tief in den Zahnschmelz oder sogar ins Zahnbein eingedrungen ist, muss die erkrankte Zahnsubstanz entfernt werden. Dann bleibt Bohren die Standardtherapie.

Warum **Prävention** wirkt

Die Ergebnisse der DMS·6 zeigen eindrucksvoll, wie erfolgreich Prävention sein kann. Heute sind die meisten Zwölfjährigen kariesfrei. Auch bei jüngeren Kindern hat sich die Mundgesundheit deutlich verbessert. Allerdings verteilt sich Karies nicht gleichmäßig. Während die Mehrheit der Kinder keine Probleme hat, konzentriert sich die Erkrankung auf eine vergleichsweise kleine Hochrisikogruppe.



Auch bei jüngeren Kindern hat sich die Mundgesundheit deutlich verbessert. Foto: proDente e.V./Johann Peter Kierzkowski

Vorbeugung bleibt entscheidend

Entscheidend ist nicht nur die Zuckermenge. Mindestens ebenso wichtig ist, wie oft Zucker an die Zähne kommt. Jeder süße Snack löst eine Säureattacke aus. Wer ständig nascht oder zuckerhaltige Getränke trinkt, gibt den Zähnen kaum Zeit, sich zu erholen. „Für die Zähne ist die Frequenz wichtiger als die Menge“, erklärt Dr. Schilke: „Dauerndes Snacken setzt die Zähne einem permanenten Angriff aus – lange über das Essen oder Trinken hinaus. Klebt Nahrung an den Zahnflächen, ist es noch schädlicher.“

Fluorid spielt eine Schlüsselrolle. Es macht den Zahnschmelz widerstandsfähiger gegen Säuren und unterstützt die natürliche Reparatur des Zahns. Fachleute empfehlen fluoridhaltige Zahnpasta und fluoridiertes Speisesalz. Ebenso wichtig ist, den Biofilm gründlich zu entfernen. Zweimal täglich Zähneputzen bleibt die Basis. Da die Zahnbürste nur etwa 70 Prozent der Zahnflächen erreicht, sollten die Zwischenräume täglich mit Zahnseide oder Interdentalbürsten gereinigt werden.

So beugen Sie **Karies** vor

Auch Speichel schützt die Zähne. Wer ausreichend Wasser trinkt und nach dem Essen zuckerfreien Kaugummi kaut, kann die Speichelproduktion fördern und Säuren schneller neutralisieren. „Kariesprävention ist kein Geheimnis. Wer Fluorid nutzt, seine Zahnzwischenräume reinigt, den Zähnen Pausen zwischen den Mahlzeiten gönnt und regelmäßig zur Kontrolle geht, hat die besten Chancen auf ein lebenslang gesundes Gebiss“, so Dr. Schilke.

Früherkennung wird **immer wichtiger**

Viele Kariesstellen verursachen lange keine Beschwerden. Gerade deshalb sind regelmäßige Kontrolluntersuchungen so wichtig. Zahnärztinnen und Zahnärzte erkennen Veränderungen oft lange, bevor Schmerzen auftreten oder ein sichtbares Loch entsteht. Die DMS·6 zeigt, dass dieser präventive Ansatz funktioniert. Deutschland zählt heute weltweit zu den erfolgreichsten Ländern bei der Vorbeugung von Karies. *proDente*



EXPERTENTIPP ***VON DR. JULIAN KIELKOPF***

DR. KIELKOPF – IHRE ZAHNÄRZTE WELLINGER STRASSE 1 IN NOTZINGEN

Viele Menschen fühlen sich mit Zahnproblemen allein gelassen – insbesondere jene, die Angst vor dem Zahnarzt haben. In der Zahnarztpraxis Dr. Kielkopf in Notzingen nimmt sich das Team deshalb besonders viel Zeit für die Patientinnen und Patienten. die einfühlsame Behandlung von Angstpatienten liegt der Praxis besonders am Herzen. Geboten werden alle Möglichkeiten moderner Zahnheilkunde unter einem Dach – kompetent, transparent und persönlich. Seit 37 Jahren steht die Familienpraxis Dr. Kielkopf in zweiter Generation für Qualität und Vertrauen. Dank des praxiseigenen Meisterlabors kann Zahnersatz direkt vor Ort angefertigt werden. Die Zahntechnikmeisterin berät dabei individuell und auf Augenhöhe.

Verbunden wird meisterhafte Handwerkskunst mit modernster Technik: Strahlenarmes 3D-Röntgen ermöglicht eine präzise Diagnostik sowie Planung, während abdruckfreie Verfahren für eine besonders angenehme Behandlung sorgen. Dr. Julian Kielkopf ist ausgewiesener Implantatexperte und besitzt einen Tätigkeitsschwerpunkt in der Implantologie. Die enge Zusammenarbeit zwischen Zahnarzt, Labor und Patient gewährleistet passgenauen Zahnersatz, kurze Wege und eine zuverlässige Planung. Die Praxis setzt auf hochwertige, nachvollziehbar verarbeitete Materialien und Qualität „Made in Germany“. Für hohe zeitliche Flexibilität sorgen eine Online-Terminvergabe rund um die Uhr sowie Sprechzeiten bis 19 Uhr. Moderne Technik, meisterhafte Zahntechnik und persönliche Betreuung – für natürlich schöne Zähne.

Dr. Kielkopf – Ihre Zahnärzte, Wellinger Str. 1, Notzingen

Kauen ist der Schlüssel für gesundes Altern

Zahnersatz kann Kaufunktion wieder herstellen

Ältere Menschen behalten immer mehr eigene Zähne. Und jeder Zahn zählt. Denn die Fähigkeit zu kauen beeinflusst Gesundheit, Fitness und Selbstständigkeit positiv bis ins hohe Alter.

„Gesund beginnt im Mund – Kau dich fit! “ So lautet das Motto des Tags der Zahngesundheit am 25. September. Warum? Kauen ist für viele eine zumeist unbeachtete Funktion. Doch wer bewusst und gut kaut, isst ausgewogener, bleibt leistungsfähig und erhält länger seine Selbstständigkeit. „Wir reden viel über Muskeltraining im Alter, vergessen dabei aber einen der stärksten Muskelapparate unseres Körpers: das Kausystem“, erklärt Prof. Anne Wolowski, Expertin für Prothetik und Funktion an der Universität Münster. „Wer seine Kaufähigkeit verliert, büßt Lebensqualität und Teilhabe ein.“

Ein **Workout** für Muskeln und Gehirn

Studien belegen: Eine eingeschränkte Kaufunktion erhöht das Risiko für Mangelernährung, Gebrechlichkeit und Pflegebedürftigkeit. Wer nicht mehr richtig kauen kann, meidet oft frisches Obst, Gemüse, Nüsse oder Vollkornprodukte – Lebensmittel, die für Gesundheit und Fitness essenziell sind. Kaufähigkeit ist daher ein Schlüssel für gesundes Altern.

Jeder Bissen aktiviert ein komplexes System. Der Kaumuskel gehört zu den stärksten Muskeln des Körpers. Gleichzeitig verbindet der Trigeminusnerv das Kausystem direkt mit dem Gehirn. Wissenschaftlich belegt: Kauen regt bestimmte Hirnregionen an und stärkt neuronale Netzwerke. „Kauen hält das Zusammenspiel von Muskeln, Nerven und Gehirn in Schwung“, betont Prof. Wolowski.

Zähne sind Lebensqualität

Die 6. Deutsche Mundgesundheitsstudie (DMS • 6) zeigt: Die Zahnlosigkeit ist bei 65- bis 74-Jährigen auf fünf Prozent gesunken. Ein großer Fortschritt. Denn jeder erhaltene Zahn verbessert die Kaufunktion und schafft die Basis für stabile Zahnersatzlösungen, falls nötig.

Unser Gebiss ist nicht für 80 oder 90 Jahre Dauerbelastung gemacht. Verschleiß, Lebensgewohnheiten, Krankheiten oder Unfälle hinterlassen Spuren. Umso wichtiger ist es, natürliche Zähne zu schützen und fehlende Zähne funktionell zu ersetzen. Jeder Zahn trägt dazu bei, Kaukraft, Ernährung und Lebensqualität zu sichern.

Wenn Zahnersatz **Lebensqualität** zurückgibt

Hochwertiger Zahnersatz aus dem zahntechnischen Labor erhält Kaufunktion und Lebensqualität. Er sorgt für sicheren Halt, verteilt Kaukräfte gleichmäßig und hält die Kaumuskulatur aktiv. Schlechter Zahnersatz hingegen führt oft dazu, dass harte Lebensmittel gemieden werden. Die Folge: weniger Kauaktivität, weniger Reize für Muskeln und Nervensystem.

Die **unterschätzte Kraft** des Kauens

„Ein verlorener Zahn ist mehr als eine Lücke im Gebiss“, warnt Prof. Wolowski. „Er kann der Anfang einer Abwärtsspirale sein. Umgekehrt stärkt jeder erhaltene oder gut ersetzte Zahn Gesundheit, Selbstständigkeit und Lebensqualität.“

Die Botschaft des Tags der Zahngesundheit 2026 ist klar: Kauen hält fit. Es fördert eine ausgewogene Ernährung, trainiert Muskeln, aktiviert das Nervensystem und hilft, bis ins hohe Alter aktiv am Leben teilzunehmen. *proDente*



Es fördert eine ausgewogene Ernährung, trainiert Muskeln, aktiviert das Nervensystem und hilft, bis ins hohe Alter aktiv am Leben teilzunehmen. Foto: proDente e.V./Johann Peter Kierzkowski











Extra Frische und Komfort beim Kühlen & Gefrieren

Besonders sparsame, leise und komfortable neue Modelle

Auf die Frage, was sich Konsumenten bei einem neuen Kühl- und Gefriergerät wünschen, verweist Volker Irle, Geschäftsführer der Arbeitsgemeinschaft Die Moderne Küche e. V. (AMK), auf zentrale Kernaspekte: niedriger Energieverbrauch, Frischesysteme für knackiges Obst und Gemüse, großzügiger Stauraum, flexible Innenausstattung sowie Langlebigkeit. Moderne Einbau- und Standgeräte der besten Effizienzklassen A und B – oder als solide Option der Klasse C – zeigen, wie sich der Stromverbrauch bei Geräten im Dauerbetrieb spürbar senken lässt.

Mit KI zusätzlich sparen

Künstliche Intelligenz hilft dabei, weiteres Sparpotenzial zu heben. Entsprechende Assistenten reagieren auf Nutzungssituationen wie Großeinkäufe oder Urlaubsabwesenheiten und regeln Temperatur sowie Kühlleistung selbsttätig nach. Andere Systeme analysieren das Nutzerverhalten im Alltag und optimieren daraufhin die Kompressorgeschwindigkeit sowie die Abtauzyklen im Gefrierteil.



Mit automatischer Türöffnung dank Berührungssensoren. Mit noch mehr Energieeffizienz dank KI-Unterstützung. Sowie mit extragroßen Nutzvolumina, wenn der Kühlschrank mit dem dazu passenden Gefrierschrank komplettiert wird. Foto: AMK

Zweimal **klopfen ...**

Auch clevere Designdetails sparen Strom: Durch zweimaliges Klopfen auf die abgedunkelte Glasfront aktiviert sich die Innenbeleuchtung, sodass der Inhalt ohne Kälteverlust überblickt werden kann. Erst danach wird die Tür gezielt geöffnet. Das LED-Licht lässt sich zudem per App farblich an das Raumambiente anpassen.

Von der Sonne inspiriert

Ausgeklügelte Frischesysteme halten Vitamine wie A und C deutlich länger stabil. Einige Hersteller setzen in der Gemüseschublade auf innovative LED-Lichttechnik, die den natürlichen Sonnenzyklus im Tagesverlauf über farbiges Licht simuliert, um die Nährstoffe und Knackigkeit der Vorräte zu bewahren.

Schützt und **bewahrt**

Zusätzliche Null-Grad-Zonen bieten maßgeschneiderte Bedingungen für Fisch, Fleisch, Milchprodukte und Gemüse. Spezielle Membranen regulieren die Luftfeuchtigkeit und führen überschüssiges Kondenswasser automatisch ab. Spitzenmodelle schützen Lebensmittel zudem dynamisch vor dem Austrocknen, indem sie in regelmäßigen Intervallen oder beim Öffnen der Tür einen feinen, kühlen Sprühnebel im Fach verteilen.

Sanft **aufdimmend**

Der Innenraum präsentiert sich heute wesentlich flexibler und hochwertiger. Robuste, teilbare Glasplatten schaffen bei Bedarf Platz für sperriges Kühlgut, während verchromte Roste Flaschen kippsicher halten. Sanft aufdimmendes, blendfreies LED-Licht und metallische Akzente sorgen für eine übersichtliche und wohnliche Ausleuchtung.

Noch **mehr Kapazität** – noch **flexibler**

Laut Leif Lindner, CEO der IFA Management GmbH, fragen Kunden heute deutlich größere Kapazitäten nach als früher. Moderne Side-by-Side- oder French-Door-Geräte bieten Nutzvolumina von teils über 650 Litern. Viele Kühlgefrierkombinationen erlauben es zudem, den Gefrierteil temporär in eine reguläre Kühlzone umzuwandeln – ideal für Feiern oder Vorratseinkäufe.

Smarter Komfort, auch auf Zuruf

Integrierte Spender liefern auf Knopfdruck gekühltes Wasser, Eiswürfel oder Crushed Ice. Hat man keine Hand frei, öffnet sich die Tür via Sprachbefehl über den Smart Speaker oder per Bewegungssensor. Öffnungswinkel und Schließzeiten lassen sich über die App konfigurieren, während Kameras im Innenraum den Kühlschrankinhalt beim Einkaufen direkt aufs Smartphone übertragen, um Doppelkäufe zu vermeiden.

Extrem **leise**

Für die anhaltend beliebten offenen Wohnküchen sind geräuscharme Geräte unverzichtbar. Führende Modelle arbeiten mit Werten zwischen 27 und 29 Dezibel nahezu unhörbar, und auch Geräte im Bereich von 30 bis 35 dB(A) agieren extrem leise. Wer sich selbst ein Bild machen möchte, lässt sich am besten direkt im Küchen- oder Möbelfachhandel beraten. *AMK*

Genuss und Geselligkeit unter freiem Himmel

„Sozio-Lebensstil" Outdoor-Living

Gemeinsam kochen, essen und genießen: Outdoor-Cooking verbindet modernen Lifestyle mit Geselligkeit und wird zum komfortablen Äquivalent des klassischen Lagerfeuers. Laut Leif Lindner, Geschäftsführer der IFA Management GmbH, ist es das perfekte Zusammenspiel eines modernen Lebensstils und des ältesten Kulturgutes der Menschheit. Niemand möchte am geselligen Abend ständig nach drinnen laufen, weshalb eine gut ausgestattete Outdoor-Küche alles direkt vor Ort bereithält – vom gekühlten Sundowner bis zum Menü unterm Sternenhimmel.

Flexible Lösungen für jede Fläche

Dabei sind keineswegs riesige Gärten nötig. Wie AMK-Geschäftsführer Volker Irle betont, lässt sich auch auf kleiner Fläche eine Wohlfühlinsel realisieren. Kompakte, modular aufgebaute BBQ-Blöcke lassen sich flexibel erweitern oder von Profis direkt als maßgeschneiderte Gesamtlösung planen. Hochwertige Materialien, Gummidichtungen und integrierte Drainagen trotzen Wind und Wetter, sodass moderne Außenküchen 365 Tage im Jahr draußen stehen bleiben können – selbst in Meeresnähe.

Smarte Technik für Grill und Kühlung

Technisch stehen die Outdoor-Geräte Innenküchen in nichts nach. Intelligente, WLAN-fähige Gasgrills regeln ihre Hitzezonen per App und Sensoren so präzise wie ein Backofen, während man Zeit mit den Gästen verbringt. Für Elektro-Fans erreichen moderne Power-Grills mit Teppanyaki-Platten und Edelstahlhauben in acht Minuten 260 °C. Robuste, spritzwassergeschützte Outdoor-Cooler halten Temperaturen von -10 bis +32 °C stand und kühlen Getränke sowie Grillgut verlässlich via Touch- oder Smartphone-Steuerung.

Ein Markt mit starkem Wachstum

Der Trend zum Freiluft-Genuss begeistert eine stetig wachsende Zielgruppe. Lag der Umsatz für Outdoor-Cooking in der DACH-Region 2020 bereits bei 1,8 Milliarden US-Dollar, prognostiziert die Branchenorganisation gfu bis 2034 ein Wachstum auf 2,4 Milliarden US-Dollar. Die Freiluft-Küche hat sich damit fest als gefragter Lifestyle etabliert. *AMK*



Outdoor-Cooking – mit der Familie und mit Freunden – dazu geschützt vor Wind und Wetter, für jeden Geschmack und jeden zur Verfügung stehenden Platz. Maßgeschneidert, wetterfest und für höchste Qualitätsansprüche. Foto: AMK

Bühne für den individuellen Lifestyle

Das Badezimmer ist ein Ort für Me-Time

Morgens Styling-Zentrale mit Fitness-Kick, abends stimmungsvolle Wellness-Oase: Für viele ist das Badezimmer der privateste Raum der Wohnung – und der Ort, an dem sie am liebsten Zeit verbringen. Wer allein wohnt, kann hier kompromisslos den eigenen Stil verwirklichen. Und von Zeit zu Zeit auch mal umstylen.

Ein Bad ganz nach **eigenem Geschmack**

Wenn man oder frau mitten im Leben steht und von Work-Life-Balance träumt, hat das Badezimmer eine wichtige Funktion: Hier hält man sich fit und macht sich fertig für die Herausforderungen des Tages – mit Dusche, Körperpflege und Styling. Hier kommt man aber auch wieder „runter" – mit Entspannungsbad, Gesundheits-Treatments und achtsamen kleinen Extras für Körper und Seele. Ein schönes Bad, das den eigenen Geschmack widerspiegelt, macht die hier verbrachte Zeit zur wertvollen Me-Time. Versierte Planungsprofis kennen sich daher nicht nur gut aus mit Produkten und Trends, mit Material- und Farbwirkungen – sie haben auch ein Gespür für die persönliche Handschrift ihrer Kunden. So entstehen einzigartige Bäder.



Für passionierte Umstyler wird das Bad zur Bühne, wo neben dem Körper auch ein individueller Lifestyle gepflegt wird. Foto: VDS #teilweise KI-generiert

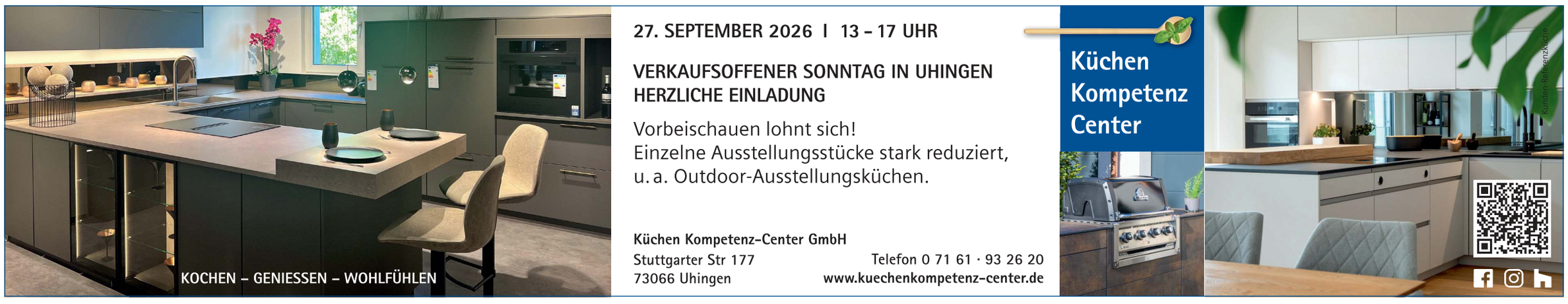
Umstylen bei der **Badplanung einkalkulieren**

Wenn das Bad zur Bühne für den individuellen Lifestyle wird, muss es sich wechselnden Ansprüchen, Funktionen und Moden anpassen können – mal mehr Glamour oder sportiven Look zeigen, mal mehr Natur oder einen Hauch von Fernost atmen. Passionierte Umstyler brauchen daher neutrale Grundfarben und zurückhaltendes Design bei den unveränderlichen Ausstattungselementen. So wird die Basis für wechselnde Farbgebung an den Wänden, für Textilien und Accessoires geschaffen, für die mit Ablageflächen, Nischen und Wandflächen reichlich Freiraum bleiben sollte. Konsolenlösungen beim Waschplatz sind da besonders dankbar. Ausgefallenere Aufsatzwaschtische und sogar Unterschränke können zur Not auch mal ausgewechselt werden, ohne gleich das Bad als Ganzes renovieren zu müssen. Da kann mal schon mal etwas mutiger sein.

Stauraum schafft Freiraum

Ordnung ist die halbe Schönheit: Wer Pflegeprodukte, Make-up und Styling-Tools liebt, braucht vor allem eines – Platz. Moderne Badmöbel bieten mit tiefen Schubladen und cleverer Innenaufteilung Stauraum für kleinste Utensilien wie für große Flaschen. Während Leuchtspiegel auch mal runde oder gar organische Formen ins Spiel bringen können, sind Spiegelschränke wahre Stauraumwunder. Oft bieten sie zudem coole Beleuchtungs-Features: Auf Knopfdruck wechseln sie von neutralweißem Funktionslicht, das die Farben beim Schminken so zeigt, wie sie später im Tageslicht wirken, zu warmem Licht für entspannte Stunden am Abend. Auf diese Weise verschwindet das Gros der Gerätschaften hinter eleganten Fronten, und die freien Flächen bleiben frei für das, was Freude macht – eine Vase oder ein Kunstobjekt, ein gerahmtes Poster, Kerzen und saisonale Deko, die je nach Stimmung wechselt.

Wie aus diesen Bausteinen ein stimmiges Ganzes wird, zeigen die Badausstellungen und Badstudios des Fachhandwerks. Dort planen Profis das Bad passend zu Raum, Stil und Budget. Weitere Informationen und Inspirationen gibt es unter www.gutesbad.de. *VDS.*



IMMOBILIENMARKT

„Immer **zu spät** bei der **Immobiliensuche?!“

Folge uns auf Instagram !



Immobilien-Kanzlei SOMMERER

0 70 21 - 97 69 40
www.ik-s.eu

Kirchheim/Teck-Ost, Gewerbegebiet Bohnau
(Nähe Autobahn)
Büro-Etage, 1. OG, 153 m² + 22 m² Lagerraum
Bj. 1994, 5 Räume, Küche mit Aufenthaltsbereich, 3 Parkplätze, ab 1.10.26 langfristig günstig zu vermieten.
E-Mail:
info@diebold-hausverwaltung.de



REGIEBAU
BAUEN · SANIEREN
SANIEREN ZUM FESTPREIS
Ein- und Mehrfamilienhäuser
- Kompetente Beratung
- Planung und Umsetzung aus einer Hand
- Transparente Kosten – fester Preis
- Zuverlässig. Termingerecht. Nachhaltig.

Regiebau GmbH
Gaußstraße 31
73230 Kirchheim unter Teck
0171 76 85 783
saier@regiebau.de
www.regiebau.de

Immobilien-Kanzlei SOMMERER

OFFENE BESICHTIGUNG
Sonntag, 20. Sept. 11-13 Uhr
Freistehendes Einfamilienhaus mit Einliegerwohnung und Panoramablick
Alte Steige 2, 73101 Aichelberg
Gepflegtes Einfamilienhaus Baujahr 2000, mit ca. 150 m² Wohnfläche im Haupthaus, zusätzlicher Einliegerwohnung mit ca. 40 m², Grundstück mit ca. 408 m² und großzügiger Doppelgarage.
Ideal für die große Familie oder das Wohnen mit zwei Generationen. Ruhige Halbhöhenlage mit schönem Ausblick.
Ausführliche Infos unter:
www.ik-s.eu
Kaufpreis: 699.000 €
info@ik-s.eu ✆ (07021) 97 69 40



#Gedenken
Danke für Ihre Hilfe!
www.volksbund.de/helfen

STELLENMARKT

Teilzeitbuchhalter/-in (m/w/d)

LEH-Solution | Teilzeit | Lenningen

Die **LEH-Solution** ist ein wachsendes, inhabergeführtes Dienstleistungsunternehmen für technische Serviceleistungen im Lebensmitteleinzelhandel. Zur Verstärkung unseres kaufmännischen Teams suchen wir eine/-n zuverlässige/-n und selbstständig arbeitende/-n

Teilzeitbuchhalter/-in (m/w/d)

Ihre Aufgaben
- Laufende Finanzbuchhaltung
- Prüfung, Kontierung und Verbuchung von Ein- und Ausgangsrechnungen
- Zahlungsverkehr und Überwachung offener Posten
- Kontenabstimmung und Unterstützung bei Monats- und Jahresabschlüssen
- Vorbereitung von Unterlagen für Steuerberater
- Pflege von Stammdaten und Weiterentwicklung digitaler Prozesse

Das bringen Sie mit
- Kaufmännische Ausbildung, idealerweise mit Erfahrung in der Finanzbuchhaltung
- Sicherer Umgang mit MS Office, insbesondere Excel
- Erfahrung mit Buchhaltungs- oder ERP-Systemen von Vorteil
- Sorgfältige, strukturierte und eigenständige Arbeitsweise
- Verantwortungsbewusstsein und Diskretion

Das erwartet Sie
- Unbefristete Teilzeitstelle mit ca. 15–25 Stunden pro Woche
- Flexible Arbeitszeiten nach Absprache
- Eigenverantwortliche und abwechslungsreiche Aufgaben
- Kurze Entscheidungswege und direkter Austausch mit der Geschäftsführung
- Modernes, digitales Arbeitsumfeld
- Kollegiales Team und langfristige Perspektive
- Möglichkeit, Prozesse aktiv mitzugestalten

Bewerbung
Bitte senden Sie uns Ihre Bewerbung mit Angabe Ihrer gewünschten Wochenarbeitszeit an
info@leh-solution.de

LEH Solution
LEH-Solution
Inh. Frank Schäufele
73252 Lenningen
Im Gänsacker 12
Tel. 07026 9579100



MEIN ERBE WILDNIS

IHRE INITIATIVE, UM ARTEN UND VIELFALT NACHHALTIG ZU BEWAHREN

INFORMIEREN SIE SICH JETZT
zgf.de/testament

ZOOLOGISCHE GESELLSCHAFT FRANKFURT

STELLENMARKT

DIE STADT NÜRTINGEN SUCHT SIE ZUM NÄCHSTMÖGLICHEN ZEITPUNKT IN VOLLZEIT ALS

FORSTWIRT/-IN (m/w/d)

FÜR DEN STÄDTISCHEN FORSTWIRTSCHAFTSBETRIEB.

Wir bieten Ihnen eine unbefristete Vollzeitstelle mit einer Vergütung nach Entgeltgruppe 6 TVöD-Wald BW und einer Forstzulage von 130 Euro pro Monat.

Die vollständige Stellenanzeige finden Sie auf unserer Karriereseite: www.jobs-nuertingen.de



HABEN WIR IHR INTERESSE GEWECKT?
Dann werden Sie Teil unseres Teams. Wir freuen uns auf Ihre Online-Bewerbung bis zum **11. Oktober 2026**.

Wir sind das führende Medienunternehmen in der Teckregion bei Stuttgart. Mit unserer über 190-jährigen Geschichte besitzen wir eine reiche Erfahrung im Druckereigeschäft, sind innovativ und richten unser Unternehmen konsequent auf die Zukunft aus.

Um die ehrgeizigen Ziele unseres Unternehmens umzusetzen, suchen wir Sie als

Mitarbeiter Druckweiterverarbeitung (m/w/d)

Ihre Aufgaben
- Einrichten und Bedienen von Sammelhefter und Falzmaschinen
- Laufende Produktions- und Qualitätskontrolle
- Erkennen und beheben von Produktionsstörungen

Wen wir suchen
- Sie haben gutes technisches Verständnis
- Sie zeichnen sich durch Flexibilität und Teamfähigkeit aus
- Körperlich fit und belastbar
- Gute Deutschkenntnisse in Wort & Schrift
- Idealerweise Berufserfahrung in der Druckweiterverarbeitung, aber auch Quereinsteiger sind willkommen

Was Sie erwarten dürfen
- Einen sicheren Arbeitsplatz in einem Familienbetrieb
- Sehr gute Sozialleistungen und eine den Anforderungen und Qualifikation entsprechende Entlohnung
- Ein motiviertes Team und ein angenehmes Arbeitsklima
- 30 Tage Urlaub im Jahr
- Jobradleasing

Haben wir Ihr Interesse geweckt, dann freuen wir uns über Ihre aussagekräftige Bewerbung – senden Sie diese bitte an:

GO DRUCK · MEDIA
GO Druck Media GmbH & Co. KG
z.Hd. Herrn Klaus Rubitzko
Einsteinstraße 12–14
73230 Kirchheim unter Teck
www.go-kirchheim.com
E-Mail an bewerbung@teckbote.de

Zukunft mit Tradition
Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung

Wir bilden aus und suchen für unsere Kindertages-einrichtungen zum 01.09.2027

Evangelischer Kirchenbezirk Bad Urach - Münsingen



Erzieher im Berufspraktikum (m/w/d)

Praxisintegrierte Ausbildung (PiA) zum Erzieher (m/w/d)

mehr unter :
www.kirchenbezirk-badurach-muensingen.de

Turbulenzen im Herz

Herz-Spezialisten informieren umfassend über den unregelmäßigen Herzschlag – Was tun bei Vorhofflimmern?

Kostenfreies Exemplar:

Telefon: 069 955128-400
herzstiftung.de/bestellung

Gut fürs Herz.
Deutsche Herzstiftung

DIE STADT NÜRTINGEN STELLT ZUM NÄCHSTMÖGLICHEN ZEITPUNKT EINE

VERWALTUNGSFACHANGESTELLTE (m/w/d)

IN TEILZEIT (70 %, 27,3 STD./WOCHE) FÜR DAS BÜRGERAMT EIN.

Wir bieten Ihnen eine unbefristete Teilzeitstelle mit einer Vergütung nach Entgeltgruppe 7 TVöD.

Die vollständige Stellenanzeige finden Sie auf unserer Karriereseite: www.jobs-nuertingen.de



HABEN WIR IHR INTERESSE GEWECKT?
Dann werden Sie Teil unseres Teams. Wir freuen uns auf Ihre Online-Bewerbung bis zum **11. Oktober 2026**.

DZI Spenden-Siegel



Europas Zukunft braucht Natur

Gemeinsam mit unseren Verbündeten leisten wir Widerstand gegen den Ausverkauf der letzten Naturschätze Europas. Spenden Sie für eine lebenswerte Zukunft! **Mehr Informationen auf www.euronatur.org/wald**

EURONATUR Westendstraße 3 • 78315 Radolfzell • Telefon +49 (0)7732/9272-0 • info@euronatur.org

Veranstaltungskalender

SA 26. SEPTEMBER

Bühne

Premiere: Richard III., Esslingen, Württembergische Landesbühne, Schauspielhaus, 19.30 Uhr
Premiere: Angst oder Hase, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Podium II, 15 Uhr (ab 10 Jahre)
Krimiwerke, Improtheater, Esslingen, Kulturzentrum Dieselstraße, 19.30 Uhr
Frank Sauer: Sauer macht's lustig, Esslingen, Kabarett der Galgenstricke, 20 Uhr
Ohne Gewähr, Improtheater, Esslingen, Kunstdruck-Central-Theater, 20 Uhr
Timm Sigg: Die formelhafte Welt des Mathe-Profs, Klavierkabarett, Waiblingen, Kulturhaus Schwanen, 20 Uhr
Eingeschlossene Gesellschaft, Leinfelden-Echterdingen, Theater unter den Kuppeln Stetten, 19.30 Uhr

Musik

Leftyval: The extreme Average, Kommunistenbox & Red Perry, LISÆ und Pilz, musisch-politisches-Festival, Nürtingen, Club Kuckucksei, 19 Uhr
Stammwürze, Rock-Cover, Esslingen, Vier Peh, 20 Uhr
Christina Lux und Oliver George, Singer-Songwriter, Kirchheim, Club Bastion, 19.30 Uhr
Musik zur Marktzeit, Nürtinge, Stadtkirche St. Laurentius, 11 Uhr
Late Summer Gospel, Chorkonzert, Winterbach, Waldorfschule Engelberg, 19.30 Uhr

Sonstiges

Immobilienmesse, Esslingen, Altes Rathaus, 10 bis 16 Uhr
Schlachtfest der Fleischergesellen, Esslingen, Sportplatz Zell, 11 Uhr
Vorsorgemesse, Kirchheim, Eduard-Mörike-Halle Ötlingen, 10 bis 16 Uhr
Leftyval, musisch-politisches-Festival, Nürtingen, Club Kuckucksei, 12 bis 18 Uhr
Flohmarkt, Nürtingen, Kreuzkirche, 8 bis 15 Uhr
Flohmarkt für Frauen, Esslingen, Osterfeldhalle Berkheim, 12 bis 16 Uhr
One Last Summer Night, Oberstufenparty, Reichenbach, Die Halle, 21 Uhr
Jubiläumsfest 140 Jahre Feuerwehr Aich, Aichtal, Feuerwehrhaus Aich, 15 Uhr
Karaoke, Plochingen, Deschawü, 19 Uhr
Karaoke, Esslingen, Komma, 20 Uhr
Kindersachenmarkt, Wendlingen, Treffpunkt Stadtmitte, 12 bis 13.30 Uhr
Kelter-Besen, Nürtingen-Reudern, Kelter, 18 Uhr
Tag der offenen Tür, Kohlberg, Café Bäcker Mayer, 11 bis 16 Uhr
Buddhistische Mönche legen ein Sandmandala, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, Eröffnungszeremonie ab 15 Uhr
Circus Rudolf Renz, Waiblingen, Festplatz, 17 Uhr
Flohmarkt, Nürtingen, Parkplatz der Alten Seegrasspinnerei, 10 bis 14 Uhr

KLANGGESCHICHTEN



Das Blechbläserensemble „Classic Brass" gastiert am Freitag, 2. Oktober, 19.30 Uhr, in der evangelischen Kirche in Wolfschlugen. In dem Programm „Klanggeschichten" wird die Reise durch fünf Jahrhunderte Musikgeschichte angekündigt. Vom kunstvollen Glanz des Barock über die emotionale Tiefe der Romantik bis hin zu ausdrucksstarker Musik der Moderne entfalten die fünf Blechbläser ein farbenreiches Klangspektrum.
Foto: Classic Brass

SO 27. SEPTEMBER

Theater

Klaus Birk: Ganz schön schön hier, Esslingen, Kabarett der Galgenstricke, 18 Uhr
Als der Ring verloren ging – eine tierische Detektivgeschichte, Esslingen, Württ. Landesbühne, Studio am Blarerplatz, 11 Uhr (ab 8 Jahre)
Theater en Miniature: Findus zieht aus, Esslingen, Kulturzentrum Dieselstraße, 15 Uhr (ab 4 Jahre)

Musik

Süddeutsche Philharmonie Esslingen: Herbstkonzert, Werke von Gustav Mahler und Richard Strauss; Esslingen, Neckar Forum, 17 Uhr
Serenadenkonzert: Lehrkräfte und Freunde der MJKS, Nürtingen, Stadthalle K3N, 18 Uhr
Grethchens Familienkonzert, mit Margarethe Wagner, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 15.15 Uhr

Sonstiges

Schurwaldlauf, über 10 Kilometer, Esslingen, Start Georgii-Waldstadion Jägerhaus 15 Uhr
Filmklassiker: Der Illusionist, Esslingen, Kunstdruck-Central-Theater, 15 Uhr
Filmklassiker: Play Time, Esslingen, Kunstdruck-Central-Theater, 18 Uhr
Lesung: Isabel Klink (alias Luna Luchs) – Welpenbeben, Esslingen, Galgenstricke, 11 Uhr
Besonderer ökumenischer Gottesdienst in leichter Sprache und mit Mitmachaktionen zum Thema „Luft", Ostfildern, Dietrich-Bonhoeffer-Kirche Parksiedlung, 15 Uhr
Kelter-Besen, Nürtingen-Reudern, Kelter, 11 Uhr
Buddhistische Mönche legen ein Sandmandala, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 14 bis 18 Uhr
Sunset Lounge mit Promikoch Jörg Ilzhöfer, Neuffen, Schwarzrieslingweg, 12 bis 17 Uhr
Musikverein Aich: Kirbe und Oldtimer, Aichtal, Festplatz Aich, 11.30 Uhr
Wendlingen spielt, Wendlingen, Stadtmitte, 13 bis 17 Uhr
Circus Rudolf Renz, Waiblingen, Festplatz, 15 Uhr
Tanznachmittag mit Hermann Breuning, Wolfschlugen, Rössle, 14 Uhr
Rocky und die Schweine, Leseshow mit Joachim Günther für Kinder im Grundschulalter, Nürtingen, Stadtbücherei, 11 Uhr
Kids-Tanz zum Ausprobieren der Häbbie Hibbos, Kirchheim, Konrad-Widerholt-Halle, 16 bis 17.45 Uhr (8 bis 12 Jahre)
Open House der Häbbie Hibbos, Kirchheim, Konrad-Widerholt-Halle, 18 bis 20 Uhr

MO 28. SEPTEMBER

Sonstiges

Vortrag zu Vorhofflimmern, Patienteninformation des Vereins Herzklopfen, Esslingen, Altes Rathaus, 19 Uhr
Circus Rudolf Renz, Waiblingen, Festplatz, 17 Uhr
Schachtreff, Nürtingen, Bürgertreff, 14 bis 17 Uhr
AKL-Treff, Nürtingen, Café Medla, 15.30 bis 17.30 Uhr
Buddhistische Mönche legen ein Sandmandala, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 14 bis 18 Uhr

DI 29. SEPTEMBER

Sonstiges

Buddhistische Mönche legen ein Sandmandala, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 14 bis 18 Uhr
Formularsprechstunde, Nürtingen, Bürgertreff, 15 bis 17 Uhr

MI 30. SEPTEMBER

Musik

Minyan – Thelma Yellin High School (Jazz Department), Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 19 Uhr
Sofakonzert mit Heidi Frank, Nürtingen, Diakonieladen, 19 Uhr

Sonstiges

Buddhistische Mönche legen ein Sandmandala, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 14 bis 18 Uhr
Weinfest, Göppingen, Marktplatz, 11 bis 24 Uhr
Flohmarkt, Nürtingen, Schillerplatz, 11 bis 17 Uhr
Restezauber – gemeinsames Kochevent, Nürtingen, Weltküche (Kirchstraße 14), 18 Uhr
Kulturcafé, Einblicke in die Jahresausstellung des Kunstvereins „Spuren und Sprünge", Kirchheim-Schafhof, Atelier Wieweg, 17 Uhr

DO 1. OKTOBER

Musik

Mar Malade, Indie-Pop, Esslingen, Kulturzentrum Dieselstraße, 20 Uhr

Sonstiges

Tag der offenen Tür zur Saisoneröffnung, Wernau, Eisstadion, 15 bis 19.30 Uhr
Vortrag „Mafianeindanke": Jenseits von Klischees – Mafia in Baden-Württemberg, Kirchheim, Club Bastion, 19.30 Uhr
Circus Rudolf Renz, Waiblingen, Festplatz, 17 Uhr
Vortrag: Der Feind in meinem Kopf – Stopp den inneren Kritiker, mit Matthias Hammer, Kirchheim, Freihof-Realschule, 18 Uhr
Vortrag: Coole Jungs, Nürtingen, Haus der Familie, 20 Uhr (Anmeldung: Telefon 07022/39993)
Buddhistische Mönche legen ein Sandmandala, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 14 bis 18 Uhr
Bar-Abend, Nürtingen, Provisorium, 20.30 Uhr
Weinfest, Göppingen, Marktplatz, 11 bis 24 Uhr

FR 2. OKTOBER

Theater

Premiere: Die Leiden des jungen Werther, Esslingen, Württembergische Landesbühne, Podium I, 20 Uhr
Eingeschlossene Gesellschaft, Leinfelden-Echterdingen, Theater unter den Kuppeln Stetten, 19.30 Uhr

Musik

Classic Brass: Klanggeschichten, Wolfschlugen, evangelische Kirche, 19.30 Uhr
Capital Soul, Funk/Soul/Disko/Pop, Esslingen, Vier Peh, 20 Uhr
Neckar Stoner Chapter I mit Temptress, Yeast Machine und Warden, Nürtingen, Club Kuckucksei, 20.30 Uhr
Sari Schorr, Blues-Rock, Reichenbach, Die Halle, 21 Uhr
Live-Karaoke mit Acoustic Storm, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 20 Uhr

Sonstiges

Lange Nacht der Demokratie, Esslingen, Kunstdruck-Central-Theater, 18 Uhr (Poetry-Slam, Diskussion und ab 20 Uhr Musik mit Dannemann and Friends)
Lange Nacht der Demokratie, Esslingen, zur Eröffnung des Hauses der Katholischen Kirche (Marktplatz 6), 17 Uhr (mit Ausstellungseröffnung)
Lange Nacht der Demokratie, mit Imptovisationstheater, Diskussion und Vortrag; Nürtingen, Gok'scher Keller im Hölderlinhaus, 19 Uhr
Repair-Café, Neckartailfingen, Liebenauschule, 17.30 bis 19 Uhr
Weinfest, Göppingen, Marktplatz, 11 bis 24 Uhr
Buddhistische Mönche legen ein Sandmandala, Nürtingen, Alte Seegrasspinnerei, 14 bis 18 Uhr (Erläuterungen zur Symbolik des Mandalas ab 19 Uhr)
Eisdisco zur Saisoneröffnung, Wernau, Eisstadion, 19 Uhr
Circus Rudolf Renz, Waiblingen, Festplatz, 17 Uhr
Street Food Fiesta, Reutlingen, Bürgerpark, 16 bis 22 Uhr

Anzeige



Anzeigen

An unsere **Inserenten:**

Der Schlusstermin für EXTRA Anzeigenaufträge und Druckunterlagen ist immer am vorherigen **Mittwoch um 12 Uhr.**

(mögliche Abweichung in Feiertagswochen)

EXTRA AM WOCHENENDE

www.extra-wochenende.de

KRAFTFAHRZEUGE



ANKAUF GEPFLEGTER FAHRZEUGE!
Gerne auch Wohn-/Reisemobile, CABRIOLETS, SPORTWAGEN, SUVs, Old-/Youngtimer & PKWs aller Art!
0711 - 3424 7363
info@auto-schwab-fellbach.de

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

Ankauf aller PKWs u. Reisemobile.Jedes Alter. Fa. MAX ☎ 0711/8283706

WIR KAUFEN IHR AUTO!
☎ 0 71 46 / 2 85 68 22

AUDI

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

WIR KAUFEN IHR AUTO!
☎ 0 71 46 / 2 85 68 22

BMW

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

WIR KAUFEN IHR AUTO!
☎ 0 71 46 / 2 85 68 22

CITROEN

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

HYUNDAI

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

MERCEDES

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

A N K A U F gepflegter MERCEDES !! Alle Marken & Modelle! Limousinen-Sportwagen-Cabrios-Coupés-SUVs-Vans-Wohn-/Camping-/&Reisemobile Old-&Youngtimer!☎ 0711-3424 7363 Email: info@auto-schwab-fellbach.de

WIR KAUFEN IHR AUTO!
☎ 0 71 46 / 2 85 68 22

OPEL

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

PEUGEOT

WIR KAUFEN IHR AUTO!
☎ 0 71 46 / 2 85 68 22

TOYOTA

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

VOLKSWAGEN

Barankauf Alle Fahrzeuge auch Unfall / defekte. **Immer ereichbar** ☎ 0152/08671846 KFZ-Händler

WIR KAUFEN IHR AUTO!
☎ 0 71 46 / 2 85 68 22

Werden auch Sie zum Helfer.
Spendenkonto
IBAN DE12 5206 0410 0004 8888 80
BIC GENODEF1EK1
German Doctors e.V.
Löbestr. 1a | 53173 Bonn
info@german-doctors.de
www.german-doctors.de
GERMAN DOCTORS HILFE, DIE BLEIBT

SONSTIGES IM AUTOMARKT

Achtung! Hole alle Schrottautos kostenlos ab. Barzahlung vor Ort. H. + C. Schwarz, Tel. 0173-3723698 mit Nachweis

WOHNWAGEN

Kaufe Wohnwagen aller Art, Zustand egal, auch von Camping. ☎ 07181/994 64 65 ✆ 0174-775 52 63

Wowa Ankauf 0711/8283706 Fa. Max

WOHNMOBILE

WIR KAUFEN IHR WOHNMOBIL!
☎ 0 71 46 / 2 85 68 22

Familie sucht Wohnmobil oder Wohnwagen von privat. Tel. (01 70) 1 56 40 07

Wir kaufen gepflegte Wohn & Reisemobile aller Klassen!
☎ 0711-3424 7363
info@auto-schwab-fellbach.de

Junge und alte Wohnmobile kauft MAX Caravane ☎ 0711 / 8283706

Kaufe Wohnmobile + Wohnwagen 0 39 44 - 3 61 60 www.wm-aw.de Fa.

IHRE **WERBUNG** WIRKT DURCH UNSERE

REICHWEITE

UNSER VIELFÄLTIGES **PRODUKTPORTFOLIO** FÜR DIE TECKREGION











EXTRA AM WOCHENENDE
GESAMTAUSGABE
124.955 EXEMPLARE

STELLENPORTAL
JOBS.TECKBOTE.DE

eZEITUNG & DIGITALE GEMEINDEBLÄTTER

Monatliche Gesamtreichweite unserer Digitalprodukte

1,246.853 Page Impressions [1]
608.478 Visits [1]
210.348 Unique User [2]
1,2 Mio. eZeitung Page Views [3]
99.757 eZeitung Openings [3]
29.500 Instagram-Follower [4]
12.304 Facebook-Follower [4]
11.997 jobs.teckbote.de PI [2]
ca. **90 %** mobile Nutzung

1) 3/2025; Quelle IVW
2) 2/2025; Quelle Google Analytics
3) 9/2025; Quelle vitec visiolink
4) 5/2026; Quelle Meta Business Suite



HOMEPAGE

GO VERLAG
Alleenstraße 158 · 73230 Kirchheim/Teck · www.teckbote.de

TECKBOTE

STELLENANGEBOTE



Bei der Verwaltung des Landtags von Baden-Württemberg sind zum 1. September 2027

Ausbildungsplätze zur/zum Kauffrau/Kaufmann für Büromanagement (m/w/d)

zu besetzen. Den vollständigen Ausschreibungstext (inkl. Informationen zur Ausbildung und dem konkreten Anforderungsprofil) finden Sie unter **www.ltbw.de/jobs.** Bitte bewerben Sie sich ausschließlich über unser Online-Bewerberportal. Bewerbungen per E-Mail oder in Papierform können leider nicht berücksichtigt werden.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bis zum 19.10.2026!

Landtag von Baden-Württemberg
Konrad-Adenauer-Straße 3, 70173 Stuttgart
www.landtag-bw.de

LandtagBW · landtag_BW · BWLandtag
bawü.social/@Landtag_BW · landtag_bw

Wo die Arbeit ruft:
Stellen & Chancen im EXTRA.
www.extra-wochenende.de

GEMEINSAM GESTALTEN FÜR 542.582 MENSCHEN

GEMEINSAM GROSSES GESTALTEN

Aktuelle Stellenangebote (m/w/d)

- **Ingenieur/in für den Bereich Facility Management/technisches Gebäudemanagement**
  beim Amt für Kreisimmobilien und Hochbau
  am Dienstort Plochingen
  Vollzeit, unbefristet
  E 11 TVöD mit Fachkräftezulage

- **Sachbearbeitung Führerscheine**
  beim Straßenverkehrsamt
  am Dienstort Plochingen
  Vollzeit, unbefristet
  A 10 mD LBesGBW bzw. E 9a TVöD

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung unter
karriere.landratsamt-esslingen.de
oder über den unten stehenden QR-Code.

Landkreis Esslingen
Zertifikat seit 2021 audit berufundfamilie

STELLENGESUCHE

Bodenleger-Vinyl, Parkett, Malerarbeiten, Tapezieren sucht Nebenbeschäftigung, Tel: 0151-67014367

Gärtner sucht Nebenbeschäftigung, Heckenrückschnitt, Baumfällungen usw., Terrassen, Pflastersteine, Sichtschutz, Zäune, Balkone, etc. ☎ 0152 - 11407049

Suche Gartenarbeit, Gartenpflege aller Art, auch Baumpflege (Nebenjob). ☎ 0178/7813143

Gärtner mit Erfahrung, Hecken schneiden, Baum schneiden, Gartenpflegen und Platten legen. ☎ 0172 88 11 862

Gärtner mit Erfahrung, Hecken schneiden, Baum schneiden, Gartenpflegen und Platten legen. ☎ 0172 88 11 862

Suche Putzstelle (Minijob) in Altbach und Umgebung. Tel. 0178-6808765

Seniorenbetreuung 24 Stunden, auch stundenweise, mit Erfahrung: Haushalt, Einkauf, Reinigung, ab sofort ☎ 0162/8879083

Malerarbeiten, kurzfristig, sauber, preiswert! ☎ 015770520000

Gärtner sucht Gartenarbeit aller Art. (Nebenjob) ✆ 0152 - 04627558

Erledige Gartenarbeiten: Gartenpflege, Heckenpflege u. Baumpflege, Pflastersteine u. Natursteine verlegen. Tel. 0173 / 2964106 (Nebenjob)

Elektriker sucht kleine Aufträge zu günstigem Preis. ☎ 0152 -18 21 98 72

Streiche kurzfristig ganze Wohnungen telefonisch erreichbar von Mo.- So. bis 20.00 Uhr ☎ 0151/20503311

Allround-Handwerker, Innenausbau/Installateur, Maler u. Fliesen, sucht Nebenjob. ☎ 0163 / 8320921

Maler, Gipser, Trockenbauer, Schimmelentfernungen, kompl. Renovierungen, Fliesenarbeiten, sucht Nebenbeschäftigung. ☎ 0178 - 82 413 54

„24 h" Betreuungskraft hilft Ihnen bei Pflege/Haushalt. Tel.: 0152/59655811

IMMOBILIENVERKÄUFE

MFH Weilheim Teck - NEU -
2,5 Zimmer, ca. 77 m² Wfl., inkl. Balkon € 330.000,–
3,5 Zimmer, ca. 88 m² Wfl., inkl. Balkon € 439.000,–
PBI Tel.: 07023/74920
info@pbi-bissingen.de

WOHNUNGEN

3-ZIMMER-ETW

Renningen 3-Zi.-ETW 62 m², gr. BLK, EBK, Fahrradraum, Keller, Waschküche, Stpl., 249.000 Euro ☎ 07159 / 901189

IMMOBILIENGESUCHE

WOHNUNGEN

2-ZIMMER-ETW

Suche kleine Whg. zum Kauf
☎ 01751654026
✉ michel1920@gmx.de

GRUNDSTÜCKE

Baugrundstücke/Abbruchhäuser
Bauträger kauft gegen Höchstgebot. Notarielle Abwicklung sofort! Zahlung innerh. von 2 Wochen mögl.!
PBI Tel.: 07023/74920
info@pbi-bissingen.de

VERMIETUNGEN

3-ZIMMER-WOHNUNG

3-Zi.-Whg. in Esslingen, ca. 70 m² EBK, TL-Bad und gr. Dachterrasse ab sofort an NR, keine HT zu vermieten. KM 790 € + Stpl. 30 €+ NK + 3 MM KT ✉ unter ZZ209781 an SWMN GmbH, Postfach 10 44 27, 70039 Stuttgart oder chiffre@swm-network.de

3,5 Zi.-Whg in ES-St. Bernhardt 96 m², 1. OG in 4 Familienhaus, neu renoviert, gr. Balkon, EBK, TL-Bad saniert, sep. WC., Stellplatz opt. +50 €, Bus und Einkauf <5 Min. NR, keine HT. KM 1.120 €, Anfragen mit aussagefähiger Selbstauskunft unter ✉ wstb@web.de

MIETGESUCHE

Berufstätiges Ehepaar (Ingenieur & ZFA), sucht langfristig 4-5 Zi.-Wohnung oder Haus zur Miete. Miete bis 1.300 €. Nichtraucher, keine Haustiere. Kein DG. ☎ 01786965985
✉ melanitorres1@gmx.de

2-ZIMMER-WOHNUNGEN

Sehr dringend gesucht von Rentnerin 2 Zi.-Whg. langfristig, ca. 45m², 1. Stock, kl. Balkon, k. WG, in Denkendorf, Nellingen, Berkheim, Esslingen/Zollberg. **☎ 0711 / 38 88 21**

3-ZIMMER-WOHNUNGEN

Nettes und verzweifeltes Rentnerpaar und 2 Hauskatzen suchen eine 3-Zimmer-Wohnung in Esslingen, da unser Mietvertrag wegen Eigenbedarf gekündigt wurde. Wir freuen uns auf Ihr Angebot: grafxienalp3@gmail.com

VERKÄUFE

DIES & DAS

KEIN MARKTPLATZ. EIGENE MASCHINEN.
AUCTIONZ
» AUF AUCTIONZ.ONLINE

KAUFGESUCHE

Barankauf Gold + Schmuck
z. B. Zahngold (auch mit Zähnen), Silber, Ringe, Uhren, Münzen, Medaillen, Besteck. Alles auch beschädigt. Sofort Bargeld. **Briefmarken, Münzen, Banknoten, Orden. Aichele + Schade,** T. 07 11 / 24 46 34 Stgt., Charlottenstr. 42, Ecke Alexanderstraße

Achtung liebe Leser!
Suche Porzellan, Zinn, Uhren, Tafelsilber, Bernstein, Möbel, Münzen, Antikes u. Militaria, Abendgarderobe, Lederbekleidung u. Pelze, Herr Freiwald.
☎ 0711-21958619 o. 0157-92313492
www.freiwald-antiquitäten.de

KAUFGESUCHE

Kaufe Kleidung - Bücher von A-Z, Puppen, Porzellan, Sammeltassen, Näh-/Schreibmaschinen, Münzen, Uhren, Mode-Schmuck. Von privat. Tel. 0163-2046952

Suche Akkordeon, Saxofon, Geigen. Barzahlung Tel. 01 77-8 44 25 16

Suche Gobelin, Tischwäsche, Münzen, Silberkollektionen, Armbanduhren Tel. 0177-3823257

Kaufe und zahle gut! Zinngeschirr, Ölgemälde, Uhren, Musikinstrumente u.v.m. Tel. 0162-9602695

Alte Märklin-Eisenbahn, altes Spielzeug dringend von Sammler zu Spitzenpreisen gesucht. Tel. 0711/9561221

Suche Modelleisenbahn. ☎ 070 22 / 95 10 57

VERSCHIEDENES

Restaurationen v. Antiquitäten, Möbeln, Bildern, Uhren, Polsterungen.Wagner ☎ 0170-5223126

Ich 45 J. suche eine Sie für die Zukunft ☎ 015259152225

Brennholz ofenfertig
Wunschlänge ☎ 0172 311 0627

Computerhilfe vom Profi!
Kostengünstige Lösung von Computer und Smartphone-Problemen, sowie Unterstützung bei Kauf, Installation und Bedienung von technischen Geräten. Ich freue mich auf Ihren Anruf. ☎ **070429631240**

Biete Gartenarbeit an
Mobil: 0152 53401841

Rund ums Gebäude: Gartenpflege & Reinigung!
Unser Team übernimmt ab sofort: Hecken- & Sträucherschnitt, Laubbeseitigung, Streifenfreie Fensterreinigung, Solarpanel- & Dachrinnenreinigung. Schnell, sauber & fair für Privat & Gewerbe. Jetzt Angebot sichern!
☎ 0159 0633 2926 - AZ Gartendienst
✉ azgartendienst@outlook.de

ER SUCHT SIE

Er sucht Sie. Ich 45 J. gepflegt suche Sie für eine seriöse Beziehung. Bitte per WhatsApp 015259152225

–Anzeige–

PROBETRÄGER GESUCHT: 40 TAGE MODERNES HÖREN ERLEBEN[1)]

pro optik wird 40 Jahre[2)] und lädt zur großen Jubiläums-Probetragen-Aktion ein.

Gutes Hören bedeutet Lebensqualität. Und moderne Hörgeräte können dabei helfen, diese zurückzugewinnen. Doch welches Modell passt am besten zu den individuellen Bedürfnissen? Wie fühlt sich das neue Hören im Alltag an? Und welchen Unterschied macht moderne Hörgeräte-Technologie wirklich?

Um das herauszufinden, sucht pro optik im Rahmen seines Jubiläums Probeträger, die neueste Hörgeräte-Technologie 40 Tage lang kostenlos und unverbindlich im eigenen Alltag ausprobieren möchten.[1)] Die Jubiläums-Probetragen-Aktion findet unter der fachlichen Leitung ihres Hörakustikleiters vor Ort statt.

Testen unter realen Bedingungen

Ob beim Gespräch mit Freunden, beim Fernsehen, im Restaurant oder beim Spaziergang: Hörgeräte müssen sich vor allem im Alltag bewähren. Deshalb erhalten Probeträger die Möglichkeit, die Geräte 40 Tage lang in ganz unterschiedlichen Hörsituationen ausgiebig zu testen.[1)]

Vor Beginn des Probetragens wird das Hörvermögen professionell und kostenlos überprüft. Anschließend werden die Hörgeräte individuell auf die persönlichen Bedürfnisse eingestellt. Während des Probezeitraums können die Teilnehmer ihre Erfahrungen sammeln und herausfinden, welche Unterschiede moderne Hörgeräte-Technologie für sie persönlich machen kann.



Jetzt direkt online auf **prooptik.de/aktionen/akustik** einen Termin sichern.

Bild KI-generiert



André Kutschbach
Leiter der Hörakustik
der pro optik Fachgeschäft GmbH
mit Sitz in Wendlingen

Individuelle Betreuung durch Hörakustik-Experten

Während der gesamten Probetragen-Phase stehen den Teilnehmern die Hörakustik-Ansprechpartner bei pro optik zur Seite. Unter ihrer fachlichen Leitung können Fragen und Wünsche direkt besprochen und die Einstellungen der Hörgeräte bei Bedarf weiter optimiert werden. André Kutschbach sagt dazu: „Jedes Gehör und jeder Alltag sind anders. Deshalb ist es wichtig, Hörgeräte nicht nur kurz auszuprobieren, sondern sie über einen längeren Zeitraum in den verschiedenen Situationen zu erleben. So lässt sich herausfinden, welche Lösung wirklich zu den persönlichen Bedürfnissen passt."

400€ Jubiläums-Probeträger-Bonus[3)]

Wer nach den 40 Tagen kostenlosen Probetragens[1)] von seinen Hörgeräten überzeugt ist und sich für zwei Geräte entscheidet, profitiert zusätzlich von der Aktion: Beim Kauf von zwei Hörgeräten ab unserer Premium-Kategorie erhalten Probeträger einen Jubiläums-Probetragen-Bonus in Höhe von insgesamt 400€ ab einem Eigenanteil von jeweils 1.399€ bzw. Privatpreis von je 2.099€.[3)]

PRO OPTIK WIRD 40 JAHRE[2)]
prooptik hörzentrum

Jetzt Jubiläums-Probeträger werden!

40 Tage kostenlos & unverbindlich moderne Hörgeräte probetragen[1)] und einen Rabatt in Höhe von 400€ ab einem Eigenanteil von jeweils 1.399€ bzw. Privatpreis von jeweils 2.099€ auf den Kauf von zwei Hörgeräten sichern.[3)]

Wer teilnehmen möchte, kann sich online unter **prooptik.de/aktionen/akustik** einen Termin vereinbaren.

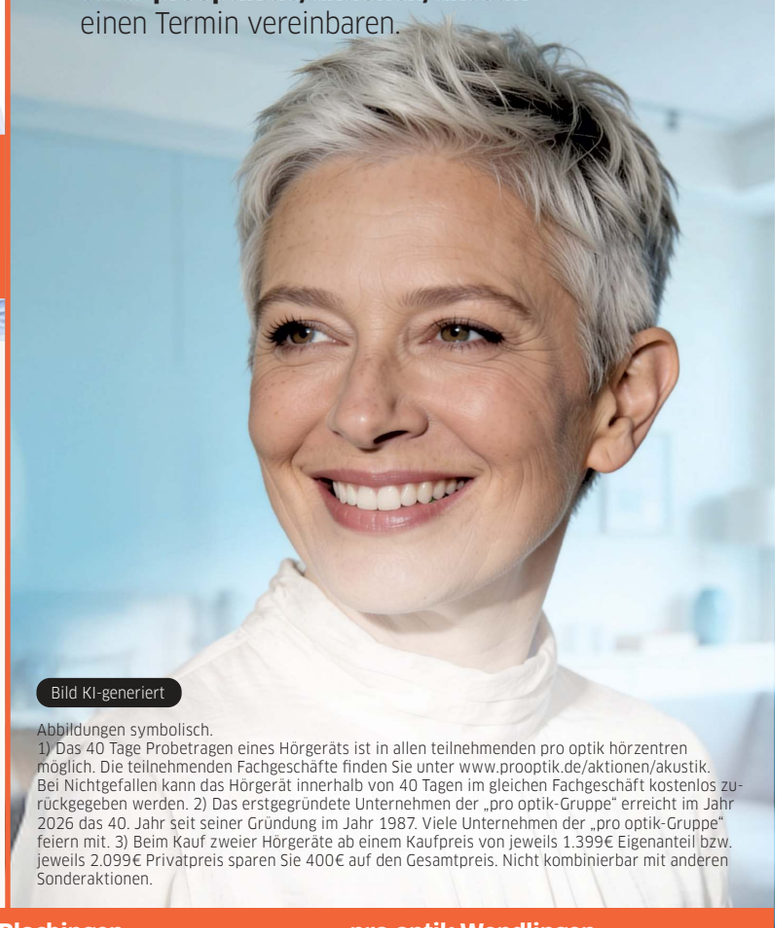


Bild KI-generiert

Abbildungen symbolisch.
1) Das 40 Tage Probetragen eines Hörgeräts ist in allen teilnehmenden pro optik hörzentren möglich. Die teilnehmenden Fachgeschäfte finden Sie unter www.prooptik.de/aktionen/akustik. Bei Nichtgefallen kann das Hörgerät innerhalb von 40 Tagen im gleichen Fachgeschäft kostenlos zurückgegeben werden. 2) Das erstgegründete Unternehmen der „pro optik-Gruppe" erreicht im Jahr 2026 das 40. Jahr seit seiner Gründung im Jahr 1987. Viele Unternehmen der „pro optik-Gruppe" feiern mit. 3) Beim Kauf zweier Hörgeräte ab einem Kaufpreis von jeweils 1.399€ Eigenanteil bzw. jeweils 2.099€ Privatpreis sparen Sie 400€ auf den Gesamtpreis. Nicht kombinierbar mit anderen Sonderaktionen.

pro optik Esslingen
Pliensaustr. 40
Tel:0711 350650
pro optik Augenoptik Fachgeschäft GmbH, Sitz: 70794 Filderstadt-Bernhausen, Nürtinger Str. 5

pro optik Kirchheim
Marktstr. 31
Tel: 07021 75045
pro optik Augenoptik Fachgeschäft GmbH, Sitz: 73240 Wendlingen, Ulmer Str. 1

pro optik Nürtingen
Kirchstr. 33
Tel.: 07022 31450
pro optik Augenoptik Fachgeschäft GmbH, Sitz: 72622 Nürtingen, Kirchstraße 33

pro optik Plochingen
Am Fischbrunnen 7
Tel: 07153 76415
pro optik Augenoptik Fachgeschäft GmbH, Sitz: 70794 Filderstadt-Bernhausen, Nürtinger Str. 5

pro optik Wendlingen
Albstr. 34
Tel. 07024 54400
pro optik Augenoptik Fachgeschäft GmbH, Sitz: 73240 Wendlingen, Ulmer Str. 1



Das Extra für unsere Abonnenten

abomax

DER TECKBOTE

Freuen Sie sich als Teckboten-Vollabonnent auf die vielfältigen Vorteile Ihrer abomax-Karte.



Wilhelma

Erwachsene/Sen. (ab 65 J.)	**21.– €** / statt 23.– €
Kinder (6 – 17 J.)	**8.50 €** / statt 9.– €

bis zu 8 % Ersparnis

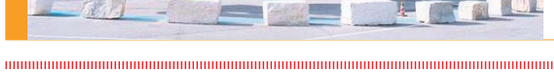


Technik Museum Sinsheim & Speyer

und IMAX 3D-Filmtheater

Erwachsene	**27.– €** / statt 30.– €
Kinder (5 – 14 J.)	**22.– €** / statt 25.– €

bis zu 12 % Ersparnis



Miniaturwelten Stuttgart

Hindenburgbau (Arnulf-Klett-Platz 1 – 3)

Erwachsene (ab 18 J.)	**7.50 €** / statt 9.– €
Ermäßigung 1 (DB-Bedienstete, Modellbahn-Clubmitglieder)	**6.– €** / statt 7.– €
Ermäßigung 2 (Kinder ab 6 Jahren, Schüler/Studenten, Behinderte)	**4.– €** / statt 5.– €

bis zu 20 % Ersparnis



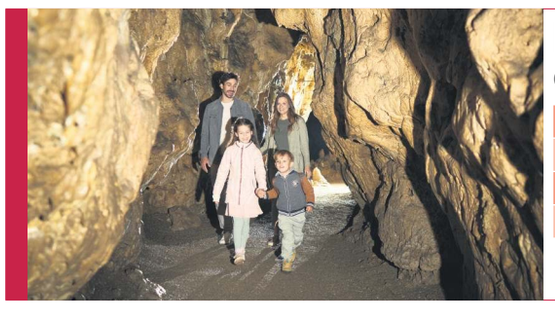
Segway by daniel stark

AlbTour · Münsingen

Uhenfelstour	**65.– €** / statt 79.– €
Gr. Truppenübungsplatz-Tour	**70.– €** / statt 85.– €

Bedingungen: Mindestalter 14 Jahre, keine körperlichen Einschränkungen. Pro abomax-Karte max. 4 Personen das vergünstigte Angebot nutzen.

bis zu 17 % Ersparnis

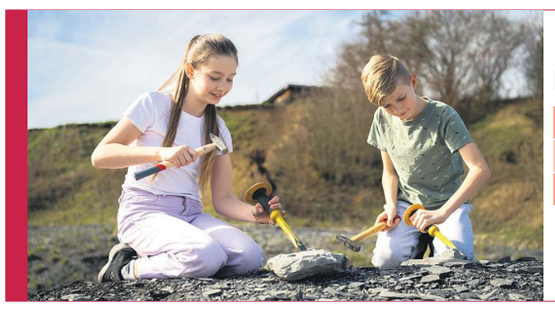


HöhlenErlebnisWelt

Giengen-Hürben

Erwachsene	**9.– €** / statt 10.– €
Jugendliche (4 – 16 J.)	**7.– €** / statt 8.– €
Rentner/Studenten/Schüler (ab 17 J.)	**8.50 €** / statt 9.50 €
Familienkarte	**23.– €** / statt 25.– €

bis zu 12 % Ersparnis



Urweltsteinbruch

Holzmaden

Erwachsene	**7.50 €** / statt 9.– €
Kinder	**4.50 €** / statt 6.– €
Familienkarte (2 Erw. + 2 Kinder)	**23.– €**

bis zu 25 % Ersparnis



Freilichtmuseum Beuren

Erwachsene	**9.– €** / statt 10.– €
Familien-Tageskarte	**20.– €** / statt 22.– €
Großeltern-Enkel-Tageskarte	**20.– €** / statt 22.– €
Teil-Familien-Tageskarte	**11.– €** / statt 13.– €

bis zu 15 % Ersparnis



Falkenspektakel

Burg Hohenneuffen

Erwachsene (ab 14 J.)	**5.– €** / statt 6.– €
Kinder (4 – 13 J.)	**2.50 €** / statt 3.50 €
Kinder bis 3 Jahre	**gratis**

bis zu 28 % Ersparnis



Amazonien-Panorama

Faszination Regenwald, Gasometer Pforzheim

Erwachsene	**11.– €** / statt 13.– €

Einzulösen während unserer Öffnungszeiten täglich von 10 bis 18 Uhr. Dieser Rabatt gilt nicht in Verbindung mit anderen Aktionen oder Ermäßigungen.

16 % Ersparnis



Schwaben Park

Erwachsene	**29.– €** / statt 32.50 €
Kinder (3 – 11 J.)	**26.– €** / statt 29.50 €
Senioren (ab 65 J.)	**26.– €** / statt 29.50 €

bis zu 11 % Ersparnis



Ravensburger Spieleland

Erwachsene	**40.– €** / statt 51.– €
Kinder (3 – 14 J.)	**40.– €** / statt 51.– €
Senioren (ab 60 j.)	**40.– €** / statt 43.50 €
Parktickets	**6.– €**

bis zu 13 % Ersparnis



Erlebnispark Tripsdrill

Erwachsene	**43.– €** / statt 48.– €
Kinder (4 – 11 J.)	**38.– €** / statt 44.– €
Senioren (ab 60 J.)	**38.– €** / statt 44.– €
Parken **gratis**	

bis zu 13 % Ersparnis



LEGOLAND© Deutschland Resort

Erwachsene, Kinder, Senioren Senioren	**43.– €** Erwachsene statt 64.– € Kinder statt 58.– €

*Parkgebühr von 12.– € muss am Kassenautomat entrichtet werden. Tageskarten können **NUR online gekauft** werden. Den Link dazu erhalten Sie von Mo. – Fr. zwischen 8 – 11.30 Uhr direkt vom Leserservice unter Telefon 07021 9750-39.*

33 % Ersparnis



SKYPARK epia Kletterwald

Schwäbisch Gmünd

Erwachsene	**20.– €** / statt 24.– €
Jugendliche	**15.– €** / statt 19.– €
Kinder	**13.– €** / statt 17.– €
Kinderparcours (Kleinkinder ab 2 Jahren)	**5.– €** / statt 7.50 €

bis zu 33 % Ersparnis



Der Kleine Tierpark

Göppingen

Erwachsene	**5.50 €** / statt 7.50 €
Kinder (3 – 18 J.)	**3.– €** / statt 4.– €
Familienkarte	**16.– €** / statt 18.– €

bis zu 26 % Ersparnis



VitalZentrum Bad Boll

Am Kurpark 1 · Telefon 07164 81363

- **Abomax-Leser,** welche sich für eine 6-monatige Mitgliedschaft im VitalZentrum entscheiden, erhalten das **Startpaket gratis.**
- **Abomax-Leser,** welche sich für eine 12-monatige Mitgliedschaft entscheiden, erhalten den **ersten Monat gratis.**
- **Abomax-Leser,** welche sich für eine 24-monatige Mitgliedschaft entscheiden, erhalten das **Startpaket + den ersten Monat gratis.**

Das Startpaket ist regulär zum Preis von 99.– Euro erhältlich.



MineralTherme Bad Boll

Tageskarte Erwachsene	**15.– €** / statt 17.– €
Tageskarte Kinder (7 – 12 J.)	**9.50 €** / statt 13.50 €
Tageskarte Kinder (3 – 6 J.)	**1.50 €** / statt 3.50 €
Frühticket Erwachsene 3 Std.[1]	**11.50 €** / statt 13.– €
Seniorenticket 3 Std.[2]	**11.50 €** / statt 13.– €

Gültig f. abomax-Mitglieder + deren Begleitpersonen gegen Vorlage der abomax-Karte.
[1]Frühticket: Zutritt Di. und Do. zwischen 10 und 12 Uhr
[2]Seniorenticket: ab Jahrgang 1960; Zutritt Di. und Do. zwischen 8 und 9 Uhr



Steiff Museum Giengen/Brenz

Erwachsene	**12.– €** / statt 12.– €[1]
Kinder (6 – 17 J.)	**8.– €** / statt 8.– €[1]

[1]Beim Kauf von zwei Karten erhalten Sie die günstigere oder wertgleiche Karte gratis dazu. Nur gültig auf Erwachsenen- oder Kindereintrittkarten. Dies ist nur an der Kasse des Steiff Museums unter Vorlage einer gültigen abomax-Karte möglich. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar, keine Barauszahlung möglich. Gilt nicht an Samstagen und Sonn- und Feiertagen. Die aktuellen Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

bis zu 50 % Ersparnis Kinder (unter 6 J.) gratis



Segway-Genießertouren

by MEHRLEBNIS.DE · Owen

Whiskey-Tour	**71.20 €** / statt 89.– €
Genießer-Tour	**63.20 €** / statt 79.– €
Klassik-Tour	**47.20 €** / statt 59.– €
eROD-Miete (1 Std.)	**85.50 €** / statt 95.– €
eROD-Miete (2 Std.)	**135.– €** / statt 150.– €

bis zu 20 % Ersparnis

Bitte beachten Sie: Ermäßigte Eintrittskarten für alle im **ORANGEN BEREICH** abgebildeten Partner erhalten Sie nur an der Kirchheim-Info im Max-Eyth-Haus, Max-Eyth-Straße 15, 73230 Kirchheim unter Teck, Tel. 07021 502555 gegen Vorlage der gültigen abomax-Karte.

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 10 – 17 Uhr, Sa. 10 – 14 Uhr.

Bitte beachten Sie, dass Sie ermäßigte Eintrittskarten für alle im **ROTEN BEREICH** stehenden Partner nur an der Tageskasse des jeweiligen Partners gegen Vorlage der gültigen abomax-Karte erhalten!
Spezielle Regelung für LEGOLAND© Deutschland Resort, siehe oben!

TECKBOTE
Alleenstraße 158 · 73230 Kirchheim/Teck
Telefon 07021 9750-0 · info@teckbote.de · teckbote.de