

SPORTNOTIZEN

JUNIORENFUSSBALL

05-Junioren beim Tabellenzweiten

GÖTTINGEN. Womöglich halten zwei 05-Teams die Spielklasse am grünen Tisch: Während das Herrenteam des 1. SC 05 in der Fußball-Landesliga darauf hoffen muss, dass Goslar aus der Regionalliga absteigt, könnten die A-Junioren in der Niedersachsenliga davon profitieren, dass zwei Teams zurückziehen. „Wir wollen die Klasse nicht am grünen Tisch halten, sondern sportlich“, betont Trainer Jan-Philipp Brömsen vor dem Auswärtsspiel am Sonnabend um 16 Uhr beim Tabellenzweiten JFV Heeslingen. *war*

HANDBALL

HSG empfängt Meister Plesse

GÖTTINGEN. Am letzten Spieltag der Frauenhandball-Oberliga sind noch nicht alle Fragen geklärt. Wer steigt auf, Heidmark oder der Hannoverische SC? Wer steigt ab? Bei den heimischen Teams steht das Derby zwischen der HSG Göttingen und Meister Plesse-Hardenberg im Fokus (Sonnabend, 18 Uhr, BBS II). Die HG Rosdorf-Grone ist zu Gast beim VfL Wolfsburg (Sonntag, 17 Uhr). *kri*

FRAUENFUSSBALL

ESV Rot-Weiß lädt zum Derby

GÖTTINGEN. Um Punkte für den Ligaverbleib kämpft der ESV Rot-Weiß in der Frauenfußball-Oberliga. Nun gastiert am Sonnabend um 16 Uhr im Derby der viertplatzierte Nachbar Sparta an der Grätzelstraße. *bam*

HANDBALL

Burgherren in Fallersleben

BOVENDEN. Die im Oberliga-Aufstieg gegipfelte Verbandsliga-Saison geht für die Handballer der HSG Plesse-Hardenberg am Sonnabend (18 Uhr) beim Tabellenfünften VfB Fallersleben zu Ende. *nd*

FORMATIONSTANZEN

Aufstiegsturnier für B-Formation

GÖTTINGEN. Die Standard-B-Formation des Tanzsportteams Göttingen reist am Sonnabend zum Aufstiegsturnier zur 2. Liga nach Bietigheim. Beginn ist um 17 Uhr. *nd*

Einmal Halbmarathon laufen

Frühjahrsvolkslauf: Die Mengershäuserin Nicole Zühlke über die Wettkampf-Vorbereitung mit einer Gruppe

VON EDUARD WARDA

GÖTTINGEN. Sie als fanatische Volksläuferin zu bezeichnen, wäre falsch: „Ich habe irgendwann einmal bei einem Fünf-Kilometer-Lauf mitgemacht“, sagt Nicole Zühlke. Nun läuft sie am Sonntag, 22. Mai, beim 30. Frühjahrsvolkslauf in Göttingen Halbmarathon – und hat sich darauf gewissenhaft vorbereitet.

Die 26-jährige Mengershäuserin ist im Firmenkundenbereich der Sparkasse Göttingen beschäftigt und hat die Möglichkeit wahrgenommen, sich auf die exakt 21,0975 Kilometer lange Strecke mit einer professionell angeleiteten Laufgruppe einzustimmen. „Viele Kollegen hatten mir im vergangenen Jahr erzählt, dass das ganz toll ist“, sagt Zühlke.

„Ich laufe seit Jahren hobbymäßig“, berichtet die Sparkassen-Angestellte. Ihre Strecken wurden dabei immer länger – „ich hatte Spaß und habe die Lauferei immer weiter ausgebaut“. Als feststand, dass beim Frühjahrsvolkslauf zum ersten Mal ein Halbmarathon angeboten wird, traf sie eine Entscheidung: „Da laufe ich doch mal mit“, war sie sich sicher.

Die von Lauftrainer Guido Jonscher von der Göttinger Agentur Personal Sports betreuten Trainingsläufe variierten in Länge und Intensität. „Ich habe schnell festgestellt, dass ich langsamer bin als der Großteil der Gruppe“, berichtet Zühlke. So traf sie bereits beim ersten Lauf über zwölf Kilometer die einzig richtige Entscheidung: „Man muss schön bei sich selbst und bei seinem Tempo bleiben.“ Am anstrengendsten seien Inter-



Nicole Zühlke (l.) und die Halbmarathon-Laufgruppe von Trainer Guido Jonscher (2.v.r.) in Aktion am Göttinger Jahnstadion. FOTO: WENZEL

valläufe gewesen, bei denen passagenweise hohes Tempo angeschlagen wird – „die haben aber auch wirklich sehr geholfen und mich ungefähr eine Minute pro Kilometer nach vorn gebracht“, so Zühlke.

Jonscher habe ihr neben Ratschlägen zur Ernährung und zum ökonomischen Laufen gute Tipps zur richtigen Atmung gegeben, weil sie bei höherer Intensität zu flach geatmet habe. „Die Umstellung war schwierig, es hat aber viel

gebracht“, lautet Zühlkes Urteil.

Ein letztes Intervalltraining ist in der kommenden Woche geplant. Dann hofft die Hobbyläuferin auf „nicht zu warme Temperaturen“. Für sich ist sie bereits einmal die Halbmarathon-Distanz gelaufen, im betreuten Training war der längste Lauf 15 Kilometer lang. Am Wettkampftag, am 22. Mai, rechnet sie mit einer Endzeit „um die 2:15 Stunden“. 2:10 wären „sehr optimistisch“, sagt sie.

Teilnehmerrekord in Reichweite

Der Frühjahrsvolkslauf den die Betriebssportgemeinschaft der Sparkasse Göttingen am Sonntag, 22. Mai, zum 30. Mal veranstaltet, steuert auf einen Teilnehmer-Rekord zu: Bisher haben sich nach Veranstalter-Angaben beinahe 2900 Läufer angemeldet. „Es sind schon jetzt, ohne Nachmeldungen, mehr Teilnehmer als im Rekordjahr 2015“, sagt Steffen Tiedtke, Vorsitzen-

der der Betriebssportgemeinschaft. Teilnehmer können ihre Startunterlagen am 19. und 20. Mai zwischen 12 und 18 Uhr im S-Spot der Sparkasse Göttingen (Robert-Gernhardt-Platz 1-3) abholen, ebenso am 21. Mai zwischen 14 und 17 Uhr in der Stadiongaststätte des Jahnstadions sowie am Wettkampftag im Jahnstadion. Am 21. Mai sind in der Arena auch Nachmeldungen möglich. *war*

„Sportlich-geselliges Volksfest“

Erlebnis Turnfest: Jörg Schnitzerling, Vorsitzender des ASC 46, arbeitet im Organisationskomitee mit



J. Schnitzerling

GÖTTINGEN. „Wir kennen unsere Rolle als ältester Turnverein Niedersachsens, und diese Tradition wollen wir darstellen.“ Jörg Schnitzerling wird als Vorsitzender dafür sorgen, dass sein fast 9000 Mitglieder zählender ASC 46 beim Erlebnis Turnfest stark vertreten ist.

Als Mitglied des regionalen Organisationskomitees bringt er Ideen früh mit ein und wirkt mit, dass die Königsblauen mar-

kant vertreten sind. „Wir sind der größte Partner auf dem Erlebnispfad und hoffen, dass wir viele Besucher zum Mitmachen begeistern. Wir helfen auch mit vielen jungen Menschen, die einen Freiwilligendienst absol-

vieren. Unser gesamter Verein wird sich einbringen, nicht nur die Turner“, betont der zweifache Familienvater. Das Zusammenspiel der verschiedenen Personen im Organisationskomitee, betont der 50-Jährige, sei enorm gut. „Die Kommunikationsgeschwindigkeit ist sehr hoch. Das Netzwerk wird die Region auch in den nächsten Jahren noch zugute kommen“, sagt Schnitzerling. Auch wenn

er selbst keine Turnfest-Vergangenheit habe, ist Schnitzerling, von der besonderen Strahlkraft des Breitensport-Events überzeugt: „Das wird ein sportlich-geselliges Volksfest. Das Erlebnis Turnfest sehe ich als große Chance für Göttingen. Der oft verschlossen-kritische Göttinger kann zeigen, dass Sport auch eine bildende und kulturelle Rolle hat.“ Mit einer Ausstellung zur Ge-

schichte des 170 Jahre alten ASC und dessen Vorgängervereinen wollen die Königsblauen drei Wochen vor Beginn des Turnfestes die Menschen begeistern. Im Alten Rathaus gibt es sogar einen Film, der laut Schnitzerling „unter die Haut geht“. *bam*



UNTERHALTUNG

HÖRFUNK-TIPPS

BRAHMS IN LÜBECK

Als die berühmte Privatsammlung Homann 1990 angekauft und der Lübecker Musikhochschule angegliedert werden konnte, entstand das Lübecker Brahms-Institut. 2002 bezog es die klassizistische Villa Eschenburg auf dem Jerusalemsberg. Brahms-Forscher Michael Struck stellt das Institut im Gespräch mit Wolfgang Sandberger, dem Leiter des Brahms-Instituts, vor. Sandberger ist auch Vorsitzender der Göttinger Händel-Gesellschaft. **(Sa 20.05 NDR Kultur)**

HOMO, SEX UND DNA

Frau liebt Mann und Mann liebt Frau. Nein, so einfach ist es nicht mit der sexuellen Orientierung. Jeder kann jeden lieben, doch die Biologen haben die Realitäten lange ignoriert. Dean Hamer identifizierte die Wurzel der Homose-

xualität auf dem X-Chromosom. Inzwischen gibt es einen bunten Strauß neuer Theorien. Vermutlich entscheidet sich der Fokus des Begehrens im Mutterleib. Die Gene spielen eine Rolle, vor allem ihre Steuerung. **(Mo 16.30 DLF)**

IN KÜRZE

Oper: „Maria de Buenos Aires“ von Astor Piazzolla aus Bonn (Sa 19.05 DKultur); **Wagners „Meistersinger“** live aus München (Mo 16.00 NDR Kultur); **Gespräch:** Die Göttinger Primaten-Forscherin Julia Fischer (Sa 12.05 und 23.05 HR 2); **Hörspiel:** „Die Konferenz der Tiere“ nach Erich Kästner, Produktion 1950 (Sa 13.05 HR 2); **Lesung:** Orwells „Farm der Tiere“, gelesen von Hans Korte (Sa, So und Mo 18.05 HR 2); **Krimi:** ARD-Radio-Tatort „Traumhochzeit“ von Tom Peuckert (Mo 22.00 MDR Figaro).

HOROSKOP



Widder 21. 3. - 20. 4. Unterschiedliche Erwartungen zwischen Ihnen und Ihrem Partner bestimmen den Tag. Eine Einigung ist leichter zu finden, als es Ihnen zunächst erscheint.



Löwe 23. 7. - 22. 8. Auch wenn dies zunächst mit einer Menge Arbeit verbunden sein sollte, können Sie ab nun beginnen, mehr Struktur und Sicherheit in Ihr Leben zu bringen.



Schütze 23. 11. - 21. 12. Langsam wird es mal Zeit, sich konkrete Gedanken über die mittelfristige Zukunft zu machen. Was genau wollen Sie erreichen?



Stier 21. 4. - 20. 5. Wenn ein Freund sich vernachlässigt fühlt, helfen keine Diskussionen. Wie wäre es mit einer Einladung? Unterstützung hilft ihm jetzt.



Jungfrau 23. 8. - 23. 9. Liebesgott Amor wird sich jetzt nicht übermäßig für Sie bemühen. Auch Sie selbst sollten sich etwas zurückhalten. Es kommen aber wieder bessere Tage.



Steinbock 22. 12. - 20. 1. Flirten fällt Ihnen heute so leicht wie lange nicht mehr. Gut, das lässt sich bei Ihnen jeden Tag sagen, doch die Konkurrenz ist auch nicht schüchtern.



Zwillinge 21. 5. - 21. 6. Halten Sie sich zurück! Auch wenn Ihre Erwartungen sicher berechtigt sind, kommen diese momentan nicht überall gut an. Ein bisschen Geduld.



Waage 24. 9. - 23. 10. Suchen Sie Erfüllung in Ihrer Beziehung, erfordert dies, sowohl mit dem Kopf als auch aus dem Gefühl heraus Stellung zu beziehen.



Wassermann 21. 1. - 19. 2. Nicht jedes kleine Problemchen muss sofort gelöst werden. Soviel Zeit haben Sie auch gar nicht. Fokussieren Sie sich auf die wesentlichen Dinge.



Krebs 22. 6. - 22. 7. Man ist ohnehin auf Ihrer Seite. Mit Offenheit kommen Sie jetzt weiter als mit eingeübter Selbstdarstellung. Tragen Sie Ihr Herz auf der Zunge.



Skorpion 24. 10. - 22. 11. Ihre Chancen stehen heute gar nicht mal so schlecht. Warten Sie aber nicht darauf, dass man Sie anspricht. Die Initiative sollte jetzt von Ihnen kommen.



Fische 20. 2. - 20. 3. Der Mond fördert Ihre Intuition. Heute sind Sie zur richtigen Zeit am richtigen Platz. Ergreifen Sie diese große Chance am Schopf.