

# GUNZENHAUSEN UND ERGROUNDE MAGAZIN

Das kostenlose Kultur- und Trendmagazin für Gunzenhausen



## STRONGMEN IN GUNZENHAUSEN

Die Gründungsmitglieder Dominik, Daniel und Christian der Strongman Athleten Union (S.A.U.) geben im Interview einen Ausblick auf den anstehenden Wettkampf.

## HEIMSPIEL FESTIVAL 2026

Das Heimspiel bringt lokale und national erfolgreiche Bands auf die Bühne – drei Tage Musik, Wald Biergarten und Festivalstimmung.

## KUNSTMUSEUM DONAU-RIES

Wir haben uns für euch im Wemdinger Museum umgesehen, regionale und internationale Kunst sowie vieles mehr entdeckt.

**GEWINNE  
TICKETS!**  
für das Heimspiel  
Festival & Wudzdog  
Open Air!

*...außerdem Wudzdog Open Air, Sportkultur, MPU und ENSoXX hilft.*



6. APRIL 11 - 17 UHR

**NATUR- UND KUNSTHANDWERKERMARKT**  
AN DER ALTMÜHLPROMENADE IN GUNZENHAUSEN

Vorwort

## START INS NEUE KULTURJAHR

Das neue Jahr ist bereits in vollem Gange, und die ersten Veranstaltungen liegen schon hinter uns. Dennoch beginnt das „Kulturjahr“ für uns erst jetzt so richtig – denn mit den ersten warmen Frühlingstagen nimmt auch das kulturelle Leben spürbar Fahrt auf.

In der vorliegenden Ausgabe haben wir mit dem Heimspiel und dem Wudzdog Open Air gleich zwei spannende Festivals auf dem Schirm und im Interview vorab viele Infos für euch gesammelt. Als Bonus gibt es jeweils eine Ticket-Verlosung obendrauf!

Es wird aber auch sportlich: Zum einen, wie man unschwer am Cover erkennen kann, kommen die Strongmen wieder mit einem Wettbewerb nach Gunzenhausen. Wir waren bei der Strongman Athleten Union zum Gespräch und haben u.a. den Europa- und Weltmeister Christian Wolfarth getroffen. Zum anderen waren wir bei speedfitness zu Gast, haben uns mit Leiter Kevin Kramer über Fitness und Wohltätigkeit unterhalten und für euch auch die Chance auf ein Gratis-Training organisiert.

Auch andere Bereiche kommen nicht zu kurz: Literarisch reicht die neue Ausgabe vom Literarischen Spaziergang über eine Lesung mit Martina Bogdahn und eine neue Kolumne mit Babett Guthmann bis hin zur Poesie. Im Bereich Kunst schauen wir uns u.a. das KunstMuseum Donau-Ries an. Außerdem gibt es diesmal einige speziellere und sehr interessante Themen wie MPU oder Maulbeeren.

In diesem Sinne wünschen wir unseren Leserinnen und Lesern viel Spaß mit Ausgabe Nummer 9.

*Juliane Zeh  
Herausgeberin*

## INHALT

|   |   |  |                          |    |
|---|---|--|--------------------------|----|
| Museen Weißenburg                                     | 4   | Gankino Circus in der Oberen Veste Burg Treuchtlingen  | 40                       |    |
| Heimspiel Festival                                    | 4   | Wandern in der Region                                  | 40                       |    |
| Bergwaldtheater-Saison 2026                           | 8   | Spendenaktionen  | 44                       |    |
| Literatur-Event mit Martina Bogdahn                   | 9   | Rother Bluestage 2026                                  | 45                       |    |
| <b>vhs-Programm</b>                                   |  | <b>10</b>  | MPU-Berater im Interview | 46 |
| Der Maulbeerenkönig aus Weißenburg                    | 14  | Weißburger Kunstpreis                                  | 50                       |    |
| Wudzdog Open Air                                      | 18  | Hans Pattis im M11                                     | 51                       |    |
| KulturForum Weißenburg                                | 23  | Strongman-Wettkampf in Gunzenhausen                    | 52                       |    |
| Kolumne: Der „Dritte Ort“                             | 24  | ENSoXX hilft!  | 56                       |    |
| Literarischer Spaziergang                             | 26  | Heino und Monika Martin in der Stadthalle              | 60                       |    |
| Freundschaftsbänke                                    | 26  | Altmühlsee Festspiele                                  | 61                       |    |
| Frühlingserwachen im Camp                             | 28  | Opalausstellung und Handwerkskunst in Großbreitenbronn | 62                       |    |
| Poesie von Brigitte Wich                              | 28  | Impressum  | 63                       |    |
| KunstMuseum Donau-Ries                                | 30  |  |                          |    |
| Sport- und Fitnesskultur im speedfitness Gunzenhausen | 36  |  |                          |    |

Museen – aber anders!

## WEISSENBURGS REISE IN DIE ZEIT

Die Museen öffnen nach der Winterpause – mit vielen neuen Programmpunkten über das ganze Jahr. Zum Weltfrauentag gibt es Einblicke in das Leben der Frauen im Römischen Reich. An Ostern werden Eier auf dem Kastellgelände versteckt. Ferienaktionen laden zum Basteln und Entdecken der römischen Götterwelt ein. Ab Ende April zeigt eine Sonderausstellung ein Massengrab aus Nordmazedonien und damit die dunkle Seite der Römerzeit. Die Vorträge der Reihe „Heritage Hopping“ stellen weitere UNESCO-Welterbestätten vor. Beim Altstadtfest im Juli wird Geschichte mit römischen Soldaten lebendig. Im Herbst sorgt die neue Schauspielführung „Schliekohl“ für besondere Einblicke ins RömerMuseum. Wer Lust auf Geschichte hat, schaut am besten mal auf [www.museen-weissenburg.de](http://www.museen-weissenburg.de). [ga]



MUSEUM?  
ICH LIEB'S!



JAHRES  
PROGRAMM  
2026

[museen-weissenburg.de](http://museen-weissenburg.de)

Interview mit Erik Scheffel

## NATURNAH, FAMILIÄR, IDYLLISCH – DAS HEIMSPIEL

**Vor der spektakulären Kulisse des Weißenburger Bergwaldtheaters wird in Kürze wieder die Open-Air-Saison eröffnet: Vom 14. bis 16. Mai sorgt das chillige Heimspiel Festival für Musik, Lebensfreude und unvergessliche Momente zwischen den Bäumen und Felsen des aufgelassenen Steinbruchs. Mit Organisator Erik Scheffel von ES Events haben wir vorab über Neuerungen, Altbekanntes und natürlich das starke Line-up gesprochen.**

**GUM: Das Heimspiel steht heuer, laut Instagram, unter dem Motto „back to the roots“. Was bedeutet das?**

**Erik:** 2026 übernimmt die Veranstaltung des Festivals wieder die Stadt Weissenburg zusammen mit ES Events. So war es auch in den ersten sieben Jahren, das verweist also auf den Ursprung des Babys. Die Wurzeln reichen bis ins Jahr 2010 zurück, in welchem das erste Open-Air stattfand.

**GUM: Welche Neuerungen führst du als „neuer alter“ Verantwortlicher ein?**

**Erik:** Bis jetzt ist das Heimspiel, abgesehen von einer Zwei-Tage-Variante im Jahr 2018, immer ein eintägiges Festival gewesen. Nun erstreckt es sich über drei Tage, von Donnerstag bis Samstag, und wir haben auf dem Gelände des Freibads erneut eine riesige Camping-Area inklusive kleiner Bühne. Mit Rock, Reggae, Soul, Pop, Musik für Kinder etc. wollen wir das Programm noch breiter fächern. Besonders wichtig ist uns die Förderung von Inklusion. Gemeinsam mit dem Spalter Lautsprecher e.V. – einem Netzwerk für inklusive Musikprojekte – und dem Weißenburger Inklusionsbeirat haben wir ein Konzept entwickelt, um Rollstuhlfahrern und allen anderen



Menschen mit Handicap den Besuch des Bergwaldtheaters zu erleichtern. Jeder soll bei uns dasselbe erleben können. Außerdem wird es einen tollen Wellness-Bereich geben: mit Sauna, Hot Tub, Massagen, Yoga, Atemworkshops... Und wir veranstalten einen Bandcontest. Alle regionalen Bands sind hiermit aufgerufen, sich bis 14. April unter [info@heimspielfestival.de](mailto:info@heimspielfestival.de) bei uns zu

bewerben! Ansonsten wollen wir das Festival möglichst so lassen, wie es ist: ein wunderschönes Event an einer beeindruckenden Location.

**GUM: Bei welcher Band freust du dich am meisten, dass du sie für einen Auftritt gewinnen konntest?**

**Erik:** Ich freue mich auf alle, aber mein persönlicher inoffizieller Headliner ist die

achtköpfige niederländische Combo The Magic Mumble Jumble. Die sind super tanzbar und immer gut drauf. Mit denen kann man einfach die Liebe feiern. (strahlt) Grandios finde ich natürlich, dass wir die H-Blockx buchen konnten. Die spielen heuer bei Rock im Park und ich hatte erst nicht gedacht, dass ich die bekomme. Im März veröffentlichen sie ein neues Album – tatsächlich bringen ganz

# SUPPORT

# YOUR LOCALS!



Mehr entdecken:  
[www.ingunzenhausen.de](http://www.ingunzenhausen.de)  
[www.altmuehlfranken-gutschein.de](http://www.altmuehlfranken-gutschein.de)

viele unserer Bands derzeit eine Platte raus. Somit bleibt es musikalisch interessant. Ultrastolz bin ich zudem auf die Verpflichtung von Rian. Sein Album „Blumendisko“ steht in den österreichischen und deutschen Charts und seine aktuelle Tour ist fast komplett ausverkauft. Klassiker wie Montreal und Jamaram vervollständigen das Ganze. Hach, ich bin wirklich froh über alle Bands, das ist der perfekte Mix für Festivalstimmung!

**GUM: Was fällt denn eher in die Rubrik „Geheimtipps, die wir auf keinen Fall verpassen sollten“?**

**Erik:** Wir haben auf unseren Bühnen viele spannende Newcomer, die in Kürze so richtig durchstarten könnten. Darunter die Indie-Pop-Bands Falschgeld, Nervling und Rosmarin, die Punker von Jack Pott und das Straßenmusiker-Duo Lina Bó. Und nicht zu vergessen Chapo102, das Mastermind hinter den 102 Boyz. Er hat schon mit Nina Chuba, Clueso, Herbert Grönemeyer etc. gearbeitet und ebenfalls eine brandneue Platte im Gepäck.

**GUM: Wie familienfreundlich ist das Heimspiel?**

**Erik:** Es ist sehr familienfreundlich! Diverse Programmpunkte richten sich speziell an die Kleinsten, zum Beispiel Nikis Kindermusik. Einer der beliebtesten Songs von Niki ist das Zahnputzlied „Schrubbi Doo“. Dahinter verbirgt sich Dominik Haas, besser bekannt als der Reggae-Künstler Jahcoustix, der auch gemeinsam mit Jamaram auftreten wird. Darüber hinaus ist Tim Mohr fürs Kinderrohr mit am Start. Das Team der Traumburg für Weltentdecker bietet Kinderschminken und vieles mehr an. Allgemein dürfte dem jugendlichen Publikum vor allem das Line-up am Freitag gefallen – dann entern Rian, MilleniumKid, ALC etc. die Bühne. Ein guter Deal ist unser Family Ticket für zwei Erwachsene und zwei Kids. Genau wie die anderen Karten kann man es am entspanntesten online erwerben.

**GUM: Erzähl uns, was vom 14. bis 16. Mai sonst noch auf die Gäste wartet.**

**Erik:** Es wird wieder zwei Hauptbühnen bzw. -bereiche geben, einmal unter und einmal über dem Theater. Eine DJ-Area, eine Straßenmusikbühne und Marktbuden runden das Ding ab. Für leckeres Essen und coole Drinks sorgen eine ausgedehnte Foodtruck-Meile und der Waldbiergarten.

**GUM: Die Atmosphäre lebt nicht zuletzt von der besonderen Kulisse des Bergwaldtheaters. Wie ist die Location ins Gesamtkonzept des Festivals eingebunden?**

**Erik:** Lianen wären geil – oder so eine Flyline wie im Enderndorfer Wald... Eigentlich steht die naturnahe Kulisse jedoch für sich und muss nicht extra eingebunden werden. Wer will, kann sich ja gerne als Elfe verkleiden. (grinst)

**GUM: Danke fürs Appetitmachen! Wir freuen uns schon auf das Heimspiel Festival und wünschen allen Beteiligten ein unbeschwertes Event mit ganz viel Love & Peace!**

[kh]

## 3 Full Weekend Tickets gewinnen!

Auf ins Weißenburger Bergwaldtheater! Gemeinsam mit ES Events verlosen wir 3 x 1 Eintrittskarte für das Heimspiel Festival! Wer die besondere Open-Air-Stimmung mitten in der Natur genießen möchte, sendet uns bis zum 17. April 2026, 12:00 Uhr, eine E-Mail mit dem Stichwort „HEIMSPIEL“ an:

[gewinnspiel@gun-magazin.de](mailto:gewinnspiel@gun-magazin.de)

*Die Teilnahme ist kostenlos. Jede Person kann pro Gewinnspiel nur einmal gewinnen. Eine Barauszahlung der Gewinne ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme erklären die Teilnehmer, dass sie unsere Datenschutzerklärung gelesen und akzeptiert haben. Diese ist unter <https://korridor.co/datenschutz> zu finden.*



## ÜBER ERIK SCHEFFEL

Erik organisiert mit seiner Agentur ES Events bereits seit knapp 30 Jahren Veranstaltungen im Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen. Daneben ist er als Musiklehrer an der Stephani-Schule Gunzenhausen, an der Sing- und Musikschule Weißenburg sowie beim Blasorchester Georgensgmünd tätig. Außerdem spielt er als Musiker in etlichen Bands in der Region und im Raum Deutschland, Österreich, Schweiz.

[heimspielfestival.de](http://heimspielfestival.de)



**BERGWALDTHEATER**  
WEIßENBURG



**HEIMSPIEL-FESTIVAL** 14.05 – 16.05.26

**BAYERN 1 DISCO** 29.05.26

**TÄGLICH GRÜSST DAS MURMELTIER** 12./19.06.26

**PIPI IM TAKA-TUKA-LAND** 21.06./16.07.26

**INGO APPELT** 25.06.26

**VIVA VOCE** 26.06.26

**KLASSIK OPEN AIR** 04.07.26

**KAGE ELLINGEN** 10./11./12.07.26

**EMIL UND DIE DETEKTIVE** 18.07./01.08.26

**DER BRANDNER KASPAR** 25.07.26

**WALDBADEN MIT LA BRASS BANDA,  
OIMARA & DIS M** 08.08.26

**INFO UND KARTENVERKAUF:**

Kulturamt Weissenburg  
Telefon: 09141/907-330  
www.bergwaldtheater.de



*Bergwaldtheater-Saison 2026*

## **BÄUME, BEATS UND BÜHNEN- ZAUBER**

**Der Terminkalender des Weissenburger Bergwaldtheaters verspricht wieder Musik und Theaterklassiker satt auf einer der schönsten Naturbühnen Deutschlands.**

Eröffnet wird die Saison vom chilligen Heimspiel Festival, doch auch die Disco-Nacht mit Bayern1-DJ „Kauli“, die A-cappella-Künstler von Viva Voce, die Nürnberger Symphoniker und das Waldbaden mit LaBrassBanda lassen die Noten und die Besucher unter freiem Himmel tanzen. Wenn der Sommer heuer für Gänsehaut sorgt, dann garantiert nicht wegen der Temperaturen, sondern dank dieses hochkarätigen Soundprogramms.

Und damit nicht genug: Vier kultige Theaterstücke („Und täglich grüßt das Murmeltier“, „Pippi im Taka-Tuka-Land“, „Emil und die Detektive“ und natürlich der nicht mehr aus dem Bergwaldtheater wegzudenkende „Brandner Kaspar“) begeistern alle Schauspielfans, die KaGe Ellingen begibt sich mit Mary Poppins und dem Publikum auf Musical-reise und Comedian Ingo Appelt zielt geradeaus auf die Lachmuskeln. Alles in allem also beste Unterhaltung für Groß und Klein – und das mitten in einer so imposanten wie lauschigen Kulisse. [kh]



Anzeige

## VOM LANDLEBEN UND LOSLASSEN

**Am 13. Mai 2026 um 19:30 Uhr stellt Martina Bogdahn in der Stadt- und Schulbücherei Gunzenhausen ihren zweiten Roman „Mirabellentage“ vor.**

Sie ist wieder da! Martina Bogdahns erste Lesung in Gunzenhausen vor anderthalb Jahren war binnen kürzester Zeit ausverkauft. Auch damals wurde das Event gemeinsam von der Buchhandlung Fischer und der Stadt- und Schulbücherei organisiert, und die Resonanz dürfte heuer ähnlich überwältigend sein: Bogdahn hat ein neues Buch geschrieben – und es spielt, wie schon ihr überaus erfolgreiches Debüt „Mühlensommer“, im fiktiven Örtchen Blumfeld.

Dahinter verbirgt sich, wie alle hiesigen „Mühlensommer“-Fans natürlich längst wissen, die Marktgemeinde Pleinfeld am Großen Brombachsee, wo Bogdahn auf einem Bauernhof samt Mühle aufgewachsen ist (freilich noch ohne See nebenan). Heute lebt die gebürtige Weißburgerin als Autorin und Fotografin in München und lässt ihr literarisches Herzblut ganz ins Thema der Heimatfindung fließen. Die „Mirabellentage“ in der mittelfränkischen Provinz oszillieren nämlich abermals zwischen Vergangenheit und Gegenwart, Freiheit und Verpflichtung, Abschied und Neuanfang.

Martina Bogdahn ist eine gefühlvolle Erzählerin, die dennoch nichts romantisiert und wahrscheinlich genau deshalb so authentisch überkommt. Bei ihren Lesungen hat sie entsprechend wenig Berührungssängste und spannt gerne mal das Publikum ein, um ihren Figuren eine besonders überzeugende Stimme zu geben. Am 13. Mai in Gunzenhausen dürfte das kaum anders verlaufen... Karten sind in der Buchhandlung Fischer und in der Stadt- und Schulbücherei erhältlich – und wir wagen mal zu behaupten: Schnell sein lohnt sich!

[kh]





## KURSPROGRAMM

Unser Programm wird verstärkt digital über Instagram und Facebook präsentiert, ist aber weiterhin in Printmedien vertreten. Eine Auswahl neuer Kurse erscheint regelmäßig im GUNZENHAUSEN UNDERGROUND Magazin. Flyer liegen u.a. in Stadtbücherei, Buchhandlung Fischer, Buchhandlung am Färberturm, Hanselmann, Raiffeisenbank, Sparkasse, Glaser, Foto Atelier Braun, Der Käsladen, Altmühl-Bote, Bäckerei Kleeberger, Café Lebenskunst und Movieworld aus. Auch auf Wochenmärkten und in weiteren Medien sind wir präsent. Alle Kurse mit Infos und Anmeldung finden Sie auf unserer Website. Vielen Dank für Ihr Vertrauen – wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

Ihre vhs Gunzenhausen e.V.

Alle Kurse und  
Informationen auf  
unserer Website



vhs-gunzenhausen.de

## VORTRÄGE – GESELLSCHAFT, POLITIK

### Der globale Kampf um Rohstoffe

Referent: Georg Escher, 23.04.2026

### Ukraine: Geopolitisches Opfer der Jahrhunderte

Referentin: Martina Baues, 08.05.2026

### Geheimnisvolle Unterwelt – Bergbau- geschichte im südlichen Mittelfranken

Referent: Arthur Rosenbauer, 06.06.2026

### USA: Demokratie im Umbruch

Referentin: Martina Baues, 12.06.2026

## JUNGE VHS

### Tanzkurs für Kinder „Ritmo Spaß“

Leitung: Olga Zhukova, 09.05.2026

### Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen von 7 bis 10 Jahren

Leitung: Bea Mayerhoffer, 20.06.2026

### 1,2,3-Zauberei für Kinder von 6 bis 12 Jahren – Anfänger/-innen

Leitung: Markus Kirschner, Anfänger 27.06. |  
08.08.2026, Fortgeschrittene 11.07. | 12.09.2026

## KULTUR UND GESTALTEN

### Drechselkurs für Einsteiger

Leitung: Stefan Moshhammer, 25.04. | 23.05. |  
13.06. | 18.07. | 05.09.2026

### Grundlagen der Flandrischen Spitze / Schmuck aus Edlestahldraht – Klöppelkurs

Leitung: Birgit Härtel, 06.06.2026

### Art Textur und Struktur

Leitung: Tamara Wagler, 20.04. | 08.06.2026



## KOCHKURSE

### **Käsekuchen – Der Klassiker und leckere Variationen**

Leitung: Monika Haspel, 15.04.2026

### **Wir kreieren ein Wildkräuter Menü**

Leitung: Claudia Hülstrunk, 16.05.2026

### **Backkurs – Brot aus dem traditionellen Holzofen**

Leitung: Lilly Engelhard, 19.06.2026



### **Bonjour Provence – Provenzalische Küche – vollwertig**

Leitung: Margit Eckert, 19.06.2026

### **Kulinarische Indienreise**

Leitung: Margit Eckert, 03.07.2026

### **Single-Küche vollwertig**

Leitung: Margit Eckert, 18.07.2026



## SPRACHEN

### **Spanisch – Niveaustufen A1 bis A2**

Leitung: Xenia Blümke, Beginn 23.03.2026

### **Französisch – Niveaustufen A2 bis B2**

Leitung: Catherine Singer, Beginn 13.04.2026

### **Englisch – Niveaustufen A1 bis B2**

Leitung Catherine Singer / Erika Kneißl, Beginn 16.04.2026

### **Italienisch – Niveaustufen A1 bis B2**

Leitung: Susanne Lehner, Beginn 27.04.2026

### **Deutsch als Fremdsprache – Mittelstufe B1.3**

Leitung: Josefine Guckenberger, 11.06.2026

### **Englisch – Einfach reden!**

Leitung: Margit Mehring, 11.06.2026

## ONLINE

### **Englisch – A1 Repetition + A1 Conversation**

Leitung: Saskia Weniger, 30.03.2026

### **Französisch – A 2.3**

Leitung: Catherine Singer, 14.04.2026

### **Kiefer-Balance**

Leitung: Martina Licht, 04.05. | 20.07. | 19.10. | 07.12.2026



## ENTSPANNUNG, WOHLBEFINDEN

### Hatha-Yoga – In der Ruhe liegt die Kraft

Leitung: Margit Bischoff, 16.04.2026

### Qigong – Ganzkörperworkout

Leitung: Teddy Reed, 27.04.2026

### Klangschalen-Abend

Leitung: Angela Dangel, 18.04. | 23.05. | 27.06. | 18.07.2026

### Meditation für Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene

Leitung: Ute Vieting, 08.06.2026

### Reiki

Leitung: Anja Kleffner, 04.07.2026

## AUSSTELLUNGEN

### Ausstellung „Abenteuer Farbe“

Künstler: Michael Lange, 13.04.–22.05.2026,  
Vernissage: 24.04.2026

### Ausstellung „Im Blauen“

Künstlerin: Lea Höhn, 08.06.–31.07.2026,  
Vernissage: 09.06.2026

## VERBRAUCHERBILDUNG

### Auto Basics

Leitung: Stefanie Schwarz, für jede(n) 10.04.2026  
| für Frauen 11.04.2026

## BEWEGUNG UND FITNESS

### barre concept®

Leitung: Andrea Habicht, 14.04. | 17.04.2026

### Zumba Fitness

Leitung: Mariana Popa, 15.04.2026

### Bodyworkout

Leitung: Mirjam Haundel, 15.04.2026

### Piloxing SSP®

Leitung: Sabine Ballak, 20.04.2026

### Pilates

Leitung: Alexandra Siebentritt, 30.04. | 08.05.2026



## STUDIENREISEN

### vhs-Jahresfahrt 2026 nach Regensburg

Leitung: Gerhard Postler, 09.05.2026

### Altmühlsee-Schiffahrt für Seniorinnen und Senioren auf der MS Altmühlsee „Betty“

Leitung: Gerhard Postler, 10.06.2026

## FÜHRUNGEN

### **Führung im unterirdischen atombombensicheren Hilfskrankenhaus**

Leitung: Elke Hartung, 06.04. | 14.04.2026

### **Backstufenführungen**

Leitung: Alexander Herzog in der Bäckerei Herzog, 27.04.2026

Leitung: Udo Kleeberger in der Bäckerei Kleeberger, 12.05.2026

### **Geheimnis Uhlberg – Wissenschaftliche Wanderung im Reich der „Weißen Frau“**

Leitung: Arthur Rosenbauer, 27.09.2026

## TANZ UND MUSIK

### **Singen ist gesund!**

Leitung: Erika Baumann, 14.04.2026

### **Line Dance – Fortgeschrittene**

Leitung: Tanja Reichelt-Lutz, Beginn 25.03. + 26.03.2026

### **Tango-Abend**

Leitung: Martina Widuch, wöchentlich ab 07.04.2026

### **Kreistänze**

Leitung: Veronika Weber, 10.06.2026

## BERUFLICHE BILDUNG

### **Mein eigenes Fotobuch gestalten**

Leitung: Julia Braun, 27.04. | 15.06.2026

### **ChatGPT im privaten Alltag**

Leitung: Heike Schüller, 02.06. | 17.06. | 08.07.2026

## BILDUNG FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG

### **Ökologische Wiesenpflege mit der Sense**

Leitung: Werner Kleemann, 27.06.2026

### **Schluss mit Aufschieben – Dein nächstes Jahr, deine Richtung, deine Ziele**

Leitung: Stefan Rohleder, 07.04.2026

### **Wildkräuter stärken unser Mikrobiom und unser Immunsystem**

Leitung: Claudia Hülstrunk, 26.04.2026

### **Die Sprache der Pflanzen lernen – Wildkräuterspaziergang**

Leitung: Claudia Hülstrunk, 28.06.2026





*Interview mit Gerd Meyer*

## **WENN DIE HOFFNUNG EIN MAULBEERBAUM IST**

**Menschen, die ihre Berufung gefunden haben, können meist mit ansteckender Begeisterung davon erzählen. Gärtnermeister Gerd Meyer, Inhaber der Baumschule „Botanik in Weißenburg“, ist so ein Mensch. Während er über seine Kulturpflanzen – allen voran die Maulbeere – redet, möchte man als Zuhörer am liebsten einen Garten anlegen. Wir trafen den Freigeist, der alles über Obstgehölze weiß und sich für den Erhalt von Flora und Fauna engagiert, zu einem lehrreichen Gespräch.**

**GUM:** **Wir kannten sie bislang ja vor allem im Kontext von Seidenstraße und Seidenraupe – wie bist du auf die Maulbeere gekommen?**

**Gerd:** Als ich mich vor 15 Jahren selbstständig machte, brauchte ich ein Sortiment, mit dem ich mich von Aldi, Norma und Lidl – den Baumschulen der Zukunft – abheben konnte. Herbert Kolb, ein ehemaliger Förster, der viel im asiatischen Raum unterwegs ist, brachte mir aus Kasachstan die Zweige einer Maulbeere mit. Er bat mich, sie zu vermehren, und der Wow-Effekt war enorm, denn es handelte sich um eine großfruchtende Art. Das kannte ich so nicht und ich sah den Mehrwert jenseits der typischen Heckenpflanzungen. Herbert versorgte mich dann mit weiteren Zweigen von seinen Reisen und ich begann, mich intensiver mit dem Thema zu beschäftigen. In manchen Ländern außerhalb Europas würden die Leute eher ihr letztes Hemd hergeben als den Maulbeerbaum im Garten, da er Mensch und Tier ernähren kann. In Taschkent verwenden sie statt Tellern Maulbeerblätter, die gleich mitverspeist werden. In China wird *Morus alba*, die Weiße Maulbeere, seit Ewigkeiten heilmedizi-

nisch genutzt und auch die Römer und die Kelten haben die Pflanze aus gesundheitlichen Gründen kultiviert. Ich recherchierte viel, hinterfragte alles, was ich über Maulbeeren wusste, sammelte und zog unzählige Arten und Sorten – und irgendwann kam die ganze Welt zu mir. (lacht)

**GUM: Warum gilt der Maulbeerbaum als ein Gewinner des Klimawandels?**

**Gerd:** Maulbeergewächse sind Millionen Jahre alt. Die Pflanze hatte also viel Zeit, sich an sämtliche Rahmenbedingungen anzupassen. Ihr großer Vorteil ist, dass sie als Herzwurzler über ein sehr komplexes und aktives Wurzelwerk verfügt, das gelassen auf Trockenheit reagiert und nicht bewässert werden muss. Die einzelnen Arten unterscheiden sich jedoch stark und unsere Rolle ist es, herauszufinden, welche wir wie nutzbar machen können. Die In-vitro-Maulbeeren aus Massenproduktion sind allerdings keine Klimagewinner

mehr. Solche Pflanzen aus der so genannten Meristemvermehrung werden nachher mit Hitze, Trockenheit und Spätfrost viel schlechter fertig als Sämlingspflanzen.

**GUM: Was lässt sich kulinarisch so alles mit der Maulbeere anstellen und wie schmeckt sie?**

**Gerd:** Der Geschmack der Früchte ist sorten- und artenabhängig und erinnert mal an eine Mischung aus Kirschen, Himbeeren und Brombeeren, mal an Honigmelonen und anderes exotisches Obst. Viele Früchte sind sehr wässrig und nicht lange haltbar. Vielleicht stammt daher ja ihr Name: Sie müssen direkt in den Mund wandern, statt gelagert zu werden. Deshalb erziehe ich meine Bäume so, dass die Früchtchen auf Augenhöhe hängen und sofort genascht werden können – es sei denn, man verarbeitet sie zu Marmelade, Sirup oder Trockenobst. Das Laub schmeckt nach Stärke und die jungen Blätter lassen sich im Frühsommer wunderbar in den Salat werfen.

# BEI VERPA PASST EINFACH ALLES.

SPITZENJOBS.  
ENTWICKLUNGSSTARK.  
ZUKUNFTSSICHER.  
**KOMM ZU UNS.**  
BEWERBUNG@VERPA.DE

schau  
doch einfach  
mal rein  
**verpalin.**  
com



**Verpa**  
Folie

**VERPA FOLIE**  
GUNZENHAUSEN GMBH  
**WWW.VERPA.DE**



# Seenland-Küchen

persönlich und nah

**UNSER TEAM IST FÜR SIE DA**  
nicht nur nach der Küchenmontage, sondern auch montags

Seit  
**8 Jahren**  
Ihr kompetenter Partner,  
wenn es um  
Ihre Küche geht!



- Riesenauswahl von der Küchenzeile bis zur hochwertigen Einbauküche
- Individuelle Beratungstermine in persönlicher Atmosphäre
- Komplette Baubetreuung
- Präzise und kompetente Montage durch eigene Monteure
- Schlank in der Struktur und im Preis



Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 9.30–12.00 & 13.00–17.00 Uhr  
Samstag 9.00–12.00 Uhr  
gerne auch nach individueller Terminvereinbarung

91792 Ellingen · Pleinfelder Straße 2  
Tel.: 09141/9978828 · info@seenland-kuechen.de  
www.seenland-kuechen.de



Später wird ihre Textur stabiler und sie können als Tee getrocknet, wie Blattgemüse gedünstet oder zum Einrollen verwendet und mitgegessen werden. Ein Kumpel von mir stellt Nudeln daraus her... Manche Sorten haben sehr proteinhaltiges Laub und sind beliebt als Tierfuttermittel. Die Maulbeere ist äußerst vielseitig und eine unserer meistverkauften, besonders hitzeverträglichen Auslesen namens „Hope“ spielt genau darauf an: Ein Kameramann des Bayerischen Rundfunks freute sich bei uns so sehr, endlich mal positive Nachrichten zeigen zu dürfen, dass er den Namen „Hoffnung“ für die bis dahin unbenannte Sorte vorschlug.

**GUM: Freunde von uns sind letztes Jahr extra von Erding nach Weißenburg gefahren, um bei dir Maulbeeren zu erwerben. Wie weit reicht das Einzugsgebiet deiner Baumschule und welchen Rat suchen die Kunden am häufigsten?**

**Gerd:** Die meisten interessieren sich für die Fruchtbildung. Ältere Kunden wollen Maulbeeren oft für ihre Enkel anbauen; teils, weil sie die Bäume aus ihren Heimatländern kennen. Viele Anfragen kommen vor allem von dort, wo der Klimawandel schon länger da ist und es mit den Hitzeperioden immer kritischer wird: etwa im Breisgau oder im Osten Deutschlands. Aber auch Menschen aus Österreich, der Schweiz und Schweden melden sich bei mir. Jüngste Kontakte haben mich nach Fuerteventura geführt, wo es um eine nachhaltige Begrünung der Insel geht. Generell sind Maulbeeren wärmebedürftig. Darum raten wir unseren Kunden stets, sie nicht im Frühling oder Herbst, sondern zwischen der „Kalten Sophie“ und spätestens September rauszupflanzen. Dann wurzeln sie am besten an.

**GUM: Neben der Arbeit in deiner Obstbaumwerkerei hast du gemeinsam mit anderen Akteuren die „Essbare Landschaft“ in Weissenburg konzipiert und umgesetzt. Was genau verbirgt sich dahinter?**

**Gerd:** Die Idee ist, öffentliche Flächen ohne Aufenthaltsqualität mit Unterstützung der Bürger in Permakulturgärten zu verwandeln, deren Früchte und Wildkräuter alle ernten dürfen. Das stärkt den sozialen Zusammenhalt – nachweislich bleibt Vandalismus aus, wenn alle mitwirken – und erhält den Artenreichtum. Eine von dem Obstexperten Sigi Tatschl initiierte „Essbare Gemeinde“ in Österreich diente mir als Modell. Für das Projekt musste ich mehrere Jahre kämpfen und hartnäckig in der Verwaltung nachfragen. Sigi, der inzwischen ein guter Familienfreund ist, stieß als Planer hinzu und 2020 erhielten wir endlich eine Fläche im Stadtgraben. An zwei Pflanztagen mit Privatpersonen, Verbänden, Stadträten und Betrieben wurde hier in meiner Heimat Großes geschaffen, und zwar im Miteinander. Aufwand und Kosten waren gering, es finden viele Gratisführungen durch die Anlage statt und die Ausbildung von Naturvermittlern, die dort Workshops anbieten, ist in Planung. Außerdem wollen wir künftig zweimal im Jahr eine Aktion organisieren: einen Pflegedurchgang im Frühjahr und ein Fest der Obstvielfalt im September. Jede „Essbare Landschaft“ hat übrigens eine Leitfrucht, wie zum Beispiel

die Kirsche oder eine Nuss. Unsere Leitfrucht ist die Maulbeere. Das schafft nicht zuletzt Mehrwert für den Tourismus.

**GUM: Du hilfst Kommunen allgemein bei der Gestaltung klimagerechter und zeitgemäßer Grünflächen. Worauf kommt es dabei an?**

**Gerd:** Das Grundproblem ist, dass es bei öffentlichem Grün oft so eine eingetrichterte Erwartungshaltung gibt. Es fehlt das Verständnis, dass alles erst wachsen muss und nicht fertig in die Landschaft gesetzt werden kann. Viele Kommunen bauen zu sehr auf architektonisches Denken, welches allerdings nichts damit zu tun hat, wie Natur sich entwickelt. Die Energie liegt in der Wurzel: Was direkt vor Ort „erwachsen“ werden darf, muss nicht gegossen und gedüngt werden und ist im Gegensatz zu den Gestellbäumen wirklich CO2-neutral. Der Forstwissenschaftler Andreas Roloff hat gezeigt, dass ein kleiner Sämling bereits nach fünf bis sieben Jahren den teuren verschulten Baum größtmäßig überholt. Und das Ganze eben artgerechter, nachhaltiger und preiswerter. Eingreifen und modellieren kann man hinterher, wenn die Natur sich erst mal etabliert hat, immer noch.

**GUM: Danke, dass du uns die uralte Kulturpflanze Maulbeere und dein ökologisches Engagement so anschaulich vorgestellt hast!**

[kh]



## ÜBER GERD MEYER

Der Weissenburger Gärtner und Maulbeeren-Experte, der schon die Aufmerksamkeit vieler Medienleute auf sich gezogen hat, macht aus der Not eine Tugend: Ängsten vor einer düsteren Zukunft begegnet er, indem er im Hier und Jetzt handelt, mit Pflanzen und der Natur arbeitet und sein Wissen vermittelt. Hätte er zu einer anderen Zeit und an einem anderen Ort gelebt, so wäre er nach eigenen Angaben wohl ein südamerikanischer Schamane gewesen. Als seine zentralen Werte bezeichnet er „Taten statt Worte“ und vor allem „Mensch sein“.

[www.botanik-wug.de](http://www.botanik-wug.de)



Interview mit Katja Mangold (Waldgeister Dornstadt e.V.)

## WUDZDOG – 25 YEARS OF PEACE & MUSIC

**Vom 4. bis 7. Juni mutiert das Dörfchen Dornstadt im Landkreis Donau-Ries wieder zur „Freak City“: Zum inzwischen 25. Mal findet dort heuer das Wudzdog Open Air statt. Die viertägige Alltagsauszeit feiert den Spirit von Woodstock und lockt jährlich auch Gunzenhäuser Musikfans, Blumenkinder und Lebenskünstler in den Ortsteil von Auhausen. Wir haben uns zum großen Jubiläum mit Katja Mangold von den „Waldgeistern“ – den Veranstaltern des Festivals – unterhalten.**

**GUM: Der Name eures Festivals erinnert nicht zufällig an ein legendäres Vorbild. Wie viel Woodstock steckt im Wudzdog?**

**Katja:** Tatsächlich hatten wir einige Zeit exakt dieselbe Schreibweise. Erst 2013 haben wir das Festival aus namensrechtlichen Gründen und zum Schutz unserer Marke unbenannt. Aber das Flair von Woodstock steckt natürlich weiterhin in der Musik – dieses Jahr kommen zum Beispiel, wie schon beim zehnjährigen Jubiläum, die Woodstock-Veteranen Ten Years After zu uns. Und das passende Feeling entsteht nicht zuletzt durch unsere Bauten. Da wird alles selbstgemacht, jede Bude, jedes Brett, jeder Zaun ist Handarbeit. Wir sägen, schleifen, malen... Das farbenfrohe und liebevoll dekorierte Gelände mit seiner Holzoptik trägt sehr viel zum Woodstock-Charme bei.

**GUM: Was hat es mit der „Freak City“ auf sich?**

**Katja:** Wenn an der Ortstafel von Dornstadt wieder „Welcome to Freak City!“ steht, dann

soll das ein Aufruf sein: Du darfst bei uns so sein, wie du sein möchtest. Ob konservativ oder alternativ, du wirst nicht beurteilt, solange du ein netter Mensch bist. Unser Verein lebt dieses unausgesprochene Gesetz vor. Wir sind ein bunter Haufen Leute aus allen Alters- und Gesellschaftsschichten, teils tief im Ries verwurzelt, teils überall in der Welt unterwegs. Diese Selbstverständlichkeit überträgt sich auf unsere Gäste: Es tanzen 16-Jährige mit 60-Jährigen, Hippies trinken ein Bier mit Führungskräften, die Busse auf dem Campingplatz sind so individuell und schön wie nirgendwo sonst. Come as you are! Besonders toll ist, dass unser Publikum auch in puncto Sauberkeit vorbildlich zusammenhält und wir kein Müllpfand mehr verlangen müssen.

**GUM: Bei dem angesprochenen Verein handelt es sich um den Waldgeister Dornstadt e.V. Wann und wie kam diese treibende Kraft hinter dem Event zustande und was macht ihr außerhalb der Wudzdog-Zeit?**



**Katja:** Ins Leben gerufen wurde der Verein am 26. November 2000 von circa 20 Gründungsmitgliedern sowie den drei Vorständen Günther Wager, besser bekannt als Bommel, Stephan Meier und Klaus Michl, genannt Euka. 2017 bis 2019 war Andreas Heller Vorstand, ab 2021 fand ein fließender Wechsel im Team statt und seit 2022 leiten Johannes Rieder, Moritz Eigner und ich den Verein. Die Gründer unterstützen uns nach wie vor mit Rat und Tat. Wir haben allerdings den Workflow umgebaut, manches modernisiert und

## PROGRAMM IN DER STADTHALLE GUNZENHAUSEN



### April

22.04. Tanznachmittag

23.04. Heino

25.04. Was war und was wird

26.04. Apollon Musagète Streichquartett

### Mai

03.05. Sebastian Reich & Amanda

13.05. Tanznachmittag

16.05. Monika Martin

17.05. Wiener Melange & mehr

### Juni

10.06. Tanznachmittag

Info und Tickets unter  
[www.stadthalle-gunzenhausen.de](http://www.stadthalle-gunzenhausen.de)



So erreichen Sie uns:  
Tel.: 09831 508 340  
Mail: [stadthalle@gunzenhausen.de](mailto:stadthalle@gunzenhausen.de)  
Instagram: @stadt.gunzenhausen

vieles digitalisiert. Das erleichtert unsere Kommunikation, denn wir leben verstreut auf mehrere Städte in Bayern und Baden-Württemberg. Deshalb konnten wir bislang keine weiteren Veranstaltungen stemmen – es hat einfach eine Weile gebraucht, bis wir solide aufgestellt waren. Andere Events sind jedoch angedacht. Wichtig zu erwähnen ist, dass das ganze Ding auf ehrenamtlichem Engagement fußt. Knapp 300 Helfer opfern ihre Freizeit, um unbezahlt und allein aus Liebe mit anzupacken. So etwas ist heutzutage nicht mehr selbstverständlich und dafür sind wir äußerst dankbar!

**GUM: Ihr organisiert eines der „dienstältesten“ Festivals in der Region. Welche Momente sind seit dem Jahr 2000 als magisch und unvergesslich in die Geschichte eingegangen?**

**Katja:** Das erste Open Air war eine Plattenparty, bei der die DJs Bommel und Euka auflegten. Obwohl es schüttete ohne Ende, kamen um die 600 Leute! 2002 waren es bereits 2.000 Gäste, und

2009 hatten wir dann das bis dato größte Festival, mit Ten Years After, New Model Army, Guru Guru und Fiddler's Green als Headlinern. Ein besonderes Highlight für mich war das erste Wudzdog mit dem neuen Team. Es war zugleich das erste nach Corona, und da wir immer ein bisschen der Season Opener für alle Festivalgänger sind, lagen mein Vorstandskollege Johannes und ich uns heulend vor Freude in den Armen: Wir sahen, was endlich wieder möglich war, und dass wir den Leuten dieses Glücksgefühl zwischen Bier, Mucke und guten Freunden zurückgeben konnten.

**GUM: Welchen größeren Pannen und Herausforderungen habt ihr bislang getrotzt?**

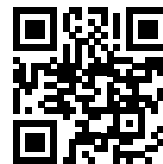
**Katja:** Das waren definitiv die Regenjahre. Nicht nur bei der Premiere, sondern auch 2013 und 2024 ist das Wudzdog komplett abgesoffen. Wobei wir 2024 auf die Erfahrungen von 2013 zurück-



## Ingenieur- und Kfz.-Sachverständigenbüro **Ladenburger & Gregor**

- Unfallanalysen, -simulation und -animation
- Schadensgutachten, Wertgutachten
- Lack- und Motorgutachten

*Ihre  
kompetenten  
Partner!*



In Gunzenhausen und Dinkelsbühl  
09851 / 55 9 77 • ladenburger.info

greifen konnten und als junges Team sehr an der Herausforderung gewachsen sind. Als wir evakuieren mussten, hat jeder ohne Zögern mitgeholfen, Seilwinden organisiert, den Markt geräumt etc. Obwohl Gäste und Team am Ende voll mit Schlamm waren, blieben alle entspannt. Die hervorragende Zusammenarbeit bestärkte uns darin, auf jeden Fall mit der Organisation weiterzumachen. 2023 benötigte leider eines unserer Teammitglieder einen Notfall-Helikopter, ansonsten gab und gibt es halt die üblichen kleineren Schwierigkeiten, bedingt durch Alkohol, Unruhestifter oder Gesundheitsprobleme. Letztes Jahr verlief aber alles so ruhig, dass ich mich fragte, ob mein Walkie-Talkie noch funktioniert. Handys würden uns nichts bringen, Empfang ist dort draußen praktisch nicht vorhanden. Publikum und Bands lieben übrigens genau das – es zwingt dazu, den Moment auf analoge Art zu genießen und nicht durch einen Bildschirm hindurch.

**GUM: Im kleinen Dornstadt spielen zwischen vielen Newcomern jedes Mal stattliche Namen wie Birth Control, Fisher-Z oder Nina Hagen. Worauf achtet ihr bei der Auswahl der Musik und den Auftritt welcher Band sollten wir 2026 auf jeden Fall miterleben?**

**Katja:** Jeden, also Entschuldigung! (lacht) Wir versuchen, einen generationenübergreifenden Mix hinzubekommen: mit neuen, aufstrebenden Künstlern, die eine





## ÜBER DEN WALDGEISTER DORNSTADT E.V.

Die „Waldgeister“ sind eine große und bunte Truppe spiritueller Menschen, die Bock auf Festivalstimmung haben. Jährlich drei bis vier Wochen vor dem Wudzdog Open Air wird mit dem Aufbau begonnen; Vorstandsmitglied Katja Mangold bezeichnet diese Zeit als besten Urlaub vom Alltag und die ehrenamtliche Vereinsarbeit als Skill fürs Leben.

[wudzdog.de](http://wudzdog.de)

Instagram: [@wudzdog.openair](https://www.instagram.com/wudzdog.openair)

Bühne brauchen, und mit Klassikern, die hoffentlich noch lange auftreten können. Die Mischung reicht von tanzbar bis nachdenklich, insbesondere auf der Kleinkunstabühne. Allgemein wollen wir das breite Spektrum der alternativen Genres zusammenbringen, bei uns hört man etwa Punk, Balkan-Beats oder handgemachten Techno. Dieses Jahr heizen uns Dubioza Kolektiv vom Balkan ein und der Franzose Mezerg begeistert Electro-Fans mit seinem so genannten „Piano Boom Boom“. Ten Years After habe ich bereits erwähnt und Götz Widmann, Gankino Circus und Guru Guru dürften ebenfalls jedem ein Begriff sein. Leif de Leeuw und seine Band spielen Bluesrock, Fayan rappt, die Gruppe Karl-Marx-Stadt sorgt für beste Laune – und, und, und...

**GUM: Das Wudzdog-Gelände gilt als besonders familienfreundlich. Was ist diesmal für Kids und Teenager geboten?**

**Katja:** Bis zum Alter von 16 Jahren bedarf es bei uns keines Tickets. Am Sonntag, an dem der Zugang zum Gelände traditionell für jeden kostenlos ist, haben wir wieder ein eigenes Kinderprogramm mit Musik, Workshops und Spielen. Ein weiteres Highlight für den Nachwuchs ist die Feuershow am Abend. Tagsüber lohnt sich ein Besuch des Badeweihers. Familien schätzen die friedliche und sichere Atmosphäre des Festivals, wo Kinder sich frei bewegen können. Das gehört hier einfach selbstredend dazu. Und apropos

Kinder: Ich kenne Leute, die höchstwahrscheinlich beim Wudzdog gezeugt worden sind. (lacht)

**GUM: Danke schön für das nette Gespräch, wir sind auf jeden Fall am zweiten Wochenende nach Pfingsten beim 25. Wudzdog Open Air dabei!** [kh]

**3 Tickets für das  
25. Wudzdog Open Air  
gewinnen!**

Auf zum Stöckenweiher bei Auhausen! Gemeinsam mit dem Waldgeister Dornstadt e.V. verlosen wir 3 x 1 Eintrittskarte für vier Tage Peace & Music in „Freak City“! Wer seinen inneren Hippie channeln möchte, sendet uns bis zum 21. April 2026, 12:00 Uhr, eine E-Mail mit dem Stichwort „WUDZDOG“ an:

[gewinnspiel@gun-magazin.de](mailto:gewinnspiel@gun-magazin.de)

*Die Teilnahme ist kostenlos. Jede Person kann pro Gewinnspiel nur einmal gewinnen. Eine Barauszahlung der Gewinne ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme erklären die Teilnehmer, dass sie unsere Datenschutzerklärung gelesen und akzeptiert haben. Diese ist unter <https://korridor.co/datenschutz> zu finden.*

Ein Leuchtturm in der Region

## DAS KULTURFORUM WEIßENBURG

Am Abend des 29. Januar 2026 war es soweit: Das KulturForum in Weißenburg wurde offiziell von Dr. Karl-Friedrich Ossberger und Weißenburgs Oberbürgermeister Jürgen Schröppel eröffnet und seiner Bestimmung übergeben.

Bereits im Vorfeld herrschte der ganz normale Umzugsstress. In den neu gestalteten Räumen des alten Stadthauses sollen künftig die Volkshochschule Weißenburg, der Stadtmarketingverein, das Kulturrat und die Ossberger Stiftung einen gemeinsamen Arbeitsort finden. So können Synergieeffekte genutzt und die Vernetzung weiter gestärkt werden. Die Räumlichkeiten umfassen insgesamt über 500 m<sup>2</sup> und verfügen über ausreichend Büros sowie weitere Räume für Kurse und Seminare. Zudem gibt es im Eingangsbereich ein großes Foyer, das künftig für Lesungen, Konzerte oder Ausstellungen genutzt werden kann und soll.

Als kleine Überraschung enthüllte der örtliche Künstler Roland Ottinger eine passende Skulptur, die alle dort vertretenen Bereiche und Organisationen repräsentiert. Das Kunstwerk hat der Künstler nicht nur eigens für das neu geschaffene KulturForum gestaltet, sondern zugleich persönlich gestiftet. Damit setzt er ein starkes Zeichen für die Kunstszene vor Ort.

Wir sind gespannt, was die neuen Räume für die Zukunft bringen und welche Veranstaltungen dort stattfinden werden. Sicher ist jedoch, dass ein solches Stiftungshaus etwas Besonderes darstellt und als Leuchtturmprojekt seine Strahlkraft im Landkreis entfalten wird.

[ga]



**NA, FÜHLST DU ES AUCH?**

**JA? DANN BRAUCHST DU  
UNS MEHR ALS DU DENKST!**

**ZUVERLÄSSIGE UNTERSTÜTZUNG  
FÜR JEDES HANDWERK:**

- Steuervorbereitung / Büroorganisation
- Lexware Office - Coaching
- Rechnungs- und Mahnwesen
- Grafikgestaltung und vieles mehr

**Lexware  
Office**

**Zertifizierter  
Coach**

**Zertifizierter Lexware-Coach**

- ➔ Weniger Steuerberater!
- ➔ Mehr Übersicht!
- ➔ Mehr Gewinn!



OTERLA Consulting & Backoffice  
Inh. Ulrike Bertz  
Telefon 09831/684967-0  
www.oterla.de



**Kostenloses Erstgespräch buchen** ➔

# Etnia Eyewear Culture

## Freude und Rhythmus in seiner reinsten Form.

*Eine Hommage an Form und Farbe, die  
auch für gewagte Freigeister geeignet ist.*

Brillen  
Contactlinsen

brillerie  
Göhm

Sonnenstraße 2 · 91710 Gunzenhausen · Telefon: (0 98 31) 8 88 08

*Stadtbummel – eine Kolumne von Babett Guthmann*

## DER „DRITTE ORT“

Zum Start der kleinen Stadtbummel-Serie möchte ich das sozialwissenschaftliche Konzept vom „Dritten Ort“ vorstellen. Entwickelt hat es der Soziologe und Stadtplaner Ray Oldenburg. Man kann es, ein wenig verkürzt, so darstellen: Im Leben der Menschen gibt es als Ersten Ort die eigene Wohnung oder das eigene Haus. Hier gibt es feste Bindungen an Familie, Lebensgemeinschaft, Nachbarschaft. In Arbeit oder Ausbildung, also im Zweiten Ort, finden Menschen ein Umfeld, in dem wiederkehrende Begegnungen und ein regelmäßiger Austausch stattfinden. An diesem Zweiten Ort sind wir in einen Katalog von Verhaltensregeln eingebunden, mitunter stark eingeeignet, aber auch gestützt.

Ray Oldenburg thematisierte als Stadtplaner das Bedürfnis der Menschen nach einem Dritten Ort, an dem sie sich regelmäßig aufhalten können, der Begegnung ermöglicht. Idealerweise soll es in einer Stadt oder einer Dorfgemeinschaft Dritte Orte geben, die offen für alle sind: Man kann kommen und gehen, Menschen unterschiedlicher Schichten und mit unterschiedlichem Hintergrund treffen. Es sind leicht erreichbare Orte des Austausches. In einer offenen Atmosphäre kommen Stammgäste und Leute, die nur gelegentlich vorbeischauen, zusammen. Hier kann man

sich „zu Hause“ und dazugehörig fühlen.

Bibliotheken haben sich neben ihrer Funktion als Bildungs- und Kultureinrichtung allerorten als Dritte Orte etabliert und gelten als Modellfall: ein Ort, an dem sich unterschiedlichste Menschen aller Generationen treffen, aufhalten und austauschen können. Nicht allein sein, ohne den Zwang, sich irgendwelchen Gruppeninteressen einfügen oder etwas konsumieren zu müssen.

Doch schauen wir uns weitere Orte in Gunzenhausen an, die als Dritter Ort Vergemeinschaftung und niedrigschwelligen Austausch erlauben: Ein Beispiel ist der Donnerstags-Markt. Hier sieht man viele Leute beim Einkauf, aber es gibt auch diejenigen, die da ein paar Mal auf und ab gehen, sich in kleinen Gruppen treffen und sich unterhalten. Das ist ideal und wohl nur in einer kleinen Stadt möglich: der Marktplatz als Dritter Ort.

Welcher Dritte Ort kommt für Sie persönlich in Frage? Ist es eine Lieblingsbank auf der Strecke eines Spazierwegs? Es könnte auch die Altmühl-Promenade sein, wo man mit seinem Hund Gassi geht und immer bei den gleichen Leuten auf ein Pläuschchen anhält.

Mit auch für ältere Kinder attraktiven Spielplätzen, dem Jugendtreff, dem Boule-Platz,



der Pumptrack-Anlage und dem Skatepark hat die Stadt Gunzenhausen für ganz unterschiedliche Generationen Dritte Orte geschaffen, die je nach Witterung stark frequentiert sind. In vielen Ortsteilen gibt es Gemeinschaftshäuser und Räume für Jugendtreffs.

Vereinen und von kirchlichen oder anderen Trägern organisierten Gruppen muss man sich verbindlicher anschließen, sie sind also nicht ganz so niedrigschwellige Dritte Orte. Gerade für Kinder und Jugendliche bieten sich hier wertvolle Gelegenheiten, sich außerhalb der Schule und des familiären

Umfelds zu treffen. Für die Schritte ins Erwachsenenleben ist das Zusammensein mit Gleichaltrigen wichtig und entlastend. Eine unerlässliche Erfahrung wird gemacht: mit unterschiedlichen Leuten in einer Gruppe gemeinsame Ziele verfolgen, Freunde gewinnen, aber auch mit Typen auskommen, die einem auf den ersten Blick nicht so interessant vorkommen.

Ich bin überzeugt: Es kann nicht schaden, seinen Kindern oder auch sich selbst die Verankerung in einer Gruppe und alle Formen des Austausches zu ermöglichen. Es gehören übrigens auch Konflikte und Streit in einer Gruppe dazu, da muss man durch!

Was gibt es noch für Dritte Orte in Gunzenhausen: Gemütliche Eisdielen, Cafés oder Kneipen gelten im engeren Sinn nicht als Dritte Orte, weil man da Geld ausgeben muss. Doch egal: Hier finden Leute ihren Ankerpunkt, treffen sich in Gesprächsrunden oder zum gemeinsamen Spielen.

Mein Fazit: Gunzenhausen ist recht gut bedient mit Dritten Orten, doch eine Stadtgemeinschaft sollte immer aufmerksam sein: Wo kann man solche Orte noch einladender, vielleicht auch witterungsunabhängiger gestalten? Brauchen unsere weniger sportbegeisterten Kinder und Jugendlichen noch andere Angebote für ihre Treffen mit der Peer-Group? Wie können wir der Einsamkeit im Alter begegnen?



## DIE KOLUMNISTIN BABETT

Babett Guthmann studierte Soziologie und Kommunikationswissenschaft in Hamburg und München. Sie arbeitet seit vielen Jahren – und sehr gerne – in der Stadt- und Schulbücherei Gunzenhausen. In ihrer Kolumne lädt sie zum Bummel durch das von ihr geliebte Gunzenhausen ein, lenkt den Blick auf wunderschöne Selbstverständlichkeiten, lebenswerte Orte, Merkwürdiges und Uausgesprochenes.



### 9. Literarischer Stadtspaziergang

## GESCHICHTENBUMMEL AM WELTTAG DES BUCHES

Im Halbstundentakt lesen fünf Literaturpaten an fünf Orten fünfmal einen Text vor, der zu eben jenem Ort passt. So lautet das Erfolgsrezept des beliebten und kostenlosen Events, mit dem die Gunzenhäuser KulturMacherei seit Jahren ehrenamtliche Vorleser, literaturbegeisterte Zuhörer, spannende Geschichten und normalerweise nur einem Insider-Publikum vertraute Locations zusammenbringt. Die Veranstaltung findet stets in zeitlicher Nähe zum Welttag des Buches (**23. April**) statt. Heuer fällt sie tatsächlich direkt auf dieses Datum, was die Organisatoren Ulrike Fischer und Wolfgang Eckerlein natürlich besonders freut. Los geht's um **19 Uhr**, und zwar im Gebiet rings um den neuen Jugendtreff der Stadt im ehemaligen Recyclinghof. Wer mehr über die Lesestationen und Rezitatoren erfahren möchte, klickt auf [www.diekulturmacherei.de](http://www.diekulturmacherei.de).

[kh]

Neues soziales Projekt des Seniorenbeirats

## ES DARF GERATSCHT WERDEN

**Die drei „Bänke für Alle“ auf dem Marktplatz bringen Menschen zusammen und helfen bei der Überwindung von Einsamkeit.**

Manch ein Schulhof baut auf dasselbe Prinzip: eine speziell gekennzeichnete Bank, auf die sich während der Pause Kinder setzen können, die sich ausgegrenzt fühlen und Spielgefährten suchen oder einfach jemandem zum Reden brauchen. Kontakte und Anschluss zu finden, kann eine unüberwindbare Hürde darstellen. Doch die Sitzbank signalisiert ohne viel Tamtam, dass hier jemand gern Einsamkeit gegen Begegnung tauschen und sich über ein Gespräch freuen würde.

Es war Imke Götz – Inhaberin der gleichnamigen Gesundheitspraxis in Gunzenhausen und leidenschaftliche Rednerin für Empathie und Achtsamkeit –, die das Konzept solcher Bänke dem Seniorenbeirat präsentierte und damit den Stein in der Stadt ins Rollen brachte. Oftmals sind es nämlich die älteren Mitbürger, die unter gesellschaftlicher Isolation leiden und von dem sozialen Treffpunkt „Ratschbank“ profitieren.

Deshalb sorgte der Seniorenbeirat auch dafür, dass die drei Bänke, die der Bauhof im Marktplatzbereich installiert hat, über eine bequeme Sitzhöhe und zusätzliche Armlehnen verfügen. So wird Senioren das Aufstehen erleichtert, was allerdings nicht bedeutet, dass die Sitzgelegenheiten nicht explizit für alle Menschen gedacht wären. Schließlich fördern sie den Austausch über sämtliche Altersgruppen, Sprachbarrieren und kulturellen Hintergründe hinweg. Die Bekämpfung von schmerzhafter Einsamkeit mag im Mittelpunkt stehen, aber der Lebensqualität unserer Kommune tun diese Orte zum Verweilen und „Ins-Gespräch-Kommen“ ganz allgemein gut.



Finanziert wurde das Projekt von der Stiftung Lebenshilfe Gunzenhausen und der Sparkasse Mittelfranken-Süd. Es ist, wie die Anschaffung der städtischen E-Rikscha, ein schönes Beispiel für gremien- und instanzübergreifende Zusammenarbeit zum Wohle

der Gemeinschaft. Wir als Kulturmagazin begrüßen das Zeichen für ein freundliches Miteinander ausdrücklich und hoffen, dass der öffentliche Raum noch um viele weitere niederschwellige Angebote dieser Art bereichert werden wird. [kh]

Anzeige



MOBILITÄTS- UND VERKEHRS-GMBH

**BEQUEM** fahren  
**STILVOLL** ankommen  
**KULTUR** stressfrei erleben

STADTHALLE GUNZENHAUSEN



**THEATERBUS**

bequem zu  
Kultur und  
Events

[www.gunzenhausen-mobil.de](http://www.gunzenhausen-mobil.de)

SAN-shine-CAMP

## FRÜHLINGSERWACHEN IM CAMP

Das SAN-shine-CAMP des umtriebigen SAN-aktiv-TOURS-Teams ist ganzjährig eine Anlaufstelle für Urlauber wie Einheimische. Jeden Tag ab 11 Uhr öffnet die Outdoor-Location am Kleinen Brombachsee ihre Pforten und hat von Live-Konzerten über urige Übernachtungsmöglichkeiten bis hin zu sportlicher Action für jeden Geschmack etwas dabei. Ab Ostern sind auch wieder die Rad- und Rikscha-Mietstationen am Kleinen und Großen Brombachsee besetzt. Die Initiative Brombachsee/Altmühlsee, die sich nach eigenen Angaben „mit Mut und Innovation“ für die nachhaltige Weiterentwicklung und Vernetzung im Fränkischen Seenland engagiert, lädt am 15. April zum Meet and Greet im SAN-shine-CAMP ein. Am 26. April wird im Spiel- und Eventstadel der Brombachsee-Cup im Schafkopfen ausgetragen: Eine Einschreibung ist ab 13 Uhr möglich, gespielt wird ab 14 Uhr. [kh]

Brombachsee ...  
reif für die Insel

Brombachsee-Alm und Bar geöffnet

Grillstation geöffnet

Musik in die Kanne - live  
am Lagerfeuer

Eintritt frei

immer Freitags ab 18 Uhr  
und Sonntags ab 14.30 Uhr

Infos findet Ihr auf  
[Facebook/san-shine-camp](https://www.facebook.com/san-shine-camp)

SAN-SHINE-CAMP  
BROMBACHSEE

[www.san-aktiv-tours.de](http://www.san-aktiv-tours.de)

Poesie von Brigitte Wich

## MOHNFELD

Mohn,  
rot wie ein Versprechen.  
Soweit das Auge reicht,  
rollt sich das Feld aus –  
ein flammender Teppich  
unter einem Himmel,  
der still zuschaut.

Der Fluss  
zieht seine Schleifen,  
ganz langsam,  
als hätte er alle Zeit der Welt.  
Kein Ziel.  
Nur Bewegung.

Der Wind streift durch die zarten Blüten,  
wie eine Hand durch Stoff.  
Seide in Rot

Ein Hauch,  
ein Tanz,  
eine Ballerina ohne Bühne.

Und ich?  
Ich stehe mittendrin  
und vergesse die Eile der Welt,  
von dem sanften Licht der Sonne umfassen  
als würde die Zeit in den Blüten schlafen.

Werk (rechts): „Dunkelmohn“ von Alexandra Hiltl, Acryl auf Leinen, ca. 40 x 40 cm



### Über Brigitte Wich

Die Muhrerin Brigitte Wich schreibt bereits seit vielen Jahren und beschäftigt sich in ihren Texten mit unterschiedlichen Themen und Momentaufnahmen des Lebens. Aktuell entstehen vermehrt Gedichte, über die sie sagt: „Meine Gedichte sind leise Wege zu mir selbst, Fäden aus Gedanken, die durch Stille weben.“



### Über Alexandra Hiltl

Alexandra Hiltl lebt und arbeitet in Neumarkt in der Oberpfalz. Neben den Serien „Figur“, „Landschaft“ und „Natur und Mensch“, in denen unter anderem auch das Fränkische Seenland auftaucht, zählen Blumen zu ihren künstlerischen Schwerpunkten. In ihren Werken spiegeln sich die leuchtenden Farben der Natur und die Vielfalt der Blütenwelt wider. Sie ist zudem eine feste Größe in der Galerie korridor.art, in der sie am 27. Juni 2026 erneut eine Ausstellung präsentiert.

[alexandra-hiltl.com](http://alexandra-hiltl.com)



*Interview mit Annette Steinacker-Holst*

## **KUNSTMUSEUM DONAU-RIES**

**Nur einen Katzensprung von Gunzenhausen entfernt, vorbei an Schloss Spielberg, liegt das KunstMuseum Donau-Ries mitten in Wemding. Wir haben uns für euch auf den Weg gemacht, um uns im 4.000 m<sup>2</sup> großen ehemaligen Möbelhaus umzusehen. Dabei haben wir unter anderem einige alte Bekannte entdeckt und ein interessantes Gespräch mit Gründerin und Museumsleiterin Annette Steinacker-Holst geführt.**

**GUM: Wie kam es dazu, dass die Tochter des berühmten Ernst Steinacker, der vor allem um die Gegend Spielberg und insbesondere in Gunzenhausen bekannt ist, ein so riesiges Museum in Wemding gründet und leitet?**

**Annette:** Meine Wurzeln habe ich eigentlich in Mittelfranken. Ich habe damals meinem Vater bei der Restaurierung von Schloss Spielberg geholfen und so einiges lernen können. Danach war ich ab 1998 u.a. gemeinsam mit dem ehemaligen Bürgermeister Ewald Ziegler, der Dekansfrau Ursula Kugler und Dr. Johann Schrenk an der Gründung des Klosterforums in Heidenheim beteiligt und habe selbst im Kloster gewohnt. Als die Neurestaurierung des Klosters anstand, habe ich mich nach einem anderen Ort umgesehen. Schließlich wurden mein Mann und ich im Jahr 2002 in Wemding fündig: ein großes Möbelhaus im Bauhausstil mit rund 4.000 m<sup>2</sup>. Wir kauften das Gebäude und bauten es zum öffentlichen Kunstmuseum und Veranstaltungsort um. Mein Vater, der 2008 verstarb, war zu der Zeit noch fit und hat das Museum maßgeblich mitgestaltet. Im kommenden Jahr feiern wir bereits unser 25-jähriges Bestehen.

**GUM: Eine lange Zeitspanne. Wie ging es weiter?**

**Annette:** Ab 2004 begann der Aufbau der Kunstsammlungen.

Anfangs waren es mein Vater, Ernst Steinacker, und lokale Künstler aus Wemding wie Johannes Engelhardt und Manfred Laber. Danach kamen viele weitere aus dem Umkreis, aber auch internationale Künstler hinzu. Ich bin ja selbst Malerin und arbeite seit jeher mit gehandicapten Menschen, Kindern und sogar Gefängnisinsassen. Das ganze Museum gründet auf der Idee „Kunst inmitten von Menschen“. So entstanden nach und nach das Museumsatelier, eine große Druckwerkstatt, ein s/w-Fotolabor sowie ein Performanceraum. 2009 kam die Klang-Spiel-Werkstatt mit unzähligen Instrumenten hinzu und 2010 eine Geo-Park-Ausstellung auf 400 m<sup>2</sup>. Zudem haben wir das 3-Klang-Ensemble MUSIK-LICHT-LYRIK gegründet, das in der ganzen Region Auftritte gibt und u.a. auch schon der Stadtkirche Gunzenhausen aufgetreten ist.

**GUM: Erzähl uns doch etwas mehr zu den Künstlern und Sammlungen des Museums.**



KÜCHENHAUS  
HEIDECK



**Marktplatz 8** Di – Fr: 9 – 18 Uhr  
91180 Heideck Samstag: 9 – 14 Uhr



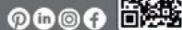


GUNZENHAUSEN UNDERGROUND Magazin  
Skulptur: Fruchtbarkeitsskulptur aus Westafrika  
Gemälde: „Kosmos“ von Annette Steinacker-Holst

# WIR SIND IHRE NR. 1 WENN ES UM IHRE TRAUMKÜCHE GEHT!



MÖBEL  
RACHINGER  
SOLNHOFEN



Industriestraße 1 | 91807 Solnhofen | [moebel-rachinger.de](http://moebel-rachinger.de)  
DI-FR 9-18 Uhr | DO 9-20 Uhr | SA 9-16 Uhr | Tel. 09145/467



**Annette:** Mittlerweile sind es um die 24 Künstlerinnen und Künstler, die in den 15 Sammlungen und weiteren Sonderausstellungen vertreten sind. In den Sammlungen sind sieben bereits verstorbene Künstler, und die meisten Werke sind Dauerleihgaben, die dauerhaft hier ausgestellt sind. Außerdem versuchen wir immer junge Talente zu fördern. Seit 2019 gibt es sogar die Künstlergruppe KUMUDORI (KUNstMUseum DONau-Rles), in der u.a. Robert Müller-Moa, Willi Halbritter oder auch Momoshi vertreten sind. Eine Ausstellung ist dieses Jahr vom 4. Oktober bis zum 29. November im Schloss Ratibor geplant. Neben der aktuellen Kunst haben wir außerdem noch eine recht große Sammlung afrikanischer Kunst sowie eine Ausstellung zum Thema „3.000 Jahre Weltgeschichte“ mit Gewändern aus allen Zeitaltern, die auf Schaufensterpuppen präsentiert werden.

**GUM:** Aber ganz ohne Unterstützung funktioniert das Ganze dann doch nicht. Wie muss man sich das Ganze vorstellen und wie trägt sich das Museum?

**Annette:** Das stimmt. Insgesamt haben wir etwa 30 Mithelfer aus den unterschiedlichsten Bereichen, die entweder im administrativen Bereich helfen oder speziell für Workshops, Ausstellungen

usw. eingesetzt werden. Ich selbst bin als Museumsleiterin ehrenamtlich tätig. Zusätzlich gibt es den Verein der Freunde des KunstMuseums Donau-Ries in Wemding, der es uns ermöglicht, Fördergelder zu beantragen, was einen großen Teil der Finanzierung darstellt. Das und die Eintritte sowie das ehrenamtliche Engagement ermöglichen den Betrieb des KunstMuseums Donau-Ries.

**GUM: Wann und vor allem für wen lohnt sich ein Besuch? Erzähl uns etwas zum kommenden Jahresprogramm. Gibt es für dich ein persönliches Highlight?**

**Annette:** Das Museum ist im Grunde das ganze Jahr geöffnet. Entweder am Sonntag von 14:30 bis 16:30 Uhr oder nach Vereinbarung. Außerdem haben wir zahlreiche Veranstaltungen, Workshops u.ä., da wir uns als aktives Haus sehen und Kunstbegegnung fördern. Bei uns findet jeder etwas Passendes,

egal ob Kunstinteressierte, Kunstschaffende, Kinder oder Rentner bis 99 plus. Unser Programm deckt sowohl Kunst als auch Literatur, Musik und Fotografie ab. Ein paar meiner Highlights sind u.a. die 3-Klang-Veranstaltung in der St.-Jakob-Kirche in Oettingen am 21. März, die Kulturfahrt am 26. April mit den Stationen Frickhinger-Anlagen, KunstMuseum Donau-Ries und Schloss Spielberg, die Sommerakademie vom 14. bis 16. August und das Musikfestival zur Interkulturellen Woche am 19. September. Und natürlich die vorhin genannte Ausstellung im Schloss Ratobor, für die die Planungen bereits laufen. Das gesamte Programm findet man auch auf unserer Website.

**GUM: Da ist richtig was geboten, sowohl im Museum als auch im Programm. Danke dir für die tollen Einblicke in ein großartiges Museum.**

[ga]



## ÜBER ANNETTE STEINACKER-HOLST

Annette begann nach einer landwirtschaftlichen Ausbildung im Allgäu und einer Ausbildung zur Keramikerin ein Studium an der Sommerakademie in Salzburg: Bildhauerei (Prof. Lüpertz), Malerei (Prof. Baschang, Prof. Mikl, Prof. Hoke) und Radierung (Simotova). Seit 1987 ist sie freischaffende Künstlerin. Im KunstMuseum Donau-Ries finden sich großformatige Bilder, Grafiken und Lichtinstallationen aus ihren verschiedenen Werkphasen. Als Künstlerin führt sie u.a. Malprojekte für Kinder, Erwachsene, Schulen und Heime durch.

[kunstmuseum-donauries.de](http://kunstmuseum-donauries.de)

Mit Intersport Steingass fit & aktiv in den Frühling



Alles für  
deinen Sport!  
RUNNING  
FITNESS  
OUTDOOR  
TEAMSPORT  
uvm.

Entdecke unsere riesige Sport- & Bademoden-Markenauswahl auf über 500 qm



LASCANA



uvm.

 Steingass

Marktplatz 2 | 91710 Gunzenhausen  
[www.modehaus-steingass.de](http://www.modehaus-steingass.de)

Interview mit Kevin Kramer

## SPORT- UND FITNESSKULTUR IM SPEEDFITNESS GUNZENHAUSEN

Mittlerweile dürfte jeder Gunzenhäuser mit dem Namen speedfitness etwas anfangen können – so aktiv ist das Fitnessstudio vor Ort, samt Kooperationen und Wohltätigkeitsaktionen. Wichtigster Akteur ist Studioleiter Kevin Kramer, den wir im Studio zum Interview getroffen haben.

**GUM:** Lass uns zum Einstieg direkt über das Studio selbst sprechen: Was zeichnet speedfitness aus und welches Angebot finden Trainierende bei euch?

**Kevin:** Unser Hauptaugenmerk liegt auf der persönlichen Betreuung. Jeder unserer Trainer besitzt neben der Trainerlizenz auch eine medizinische Fitnessstrainerlizenz. Dadurch können wir deutlich gezielter auf die individuellen Bedürfnisse und Zielsetzungen unserer Mitglieder eingehen – egal ob klassische Fitness, sportart-spezifisches Training oder Training im Umgang mit Verletzungen und in der Rehabilitation. Die meisten Kollegen arbeiten zusätzlich im physiotherapeutischen Bereich, was weiteren Mehrwert bietet. Ich selbst leite beispielsweise Aquagymnastik-Kurse. Da wir uns als Premiumanbieter sehen und etabliert haben, bieten wir selbstverständlich hochwertige Standards und Services: Fitnessgeräte von Top-Herstellern, einen eigenen Functional-Bereich inklusive Outdoor-Area, Solarium, Getränkestation, persönliche Trainerbetreuung sowie zahlreiche Kurse. All das ist in unserer aktuellen Mitgliedschaft inklusive. Zusätzlich haben wir EMS (Anm. d. Red.: Elektrische Muskelstimulation) als ergänzendes Angebot im Programm, was entweder einzeln als Mitgliedschaft gebucht werden kann oder als Kombi-Paket mit der Studiomitgliedschaft. EMS richtet sich vor allem an Menschen mit wenig Zeit, die dennoch



vergleichbare Trainingserfolge erzielen möchten. Eine 20-minütige EMS-Einheit kann ähnlich effektiv sein wie zwei- bis dreimal klassisches Training pro Woche. Jede EMS-Einheit wird individuell von einem Trainer begleitet und eignet sich auch gut zur Unterstützung bei bestimmten Verletzungen. Übrigens beschäftigen wir ausschließlich Trainer mit entsprechender Ausbildung oder Studium. Aktuell suchen wir noch jemanden für den Ausbildungsstart im Herbst.

**GUM: Der Fitnessmarkt ist ständig im Wandel. Welche Trends beobachtest du aktuell**

**und sind diese auch wirklich langlebig?**

**Kevin:** Ein großer Trend ist das gestiegene Bewusstsein für den eigenen Körper. Während früher oft klassisches „Pumpen“ und reine Körperästhetik im Vordergrund standen, achten die Menschen heute stärker auf ihre Gesundheit. Das bedeutet ausgewogene Ernährung statt Crash-Diäten, mehr Fokus auf Gelenke und Verletzungsprävention. Es geht vielen darum, sich wohlfühlen anstatt nur perfekt auszusehen. Bei uns trainieren Menschen zwischen 14 und 85 Jahren, darunter Sportler aus verschiedensten

Disziplinen und auch ältere Mitmenschen mit Rollator. Ein weiterer Trend ist Hyrox – eine Mischung aus verschiedenen bisherigen Trainingsformen wie CrossFit, konzipiert als multifunktionaler Wettkampf. Disziplinen wie Laufen, Sled Push, Skiergometer und Rudern kommen dabei zum Einsatz. Durch soziale Medien wie TikTok gewinnt das Format stark an Popularität und wird von Influencern gepusht. Wir greifen diesen Trend gerne auf und haben Hyrox in unser Kursangebot integriert.

**GUM: Wenn wir von Kultur sprechen, denken viele erst mal an Kunst und Konzerte.**



**Herzog**  
Bäckerei • Konditorei • Café

**JETZT APP  
DOWNLOADEN**

**DEINE  
VORTEILE,  
DEINE APP!!**



Anzeige

Herzog GmbH & Co. KG | Am Gewerbepark 6 | 91735 Muhr am See | 09831 88 30 77 0 | www.cafe-herzog.com

**speedfitness**

**STARTE DEINE AUSBILDUNG**

**JETZT  
BEWERBEN**

- Sport- und Gesundheits-trainer / Fitness-betriebswirt (m/w/d)
- Duales Studium - Fitnessökonomie

☎ 09831 6199710

✉ [gunzenhausen@speedfitness.de](mailto:gunzenhausen@speedfitness.de)



Anzeige

**Was bedeutet für dich Fitness- und Sportkultur?**

**Kevin:** Sport ist für mich ein optimaler Ausgleich zum Alltag und sorgt einfach dafür, dass ich mich wohlfühle. Wer regelmäßig Sport treibt und sich gesund ernährt, tut nicht nur seinem Körper, sondern auch seiner mentalen Gesundheit etwas Gutes. Sport sollte für jeden Menschen ein fester Bestandteil des Lebens sein, egal in welcher Form. Hauptsache Bewegung. Wie stark Fitnessstraining in unserer Gesellschaft verankert ist, zeigen auch die Statistiken: Was die Anzahl der Aktiven betrifft, liegt Fitnesssport in Deutschland auf Platz 1, noch vor Fußball.

**GUM: Wie würdest du die Fitnesskultur in Gunzenhausen beschreiben? Gibt es regionale Besonderheiten?**

**Kevin:** Die Gunzenhäuser haben keine besonderen Eigenarten, sind aber sehr offen für Fitness, das sehen wir auch an unseren Mitgliederzahlen. Viele unserer Mitglieder sind zusätzlich in anderen Sportarten aktiv, etwa im Fußball oder Tennis. Zudem spielt der soziale Aspekt eine große Rolle: Man kennt sich, trifft sich und tauscht sich aus. Hier entstehen Freundschaften und manchmal auch mehr. (lacht)

**GUM: speedfitness steht für Gemeinschaft. Erzähle unseren Lesern etwas über eure Aktionen und Events.**



**Kevin:** Wir sind ein sehr persönliches Studio und kennen unsere Mitglieder gut. Jedes Jahr veranstalten wir einen Weihnachtsmarkt und ein Sommerfest mit etwa 200 bis 400 Besuchern. Im vergangenen Jahr hatten wir außerdem eine Gym-Party mit Beleuchtung, Discokugel und Musik, die sehr gut angenommen wurde. In diesem Jahr planen wir sogar zwei, eine im Frühjahr und eine zu Halloween. Die Einnahmen aus diesen Events werden von uns verdoppelt und direkt an regionale Organisationen gespendet, etwa an Kindergärten, das Tierheim, die Diakonie, Regens Wagner oder „Hand in Hand gegen Altersarmut“. Darüber hinaus pflege ich einen engen Kontakt zu Unternehmen in Gunzenhausen und baue Kooperationen stetig aus. Firmen profitieren von attraktiven Konditionen für ihre Mitarbeiter, und unsere Mitglieder erhalten bei Händlern und Dienstleistern zusätzliche Benefits. Viele Arbeitgeber buchen Kurse oder Teamevents bei uns oder beteiligen sich im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements an der Mitgliedschaft.

**GUM: Wir berichten regelmäßig über eure Spendenaktionen. Warum ist soziales Engagement ein fester Bestandteil eurer Philosophie?**

**Kevin:** Wir sind wirtschaftlich gut aufgestellt und dafür sind wir dankbar. Deshalb möchten wir etwas zurückgeben. Mir persönlich

liegt dieses Engagement sehr am Herzen. Ich engagiere mich unter anderem im Stadtmarketing sowie bei den Wirtschaftsjunioren. Wir haben in den vergangenen Jahren viele Organisationen, Helfer und auch Betroffene kennengelernt. Initiator bin zwar meist ich, aber das gesamte Team steht dahinter, zieht engagiert mit und hat große Freude daran.

**GUM: Vielen Dank für die sportlichen Einblicke und natürlich auch für euer Engagement. Macht weiter so!**

[ga]

**Gewinne 3 x 1 Monat  
Training inkl. EMS!**

Wir verlosen gemeinsam mit speedfitness 3 x 1 Monat Gratismitgliedschaft inkl. EMS-Training ohne Verpflichtungen. Sendet uns bis zum 23. April 2026, 12:00 Uhr, eine E-Mail mit dem Stichwort „SPEEDFITNESS“ an:

[gewinnspiel@gun-magazin.de](mailto:gewinnspiel@gun-magazin.de)

*Die Teilnahme ist kostenlos. Jede Person kann pro Gewinnspiel nur einmal gewinnen. Eine Barauszahlung der Gewinne ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme erklären die Teilnehmer, dass sie unsere Datenschutzerklärung gelesen und akzeptiert haben. Diese ist unter <https://korridor.co/datenschutz> zu finden.*



## ÜBER KEVIN KRAMER

Kevin ist 28 Jahre alt und stammt ursprünglich aus Heilbronn. Gunzenhausen hat er jedoch zu seiner Wahlheimat gemacht und ist hier mittlerweile fest verankert. Er hat einen Bachelorabschluss in Fitnessökonomie und arbeitete ab 2021 als Studioleiter im speedfitness Gunzenhausen. Seit diesem Jahr betreut er als Bezirksleiter mehrere Studios in der Region. Seine Leidenschaft gilt der Fitness, daneben spielt er Tennis und reist gerne.

[speedfitness.de/studios/gunzenhausen](https://speedfitness.de/studios/gunzenhausen)

Open-Air in Treuchtlingen

## GANKINO CIRCUS – DAS GEGEN- TEIL VON ROCK 'N' ROLL

Am **23. Mai 2026 um 20:00 Uhr** präsentieren Gankino Circus ihr neues Programm als energiegeladene Samstagabend-Show in der historischen Kulisse der Oberen Veste in Treuchtlingen. Die vier Musiker aus dem fränkischen Diethofen stehen für echtes Live-Entertainment mit messerscharfem Humor und beeindruckender Musikalität. Seit 2007 überschreiten die Jugendfreunde musikalische Grenzen und bewegen sich irgendwo zwischen Musikkabarett und Party-Abrisskommando.

Tickets für das besondere Konzert unter freiem Himmel gibt es ab sofort online, in der Kur- und Touristinformation Treuchtlingen sowie an ausgewiesenen Vorverkaufsstellen.

[ga]



MUSIKKABARETT // LÄDT DICH AUF.

**GANKINO CIRCUS**

SA 23-05-26 // 20 UHR

// OPEN AIR BURG TREUCHTLINGEN



TREUCHTLINGEN LÄDT DICH AUF

© TREUCHTLINGEN LÄDT DICH AUF

Photo: © J. Gorn/Wiebe

Wander-Special 2026

## DER WEG IST DAS ZIEL

**Altmühlfranken und das Fränkische Seenland strotzen vor wunderschönen Wander- und Fahrradrouten. Ob zu Fuß oder lieber auf dem Drahtesel: Für eine Tour durch Feld, Wald und Wiesen eignen sich besonders die Jahreszeiten Frühling und Herbst. Die Temperaturen sind mild und die munter werdende bzw. sich langsam zur Ruhe begebende Natur zeigt sich jeweils von ihrer Schokoladenseite. In unserer Frühjahrsausgabe konzentrieren wir uns auf das Thema Wandern und stellen euch einige attraktive Strecken vor.**

Eine Anmerkung sei unserem Special vorausgeschickt. Die Grenzen zwischen Wanderung und Spaziergang sind fließend. Was der eine mühelos abläuft, ist für den anderen bereits eine Herausforderung. Nicht jeder Weg kommt barrierefrei daher und manch eine Tour erfordert eine sehr gute Kondition. Daher empfehlen wir allen, die sich für eine unserer Strecken interessieren: Informiert euch über den Schwierigkeitsgrad, bewertet eure Kondition realistisch und nehmt selbstverständlich die richtige Ausrüstung – Wanderschuhe, Blasenpflaster, Proviant, wetterfeste Kleidung, Sonnenschutz, Karten für Gegenden ohne GPS-Empfang etc. – mit. So macht das Naturerlebnis wirklich Spaß und sorgt am Ende nicht für Frust.

Den ersten Marsch treten wir vor unserer Haustür an, denn „das Gute liegt so nah“, wie schon Goethe wusste. Ganz ohne lange Anreise ist eine Runde um den **Altmühlsee** immer ein Highlight. Ein ebener, befestigter und beschilderter Uferweg bietet auf 13 Kilometern fast durchgängig einen Blick aufs Wasser, das sich bei so ziemlich jedem Wetter als Fotomodell inszeniert.

Während der Brutsaison im Frühling ist ein Schlenker auf die

**Vogelinsel**, einem der wichtigsten Schutzgebiete für Zugvögel in Bayern, schier ein Muss. Sobald ringsum das Grün aus seinem Dornröschenschlaf erwacht, können aufmerksame Augen und Ohren im Dschungel der Feuchtwiesen und Schilfzonen eine Vielfalt an Vogelarten und anderen Lebewesen ausmachen. Akustisch herrscht in dieser Zeit kein Zweifel daran, dass unsere gefiederten Freunde von den Dinosauriern abstammen. Natürlich bleiben wir strikt auf dem Pfad, hinterlassen keinen Müll und rücken Flora und Fauna nicht auf den Leib.

Wer die Tour spontan ausdehnen möchte, folgt dem Altmühlzuleiter via Mörsach und Gern nach **Ornbau**. Die kleinste Stadt Mittelfrankens bezaubert mit mittelalterlicher Baukunst und ruralem Flair. Auf dem Rückweg Richtung Altmühlsee warten dann etliche Kioske und Biergärten auf Wanderer, die eine Erfrischung suchen oder einfach gemütlich innehalten wollen.

Die übrigen Gewässer des Fränkischen Seenlands sind genauso malerisch und hervorragend für Wanderfreunde erschlossen. Gleich vier von ihnen verbindet auf 146 Kilometern mit elf Etappen die Rundwanderstrecke „**Der Seenländer**“. Im Fokus stehen auch hier Naturgenuss, Kulturerlebnis und fränkisches Savoir-vivre. Ob Georgensgmünd mit der Umweltstation Hämmerleinsmühle, Pleinfeld mit dem Wasser-Infozentrum Mandlesmühle oder das Spalter Hügelland mit dem idyllischen Obstdorf Fünfbronn sowie den Naturdenkmälern Schnittlinger Loch und Schnittlinger Eiche – entlang oder unweit der „Seenländer“-Trasse entdeckt man allerlei Spannendes. Fast unendlich dürften die Erkundungsmöglichkeiten aus Kinderperspektive wirken. Da alles verlässlich mit einem grün-blauen Symbol beschildert ist, geht selbst bei der einen oder anderen zusätzlichen Schlaufe nicht die Orientierung verloren.

Ebenfalls mehrere Tage seid ihr auf dem **Altmühltal-Panoramaweg** unterwegs, sofern ihr euch für das Gesamtpaket – 201 Kilometer – entscheidet. Auf den 15 Etappen zwischen Gunzenhausen und



*Hechlinger Hohlweg*



*Kleiner Brombachsee*

Kelheim kommt ihr an so sehenswerten Stationen wie dem Schmetterlingsparadies Gelber Berg, der Burg Pappenheim, Solnhofen, Dollnstein und Eichstätt vorbei, bestaunt die tollen Felsformationen des Altmühltals und lernt viel über Steinbrüche und Fossilien, die Kelten, die Römer und das Mittelalter. Die abwechslungsreichen Tal- und Höhenpassagen der Haupttroute markiert ein roter Ammonit auf gelbem Grund, die 27 nicht minder lohnenswerten Schlaufenwege kennzeichnet ein gelber Ammonit auf blauem Grund. Alles in allem ein Trekking-Abenteuer pur, das zudem als „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ zertifiziert ist!

Burgstallwald



Botanisch interessierten Wandersleuten raten wir im Frühling unbedingt zu einer Tour durch den **Weißburger Jura**. Neben der Gemeinde Ettenstatt erstreckt sich das Naturschutzgebiet Märzenbecherwald und bis Anfang April breitet das Amaryllisgewächs hier regelrecht einen weiß-grünen Teppich auf dem Boden aus. Erneut gilt: Bitte nicht anfassen, pflücken oder zerstören!

Den eher historisch interessierten Wandersleuten möchten wir dafür die Gegend um **Treuchtlingen** nahelegen. Das prima erhaltene Kulturdenkmal „Fossa Carolina“ an der Europäischen Hauptwasserscheide bei Graben war 793 n. Chr. der erste Versuch, Rhein, Main und Donau durch eine Wasserstraße zu verbinden. Ein familienfreundlicher Waldpfad von 1,6 Kilometern Länge umrundet das Geotop und führt sogar an einem Spielplatz vorbei. Wer sich lieber ein bisschen gruseln will, läuft im Heumöderntal westlich der Eisenbahnerstadt zum Weiler Siebeneichhöfe und von dort zur sagenumwobenen Ruine der St.-Ulrichs-Kapelle auf dem Uhlberg...

Als zweite imposante Ruine thront auf dem **Hahnenkamm** die St.-Katharinen-Kapelle, von der man bei klarer Sicht weit ins Ries schauen kann. Am besten erreicht man sie über den schluchtartigen, bis zu 9 Meter tiefen Hechlinger Hohlweg, den in Jahrtausenden Wasser und Fuhrwerke, Hufe und Füße in den Sandstein gefräst haben. Ein etwa anderthalb Kilometer langer Lehrpfad mit vielen Infotafeln schnürt Hechlingen am See, den Hohlweg und die Kapelle zu einem kurzen, aber atemberaubend schönen Wandertrip zusammen.

Ebenfalls südlich von Gunzenhausen lässt sich auf mehreren Wanderstrecken zwischen Gnotzheim und Bubenheim die „**Streuobst-Erlebnis-Landschaft Altmühlfranken**“ erforschen. Mit diesem Projekt gewährt der Landschaftspflegeverband Mittelfranken tiefe Einblicke in die Welt der Streuobstwiesen, die mit ihrem Artenreichtum an Regenwälder heranreichen. Auf den insgesamt sechs Rundwegen passiert man u.a. alte Maulbeer- und Walnuss-

bäume, die Steinernen Rinnen bei Wolfsbronn und Oberweiler, die Kultkneipe Weißes Ross in „B-Heim“ oder die beeindruckenden Skulpturen des Künstlers Ernst Steinacker in Spielberg. Die Beschilderung wird derzeit überarbeitet, doch als Markierung dient jeweils ein leuchtend grüner Apfel.

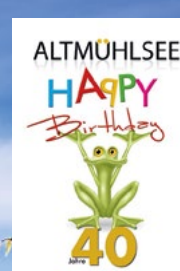
Da wir unseren Landkreis bei diesem Special schon ein paarmal verlassen haben, wollen wir auch gern noch auf den **Hesselberg** hinweisen. Eine Fülle an Hohlwegen und Steigen bringt uns aus allen vier Himmelsrichtungen auf den Gipfel. Besonders hübsch ist die Allee knorriger und im Frühsommer aromatisch blühender Linden, wenn man von Röckingen emporsteigt. Je nach Wetterlage fühlt man sich oben wie Caspar David Friedrichs „Wanderer über dem Nebelmeer“ oder kann zahlreiche Paraglider und Modellflugzeuge beobachten. Unten wartet dann das „Limeseum“ im Römerpark Ruffenhofen auf alle, die die römische Vergangenheit unserer Region fasziniert.

Zu guter Letzt kehren wir zurück an unsere Haustür. Direkt an Gunzenhausen geschmiegt findet ihr bekanntlich den **Burgstallwald**. Durchstreift ihn leise und achtsam, pilgert ein Stückchen auf dem Jakobsweg Nürnberg-Bodensee, wählt den „Römerspaziergang“ oder haltet euch – vor allem mit Kindern – an den Erlebnispfad mit dem originellen Wegzeichen „Klaus, die Fledermaus“, um mehr über die Geheimnisse der Waldbewohner zu erfahren.

Egal, welche der sich teils überschneidenden Wanderrouten euch am meisten anlacht: Alle bieten an der frischen Luft Erholung vom Alltag und demonstrieren, wie schmuck und bewahrenswert unsere Heimat ist. Weitere Informationen über das hiesige Wanderstreckennetz gibt es u.a. unter [gunzenhausen.info/wandern](http://gunzenhausen.info/wandern), [naturpark-altmuehltal.de/wandern](http://naturpark-altmuehltal.de/wandern) und [streuoebsterlebnislandschaft.de](http://streuoebsterlebnislandschaft.de) sowie beim Tourismusverband Fränkisches Seenland. Einen Blick in die Routenplaner-App Komoot können wir ebenfalls sehr empfehlen. Buen Camino, auf geht's!

[kh]

Anzeige



## SCHIFFFAHRT MS ALTMÜHLSEE

Genuß- Musik- & Sonderfahrten

✉ [info@altmuehlsee.de](mailto:info@altmuehlsee.de)

☎ 09831/508-191

🌐 [www.altmuehlsee.de](http://www.altmuehlsee.de)



Zwei großzügige Spenden

## NICHT NUR SPORTLICHE LEISTUNGEN BEI SPEEDFITNESS

**Wir freuen uns immer wieder, wenn wir über gemeinnützige Spenden berichten können. Ganz fleißig sind da unsere Freunde vom speedfitness in Gunzenhausen.**

Das Team rund um Studioleiter Kevin Kramer ist immer vorne mit dabei, wenn es um Aktionen – sei es ein Tag der offenen Tür oder ein eigener Weihnachtsmarkt – geht, und sammelt bei jeder Gelegenheit für den guten Zweck. Auch in der vergangenen Zeit kamen wieder zwei Spenden zusammen. Eine Spende über 300 Euro kam direkt vom Studio und ging an den Sozialverband VdK Bayern, der vornehmlich benachteiligte Personen und Rentner unterstützt, ob nun in Rechtsfragen oder beim Ermöglichen von sozialen Events. Dem Team liegt das Wohlergehen dieser Menschen sehr am Herzen und es organisierte eine passende Spende zur Weihnachtszeit.

Zudem beteiligte sich das Fitnessstudio zum zweiten Mal an der Weihnachtsbaum-Aktion der Diakonie und unterstützte wieder mit über 50 Gutscheinen aus den Kategorien Lebensmittel, Drogerie, Schuhe und Bekleidung. Darüber hinaus wurden die gesamten Einnahmen vom hauseigenen Weihnachtsmarkt am zweiten Advent 2025 in Höhe von 600 Euro gespendet. Irene Rottler, die Organisatorin der Diakonie Südfranken in Gunzenhausen, freute sich sehr über das überwältigende Ergebnis an Sachspenden und die zusätzliche Geldspende und bedankte sich, auch im Namen der Beschenkten, besonders bei Kevin Kramer und Jannine Schramm für die wichtige Unterstützung.

Von uns aus der Redaktion auch ein großes Lob an das fleißige und sozial engagierte Team von speedfitness Gunzenhausen!

[ga]



33. Rother Bluestage

## ROT(H)ER TEPPICH FÜR DEN BLUES

Während der Veröffentlichung dieser Ausgabe geht in der Kulturfabrik wieder das größte Blues-Event Mittelfrankens über die Bühne.

Vom 21. bis zum 29. März kommt man in Roth nicht um die „blauen“ Töne, also um die so genannten Blue Notes und die eher melancholisch jammernden und klagenden Gitarren des Genres herum. Das Planungsteam des Festivals, Monika Ammerer-Düll



und Silke Rieger, setzt dabei erneut auf viel Frauenpower und hat unter anderem Joanna Connor, Laura Cox, Judith Hill, Ally Venable und Ellie Benn in die Kulturfabrik und den Schwanensaal geladen.

Die dreistündige Show von Krissy Matthews & The Women of Blues am 28. März verspricht ebenfalls fantastischen femininen Sound: Der norwegisch-britische Ausnahmegitarrist Matthews scharf keine geringeren Ladys als Stina Stenerud, Kim Jennett, Dani Wilde, Zubaida Solid und Marlia Rae um sich – von rockig bis soulig, von zart schmelzend bis kraftvoll röhrend wird das stimmliche Spektrum des Blues voll ausgereizt.

Für den krönenden Abschluss der Bluestage sorgt am 29. März das Konzert von Sarah Lesch. Sie steht nicht nur für eine große stilistische Bandbreite, sondern auch für Musik mit Haltung und Herz. Geschmeidig bewegt sich die Liedermacherin zwischen Blues, Punk und Pop und vereint dabei mühelos Protest mit Poesie.

Unter [bluestage.de](http://bluestage.de) findet ihr weitere Infos sowie sämtliche Ticketverkaufsstellen. [kh]

# Gehör zu uns!

Werde **HÖRAKUSTIKER** (m/w/d)  
in unserem Team

**Wir** bieten eine herausragende Work-Life-Balance, leben flache Hierarchien und zahlen eine überdurchschnittliche Ausbildungsvergütung!

**Du** interessierst Dich für technische Zusammenhänge, verfügst über handwerkliches Geschick und bist kundenorientiert und kommunikativ.

**Passt?**

Praktikum  
jederzeit  
möglich



**hörgeräte eisen**  
13 x in West-Mittelfranken



Mehr Infos zu Ausbildung oder Praktikum bei uns  
findest Du hier: [hoergeraete-eisen.de](http://hoergeraete-eisen.de)





## Moderne Oberflächen für zeitgemäßes Wohnen

Inhaber: Andreas Spata



- Maler- und Lackierarbeiten
- Verputzarbeiten
- Tapezierarbeiten
- Ausgleichsmassen und Böden
- Spezialist für fugenlose Oberflächen
- Renovierung aus einer Hand

Spata Wand und Werk

017670625318

spatawerk@web.de

www.spatawerk.de



Anzeige

Interview mit Sascha Dittmann & Rainer Klein von mpu-bereit.de

## „WIR SIND DICHT AM LEBEN DRAN!“

**Für kulturelle Teilhabe braucht es in Großstädten, dank eines dichten ÖPNV-Netzes, nicht unbedingt ein Auto. Auf dem Land ist das leider anders. Doch sehr wahrscheinlich denkt niemand in dem Moment, in dem der Führerschein riskiert wird, an den Weg zur Arbeit, geschweige denn an künftige Event-Besuche. Wann der Entzug der Fahrerlaubnis mit einer MPU-Anordnung einhergeht und wie ein MPU-Coaching aussieht, erzählten uns die beiden Experten Sascha Dittmann und Rainer Klein.**

**GUM: Wie kommt man zu dem Job als MPU-Fachberater?**

**Rainer:** Ursprünglich bin ich Betriebswirt, aber mittlerweile arbeite ich als Fahrlehrer. Im Rahmen dessen mache ich ASF-Schulungen, also die Aufbauseminare für verkehrsauffällig gewordene Fahrer. Wenn man nochmals auffällig wird und Punkte bekommt, kann man die bei mir abbauen. Und bei erneuter Auffälligkeit wird die MPU angeordnet – dann stehe ich als ausgebildeter MPU-Berater zur Seite. Außerdem bin ich Heilpraktiker für Psychotherapie: Viele, die zur MPU müssen, haben so ihre Anschluss-themen... Diese können wir in meiner Praxis „Stärkerleben“ gut aufarbeiten, da wir über die Beratung bereits einen Draht zueinander haben.

**Sascha:** Mein Werdegang führte mich vom Buchbindermeister über den Firmeninhaber zum Musikstudium und zur Videoproduktion.

Von dort gelangte ich ebenfalls zur Psychologie-Zusatzqualifikation, denn ich habe gern mit Menschen zu tun. Rainer kenne ich aus der Grundschule, danach trennten sich unsere Wege und wir begegneten uns über Facebook wieder. Zufällig absolvierten wir gerade parallel die gleiche Ausbildung und Rainer brachte das MPU-Thema ins Spiel. Inzwischen sind es 13 erfolgreiche Jahre, in denen wir zusammen die Plattform [mpu-bereit.de](https://mpu-bereit.de) betreiben.

**Rainer:** Sascha und ich sind sehr unterschiedlich vom Charakter her und können uns auch Klienten weitergeben, wenn es dann besser passt. Darüber hinaus greift bei uns alles ineinander – die Fahrerlaubnis, die MPU und die psychologische Komponente. Damit sind wir dicht am Leben dran.

**GUM: Worauf sollten betroffene Fahrer im Dschungel des MPU-Coaching-Angebots achten? Oder anders gefragt: Woran erkennt man unseriöse Anbieter?**

**Sascha:** Am Garantieversprechen und am Werben mit Ultra-Erfolgsquoten. Und wer deutlich über 1.500 € verlangt, bereichert sich. Seriöse Anbieter führen kostenfreie Erstgespräche und verlangen keine Strafzahlungen, wenn man zu anderen Fachberatern wechseln möchte. Sie sind ehrlich und behaupten nicht, dass man den Führerschein durch Tricks, besondere Methoden oder Systeme in weniger als 12 Monaten zurück-erhalten könnte oder dass man um eine Abstinenz herumkäme.

**Rainer:** Bei Sascha, unserem Kollegen Michael und mir ist alles transparent. Wir wollen, dass die Leute absolut freiwillig da sind und nicht mit versteckten Kosten festgehalten werden. Unsere Quoten stimmen, weil wir den Menschen in den Mittelpunkt stellen, die Möglichkeit zum Reden geben und niemand eine bloße Nummer ist. Wir sprechen unbequeme Wahrheiten aus, aber aus Wohlwollen und aus echtem Interesse an der Person. Falls doch mal jemand ein negatives Gutachten erhält, lassen wir ihn nicht allein und begleiten ihn weiterhin.

**GUM: Welche Verkehrsteilnehmer müssen überhaupt zur MPU? Ist der Anlass für eine Anordnung immer Alkohol?**

**Rainer:** Angeordnet wird immer, wenn ein aktiver Verkehrsteilnehmer in irgendeiner Form eine Gefahr für den Straßenverkehr dargestellt hat und man ihm charakterlich



# 26. April Hausmesse

Alemannenstr. 19  
Gunzenhausen

Neue  
Boden-  
ausstellung

Huber & Riedel  
Baustoffe

Huber & Riedel GmbH - Alemannenstr. 19 - 91710 Gunzenhausen - huber-riedel.de

Anzeige

anmerkt, dass er das erneut tun würde. Ein Auto ist leider auch eine Waffe.

**Sascha:** Konkret betrifft das etwa Verkehrsteilnehmer, die Rauschmittel konsumieren oder wegen schwerer Straftaten auffällig wurden. Bei den Substanzen ist es nicht nur der Alkohol – wobei der am stärksten zu Buche schlägt, gefolgt von Drogen wie Ecstasy und anderen Amphetaminen. Ein eigenes Kapitel ist es, wenn medizinische Gründe gegen eine Fahrerlaubnis sprechen. Beispielsweise schwere Depression oder Epilepsie, wo neben der psychologischen die fachärztliche Untersuchung von großer Bedeutung ist.

**GUM: Bei den Gesprächssitzungen werdet ihr mit sehr vertraulichen Lebensgeschichten konfrontiert. Wie fließend sind die Grenzen zwischen MPU-Beratung und Suchtberatung?**

**Sascha:** Die Anteile sind relativ gleich. Was vorab vielleicht nicht alle wissen, die zu uns kommen: Wir unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht.

**Rainer:** Lösungen für Drogenkonsum anzubieten oder beim Finden von Lösungen zu helfen, ist ein wichtiger Teil unserer Arbeit. Da betreiben wir Rückfallprävention.

**GUM: Lasst uns einen Exkurs zur Trinkkultur unternehmen. In Deutschland, wo alkoholische Getränke Kulturgut-Status genießen, und in vielen anderen Ländern Europas gilt eine Promillegrenze von 0,5. Einige Staaten setzen lieber auf ein Kompletterbot am Steuer. Was haltet ihr persönlich für sinnvoller?**

**Rainer:** Ich befürworte es, wenn Menschen nicht in Regeln gepresst und entmündigt werden. Wenn jemand gern ein Bier trinkt, soll er verantwortungsvoll damit umgehen dürfen.

**Sascha:** Ich mag Bier. (lacht) Die Regelung in Deutschland mit den einzelnen Abstufungen ist super. Sie bietet Raum, um genau hinzugucken, wo problematisches Trinken anfängt. Bei Drogen haben wir eine ziemliche Nullgrenze, das finde ich auch gut.

Anzeige

## Führerscheinprobleme? Wir regeln das!



 Saager

RECHTSANWÄLTE



+49 981 5051

kanzlei@saager-recht.de

www.saager-recht.de

**GUM: Seht ihr bei euch in der Beratung eher die typischen Feierabendtrinker oder eher diejenigen, bei denen Trinken zur Partykultur gehört?**

**Rainer:** Dafür müssten wir jetzt gesellschaftlich weit ausholen. Zu Alkohol wird einerseits bei Leistungsdruck gegriffen – andererseits dient er im Freundeskreis oft dazu, gemeinsam ein Gefühl jugendlicher Leichtigkeit wiederherzustellen.

**Sascha:** Es gibt zahlreiche Belastungs- und Entlastungsthemen, die mit Alkohol kompensiert werden. Das Rauschmittel ist stets ein Werkzeug, um Erleichterung zu spüren und unbewusst ein tieferes Bedürfnis zu befriedigen.

**GUM: Zurück zur MPU. Wie läuft die Vorbereitung konkret ab und was passiert nach Nichtbestehen?**

**Sascha:** Im Erstgespräch schauen wir uns an, wo das individuelle Thema liegt. Dann werden das Delikt und die persönliche Historie aufgearbeitet und ggf. eine Abstinenz eingeleitet. Parallel dazu vermitteln wir Wissen über das jeweilige Thema, entwickeln alternative Handlungsstrategien etc. Eine MPU besteht aus drei Teilen: einem Reaktionstest, einer medizinischen Untersuchung samt Abstinenznachweis und einer psychologischen Begutachtung. Der Reaktionstest kann bei uns vor Ort trainiert werden und in einem Simulationsgespräch proben wir den

psychologischen Part. In der Regel bestehen unsere Klienten. Falls nicht, kann man – nach einer nochmaligen Intensivierung der Vorbereitung – die MPU so oft wiederholen, wie man möchte.

**GUM: Bleibt ihr nach bestandener MPU noch über den Alltag eurer Klienten informiert? Erzählt uns da zu guter Letzt gern eine motivierende Erfolgsgeschichte.**

**Sascha:** Zu 60 bis 70 Prozent der Leute haben wir anschließend keinen Kontakt mehr. Von den übrigen bleibt ein Drittel länger, um psychologisch noch mehr in die Tiefe zu gehen. Die anderen beiden Drittel sind Fälle, wo man sich ein paar Jahre später trifft und erfährt, dass die MPU der Anfang einer Erfolgsgeschichte war. Wenn sich zum Beispiel eine total schüchterne Person plötzlich durchsetzen und Nein sagen kann.

**Rainer:** Ich bin u.a. mit einer Dame in Kontakt geblieben, die wegen Amphetaminen zur MPU musste. Sie möchte nun selbst Heilpraktikerin für Psychotherapie werden und mit Kindern arbeiten.

**Sascha:** Nichts ist schöner, als hinterher zu hören: „Ey, es läuft alles!“ Dafür mache ich meinen Job.

**GUM: Wir danken euch für den transparenten Einblick in dieses mit ziemlich vielen Mythen und Vorurteilen behaftete Thema!**

[kh]



## ÜBER DAS TEAM VON MPU-BEREIT.DE

Aus viel Lebenserfahrung speist sich die MPU-Beratung von Sascha Dittmann und Rainer Klein sowie Michael Schölz aus München. Ganzheitlich und unvoreingenommen arbeiten sie mit ihren Klienten den Weg, der zum Entzug der Fahrerlaubnis geführt hat, auf. Dabei helfen sie im nordbayerischen Raum v.a. Menschen aus dem Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen, aus Ansbach und aus Burgoberbach.

[www.mpu-bereit.de](http://www.mpu-bereit.de)

# 7. Weißenburger Kunstpreis

28. Mai - 13. Juni 2026

 KunstSchranne Weißenburg

ERÖFFNUNG  
28. MAI | 17 UHR  
PREISVERLEIHUNG  
13. JUNI | 16 UHR



Anzeige

Vormerken und bewerben

## WEISSENBURGER KUNSTPREIS

**Der renommierte Kunstpreis unserer Nachbarstadt Weißenburg geht in die siebte Runde. Kunstinteressierte sollten sich die Termine notieren und Kunstschaffende können sich jetzt noch bewerben, falls sie das noch nicht getan haben.**

Der Weißenburger Kunstpreis, der alle zwei Jahre ausgeschrieben und vergeben wird, hat sich zu einer wahren Größe entwickelt und das nicht nur in der Region. Alleine die über 600 Bewerbungen im Jahr 2024 unterstreichen die überregionale Bedeutung des Wettbewerbs. Darüber hinaus zieht das kulturelle Highlight zahlreiche Besucher aus der Region in die Kunstschranne Weißenburg, die als Ausstellungsfläche für die dazugehörige Kunstausstellung dient. In diesem Jahr findet diese vom 28. Mai bis 13. Juni statt und zeigt die etwa 30 Finalisten des Wettbewerbs. Die Ausstellung wird direkt am 28. Mai um 17:00 Uhr eröffnet. Den Abschluss bildet die große Preisverleihung am 13. Juni um 16:00 Uhr, bei der die drei Gewinner gekürt und der Publikumspreis verliehen werden. Über Letzteren können alle Besucher der Ausstellung via Stimmzettel entscheiden.

Für alle Kunstschaffenden wird es jetzt interessant, denn sie können sich noch bis zum **31. März** online über das Formular auf der Website bewerben. Zugelassen sind Künstler und Werke aus allen Sparten der

Bildenden Kunst. Auf die Teilnehmer warten attraktive Preisgelder:

1. Preis: 2.000,00 €
  2. Preis: 1.000,00 €
  3. Preis: 500,00 €
- Publikumspreis: 250,00 €

Ermöglicht wird das Ganze u.a. wieder durch die ehrenamtliche Arbeit des Orga-Teams, bestehend aus Hubert Beckstein, Hacko Bernzott, Willi Halbritter, Eva Hummel, Michael Riedmiller und Caroline Ritzke. Diese wählen aus den Bewerbungen die Künstler aus, die in der Kunstschranne ausstellen dürfen.

Wir dürfen gespannt sein, was in diesem Jahr geboten sein wird, und freuen uns auf die Ausstellung vom **28. Mai bis 13. Juni 2026**. Die Kunstschranne ist dann immer von Dienstag bis Freitag zwischen 14:00 und 18:00 Uhr sowie am Samstag und Sonntag zwischen 11:00 und 19:00 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei. Alle Infos unter [www.weissenburg.de/kunstpreis2026](http://www.weissenburg.de/kunstpreis2026).

[ga]

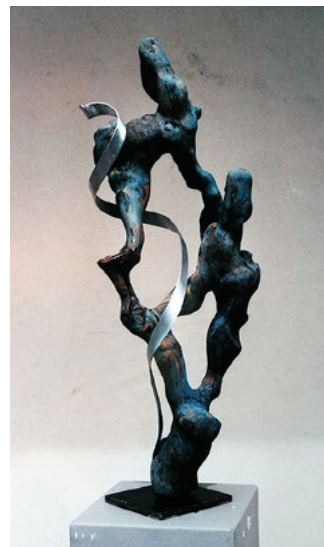
Das Fränkische Kunstforum präsentiert...

## HANS PATTIS IM M11

**Mit großer Freude und besonderer Erwartung lädt das Fränkische Kunstforum ins M11 zu einer Ausstellung ein, die handwerkliche Meisterschaft und künstlerische Ausdruckskraft auf eindrucksvolle Weise vereint. Nach längerer Zeit kehrt Hans Pattis nach Gunzenhausen zurück und zeigt eine Auswahl seiner neuesten Werke.**

Hans Pattis wurde 1962 in Völs am Schlern bei Bozen in Südtirol (Italien) geboren und wuchs dort als ältestes von fünf Kindern auf. Nach seinem Schulabschluss erlernte er das Tischlerhandwerk und arbeitete zwölf Jahre lang in einem örtlichen Betrieb. Der Werkstoff Holz begleitet ihn seit seiner Jugend und prägt sein künstlerisches Schaffen bis heute maßgeblich. Seit 1998 widmet er sich intensiv der Bildhauerei und hat sich insbesondere mit seinen Holzskulpturen einen Namen gemacht. Seine Arbeiten zeichnen sich durch ein außergewöhnliches Gespür für das Material sowie eine feine, reduzierte Formensprache aus. Neben der Bildhauerei zeigt Pattis auch Malerei, in der sich seine künstlerische Vielseitigkeit widerspiegelt. Besonders seine Berglandschaften mit dynamischen, lebendig wirkenden Wolkenformationen zeugen von einem sicheren Blick für Stimmung und Komposition.

Bereits vor rund einem Jahrzehnt war der Künstler in Gunzenhausen zu Gast und stellte im Fränkischen Kunstforum aus. Umso mehr darf man sich auf das Wiedersehen freuen. Trotz einer schweren Parkinson-Erkrankung, die ihn im Alltag stark einschränkt, wird Hans Pattis zur Ausstellungseröffnung am **17. April 2026 um 19:00 Uhr** persönlich anwesend sein. Die Ausstellung läuft bis zum 10. Mai und ist samstags und sonntags von 11:00 bis 16:00 Uhr sowie an den Marktdonnerstagen von 10:00 bis 12:00 Uhr geöffnet. [ga]





*Interview mit der Strongman Athleten Union*

## **S.A.U. STARKE STRONGMEN UND STRONGWOMEN IN DER REGION**

**Nachdem wir in den vergangenen Jahren immer wieder starke Highlights und Wettkämpfe der Strongmen und Strongwomen rund um den Gunzenhäuser Dominik Auth gesehen haben, wollten wir uns diesem sportlichen Thema einmal genauer widmen und haben uns auf den Weg in die Strongman Garage nach Edersfeld begeben. Dort haben wir Christian Wohlfarth, Daniel Betz und Dominik Auth zum Gespräch getroffen.**

**GUM: Wie man unschwer am Equipment erkennen kann, machen Strongmen bzw. Strongwomen keinen alltäglichen Sport. Wie seid ihr dazu gekommen, schwere Dinge zu heben, zu drücken und zu ziehen?**

**Dominik:** Ich bin Späteinsteiger und habe erst mit über 30 angefangen mit dem normalen Kraftsport. Zum Strongman-Sport bin ich im Jahr 2019 gekommen. Ich habe damals am Strongman Camp von Markus und Fabian in Obererlbach teilgenommen. Die beiden sind zwischenzeitlich auf Kaffee umgestiegen und haben die Kaffeerösterei Aroma Hoch 3 gegründet. Ich bin beim Strongman geblieben und hatte bereits im selben Jahr meinen ersten Wettkampf.

**Daniel:** Ich wurde direkt im Fitnessstudio angesprochen und quasi abgeworben. Auch ich war 2019 beim Trainingscamp dabei. Dort lernte ich Dominik kennen und wir blieben direkt in Kontakt. Meinen ersten Wettkampf

hatte ich dann 2021, blieb dran und so hat sich das seitdem immer weiterentwickelt.

**Dominik:** Damals war es der Reiz, mal etwas Neues zu machen und herauszufinden, wie weit man es schaffen kann. Die Maschinen im Fitnessstudio hatten wir größtenteils ausgemacht.

**Christian:** Damals war ich im CrossFit-Bereich unterwegs, hatte aber auch schon viele Sportbereiche hinter mir, u.a. bin ich Marathon gelaufen. Auch ich bin erst 2019 zum Strongman-Sport gekommen. Damals war ich auf einer Fitnessstudio-Eröffnung in Ingolstadt und entdeckte fast versteckt im hintersten Eck die Strongmen. Das hat mich damals gereizt und ich wurde direkt zum Training eingeladen. Dominik lernte ich dann auch prompt kennen. Meine Motivation war vor allem das ungewöhnliche Trainings- und Wettkampfequipment. Wann hat man schon die Möglichkeit, einen BMW X7 im Wert von



knapp 100.000 Euro, der auf einem Gestell steht, hochwuchten zu können?

**Dominik:** Das Equipment ist sehr vielfältig und jeder Wettkampf ist dadurch immer etwas anders.

**GUM: Wie findet man als Gruppe zusammen? Oder sind alle Strongmen Einzelkämpfer?**

**Daniel:** Die Szene ist überschaubar. Man kennt sich irgendwann von den Wettkämpfen her, sogar deutschlandweit. Man verabredet sich, tauscht sich aus und nimmt auch mal längere Anfahrtswege in Kauf. Ich habe beispielsweise keine Atlassteine, Dominik schon, daher trainiere ich diese Disziplin hier.

**Christian:** Es ist ein gutes Miteinander in der Szene. Man tauscht sich insbesondere vor den Wettkämpfen aus und nutzt Trainingsmöglichkeiten der anderen bis hin zu gemeinsamen, öffentlichen Trainings.

**GUM: Was macht einen Strongman oder eine Strongwoman aus, in welchen Disziplinen wird gekämpft und ab wann gilt man als Profi?**

**Dominik:** Disziplinen bzw. Übungen gibt es gefühlt unbegrenzt. Grundsätzlich gibt es bei Wettkämpfen Leistungskategorien, die zum Einsatz kommen. Das sind: etwas über Kopf drücken, Griffkraft (z.B. „Koffertragen“), Kondition (etwas heben und laufen), Heben und Laden, meist Kugeln. Beim Publikum kommen Hantelscheiben nicht gut an. Da machen das LKW-Ziehen oder der Traktorreifen schon mehr Eindruck. Da kann sich jeder mehr darunter vorstellen.

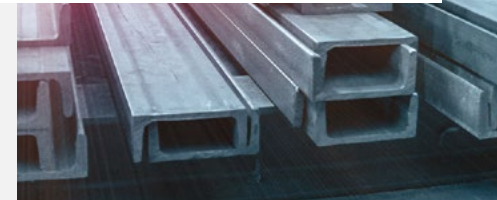
**Christian:** Kraft alleine reicht für einen Strongman nicht aus. Auch die Technik spielt eine große Rolle. Insbesondere wenn es um Sicherheit und Gesundheit geht. Und viele Disziplinen erfordern spezielle Techniken.

# DEGENHART

EISENHANDEL GmbH & Co.KG

**Ihr kompetenter Partner für:**

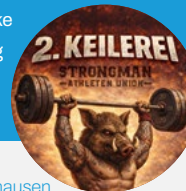
Stahl | Bedachung | Installation | Befestigungstechnik | Eisenwaren | Arbeitsschutz | Betriebseinrichtung | Werkzeuge | Herde und Öfen



09. Mai 2026, 13:00 bis 18:00 Uhr

## Tag der offenen Tür und Hausmesse

- Inklusive Speisen und Getränke
- Kinderprogramm mit Hüpfburg
- viele weitere Attraktionen



[www.degenhart-eisenhandel.de](http://www.degenhart-eisenhandel.de)  
Allemannenstraße 23, 91710 Gunzenhausen

# 2. KEILEREI

**STRONGMAN**  
—ATHLETEN UNION—



**STRONG(wo)MAN**  
**WETTKAMPF**

91710 GUNZENHAUSEN - ALEMANNENSTRASSE

9.5.2026 13 UHR

**DEGENHART**  
EISENHANDEL GmbH & Co. KG

thomanek  
elektrotechnik + -

**KRAFT  
BRÜDER**

**Dominik:** In Deutschland gibt es den Verband GFSA (German Federation of Strength Athletes) mit insgesamt drei Ligen. Wir machen mittlerweile aber unser eigenes Ding. Wir wollen den Sport für jeden zugänglich machen und gestalten unsere Wettkämpfe bewusst offen, so dass auch Quereinsteiger teilnehmen können.

**Christian:** In jeder Liga gibt es diverse Wettkämpfe mit unterschiedlichen Gewichtsklassen. Zudem gibt es eine Masters-Wertung für Strongmen ab 40 Jahren. Profis sind im Grunde alle in der ersten Liga. Jedoch darf man sich da keine Illusion machen, da man von dem Sport nicht leben kann. 2024 habe ich sowohl den Europameistertitel als auch den Weltmeistertitel geholt. Da reichte das Preisgeld gerade mal für die Anfahrt, Unterkunft und vielleicht eine Pizza. Strongman ist man aus Leidenschaft.

**GUM: Dominik hat sich erst kürzlich von einem Bizepsriss erholt. Wie gefährlich ist der Sport wirklich?**

**Dominik:** Das war eigenes Verschulden, da ich eine Muskelentzündung nicht richtig auskuriert habe.

**Daniel:** Verletzungen wie bei Dominik sind eher die Ausnahme.

**Christian:** Fußball ist deutlich gefährlicher. Zumindest grätscht dir beim Strongman-Wettbewerb keiner in die Beine. (alle lachen)



## **GUM: Die S.A.U. gibt es noch nicht lange. Was genau ist die Strongman Athleten Union und warum habt ihr sie gegründet?**

**Dominik:** Wir waren einfach mit der Wettkampfsituation in den Ligen unzufrieden. Ausschlaggebend war der Internationale Degenhart Strongman-Cup 2024 im Recyclinghof Gunzenhausen beim Straßenfest in der Alemannenstraße. Obwohl der Wettkampf offiziell über den Verband lief, haben wir alles selbst stemmen müssen.

**Daniel:** Im Grunde war es eine Schnapsidee, aber wir wollten einfach unser eigenes Ding machen.

**Christian:** Der Unterschied zu den Ligawettkämpfen des Verbands ist, dass bei uns jeder starten darf, sprich auch Nichtmitglieder. Die Teilnehmer können sich so gerne ausprobieren und auch Newcomer sind willkommen. Zudem setzen wir auf internationale Standards im Regelwerk. Beim letzten Wettkampf 2025 hatten wir etwa 30 Teilnehmer aus unterschiedlichen Ländern. Darunter auch einige CrossFitter oder American Footballer.

## **GUM: Bald findet ja schon wieder der nächste Wettkampf in Gunzenhausen statt. Erzählt uns etwas dazu.**

**Dominik:** Am 9. Mai gibt es im Rahmen der Hausmesse bei Degenhart Eisenhandel wieder einen Wettkampf ganz nah am Publikum. Das Leistungsniveau orientiert

sich an der zweiten und dritten Liga, aber auch Newcomer sind ausdrücklich willkommen. Sportlich erwartet die Athleten ein abwechslungsreicher Mix in vier Disziplinen samt Heben von Atlas Stones.

## **GUM: Sucht ihr noch weitere Mitstreiter? Wo kann man sich bewerben?**

**Christian:** Die Strongman Athleten Union ist ein gemeinnütziger Verein, bei dem jeder mitmachen kann. Entweder als reguläres Mitglied für 60 Euro im Jahr oder als Unterstützer für 42 Euro. Mitglieder können dann an jedem Standort kostenlos trainieren und profitieren von Vergünstigungen. Zudem bekommt jeder Teilnehmer bei uns eine Medaille und die Gewinner erhalten auch Pokale neben dem Preisgeld. Auch T-Shirts für die Wettkämpfer, Plakate und Flyer müssen finanziert werden.

**Dominik:** Viele denken bei Strongman sofort an Extremgewichte. Uns ist wichtig zu zeigen, dass man auch ganz entspannt einsteigen und sich Schritt für Schritt entwickeln kann.

**Daniel:** Wir freuen uns über jedes weitere Mitglied. Wer schnuppern möchte, meldet sich einfach über Instagram, WhatsApp oder die Website.

**GUM: Danke euch für die starken Einblicke in den Strongman-Sport. Wir sehen uns auf jeden Fall bei eurem nächsten Wettkampf am 9. Mai!**

[ga]



## **ÜBER DOMINIK, DANIEL UND CHRISTIAN**

Alle drei Gründungsmitglieder der Strongman Athleten Union sind seit 2019 im Strongman-Sport aktiv. Dominik Auth (l.) arbeitet in Gunzenhausen bei der Firma Degenhart Eisenhandel und ist Vater von drei Kindern. Daniel Betz (m.) arbeitet als Key Account Manager und betreibt seit dem 1. Februar das IronGym in Markt Erlbach. Christian Wohlfarth (r.) ist Strongman-Europameister und -Weltmeister, arbeitet als Abteilungsleiter und ist zweifacher Familienvater.

[www.athleten-union.de](http://www.athleten-union.de)

Instagram: [@strongman\\_athleten\\_union](https://www.instagram.com/strongman_athleten_union)

# KUCKS KÜCHEN

GUNZENHAUSEN

0171 / 761 97 39

WWW.KUCKS-KUECHEN.DE



Neuheiten  
entdecken!



Outdoor-Küchen erleben



Anzeige

Interview mit Lisa Feuchtmaier & Kerstin Kleemann (ENSoXX hilft e.V.)

## „ES GIBT NICHTS GUTES, AUSSER: MAN TUT ES.“

Erichs Kästners geflügeltes Wort wäre der perfekte Leitspruch für „ENSoXX hilft“. Der Gunzenhäuser Verein ist ein Ort der Gemeinschaft und Unterstützung, getragen von mehreren hauptamtlichen und vielen ehrenamtlichen Kräften. Mit Lisa Feuchtmaier, die alle Bereiche koordiniert, und Kerstin Kleemann, die mehrmals im Jahr einen Autismus-Stammtisch veranstaltet, haben wir über den Arbeitsalltag der Hilfsorganisation gesprochen.

**GUM: Wann und mit welchem Ziel wurde „ENSoXX hilft“ gegründet und wer steckt eigentlich dahinter?**

**Lisa:** Der Verein ist 2017 aus dem sozialen Engagement von Hetzner Online hervorgegangen. Unser Ziel war es von Beginn an, Menschen ganz direkt und niederschwellig zu helfen, was mit einem Verein einfacher geht als mit einer Firma. Anlässlich der Vereinsgründung schauten wir uns die OASE in Hersbruck an, die seit 30 Jahren humanitäre Hilfe leistet. Dort stehen immer zwei volle Kannen Kaffee auf dem Tisch und alles ist auf Begegnung und Spenden ausgelegt. So etwas wollten wir hier in Gunzenhausen etablieren und nicht zuletzt die Hilfsorganisation unterstützen. Mittlerweile haben wir auch sehr wertvolle Austauschtreffen mit den anderen sozialen Einrichtungen in der Stadt, wie dem Sozialkaufhaus der Diakonie, der Speis oder dem Caritas-Verein „Hand in Hand gegen Altersarmut“. Uns alle eint am Ende das selbe Ziel.

**GUM: Wie sahen die Anfänge nach dem Vorbild der OASE aus?**

**Lisa:** Zunächst hatten wir eine kleine Packstation mit Café in der Industriestraße 21, wo wir Kleiderspenden an die Osteuropahilfe und an Bedürftige aus der Region ausgaben und jeder, der eine Spende brachte oder mitnahm, eine Tasse Kaffee erhielt. 2022 zogen wir mit unserem Café Kleiderkiste ins ehemalige Altmühlcenter in der Spitalfeldstraße um, nachdem dort die Initiative „GUN hilft!“ ihre überwältigende Spendenaktion anlässlich des Ukraine-Kriegs abgeschlossen hatte. Seitdem haben wir unser Angebot laufend erweitert. Zum Beispiel fördert unsere Jobvermittlung die Hilfe zur Selbsthilfe, indem sie die Leute befähigt, sich selbst zu versorgen und gleichzeitig voll zu integrieren. Senioren können sich aber ebenfalls gern bei uns einbringen, etwa in unserer Fahrradwerkstatt, bei unseren Upcycling-Projekten oder mit selbstgebackenen Kuchen für unsere Café-Gäste.



**GUM: Unter eurem Dach gibt es inzwischen echt viele Projekte und Hilfsangebote. Wo liegen aktuell die Schwerpunkte?**

**Lisa:** Ein Schwerpunkt ist die Vermittlung von Arbeitsplätzen und Sprachkenntnissen. Wir unterstützen die Menschen vor allem dahingehend, dass sie auf eigenen Beinen stehen und für sich selbst und ihre Familien sorgen können – was nicht immer leicht ist. Allgemein wollen wir ein Ort für jeden sein, unabhängig von Alter, Status, Herkunft etc. Vom Rentner über die alleinerziehende Mama bis zum Kind sollen sich alle auf Augenhöhe und respektvoll begegnen dürfen. In unserem Café sitzt der Unternehmer mit dem Hilfsbedürftigen am Tisch und es entwickeln sich tolle Gespräche und ein kultureller Austausch. In unserer Kochwerkstatt probieren bis zu fünf Leute zusammen etwas Neues aus und gucken sich die Küche verschiedener Länder und Regionen an. Auch dabei vermischen sich die sozialen Ebenen, was ich sehr schön finde. Viele Hilfsbedürftige wollen etwas zurückgeben und packen ehrenamtlich mit an. Das Ehrenamt ist wirklich der Motor des Ganzen. Jeder kann sich gestalterisch einbringen und jeder soll sich wohlfühlen. Druck bringt überhaupt nichts – wir mussten durchaus schmerzhaft lernen, dass man leider nicht jedem helfen kann, wenn er selbst es nicht möchte.

**GUM: Ein besonderes Angebot ist das Autismus-Netzwerk, über das uns Kerstin mehr erzählen kann...**

**Kerstin:** Als Mutter eines Sohnes mit Autismus ist es mir wichtig, Berührungspunkte abzubauen und zu verdeutlichen, dass das ganz normale Menschen sind. Circa viermal im Jahr organisiere ich im Café Kleiderkiste ein Treffen für Angehörige, Interessierte, Pädagogen etc. Es spielt keine Rolle, ob im Umfeld bereits eine Diagnose da ist oder nur ein Verdacht. In geschützter Atmosphäre sprechen wir über die Themen, die jeder so mitbringt. Da ergänzen sich alle wunderbar gegenseitig, mit Tipps für Therapieplätze, Schulbegleitungen und so weiter. Die Treffen werden sehr gut angenommen und ich möchte sie im Landkreis noch bekannter machen. Sie ermutigen dazu, auch autistische Menschen in Kindergarten, Schule

und Berufsleben zuzulassen, denn letztlich möchten wir alle so angenommen werden, wie wir sind. Jeder Mensch soll dazugehören dürfen. Letztes Jahr habe ich hier mit einer autistischen Autorin eine Buchlesung organisiert, die vielen die Augen geöffnet hat.

**GUM: Das klingt nach einer Erfolgsgeschichte! Lisa, hast du noch ein paar weitere, von Begegnungen zwischen Menschen, die Hilfe brauchen, und Menschen, die Hilfe anbieten?**

**Lisa:** Unseren Dolmetscher Aram aus Armenien muss ich unbedingt erwähnen. Er wurde bei Verpa zum Maschinenanlagenführer ausgebildet. Weil er sich sehr für andere einsetzt und gut mit Menschen kann, hat er nun eine Vollzeitstelle bei uns. Letztes Jahr konnten wir circa 30 Personen zu Arbeit verhelfen. Aus unserer Notschlafstelle heraus haben zwei ältere Damen eine



Seniorinnen-WG gegründet, engagieren sich allerdings weiterhin ehrenamtlich bei uns. Wir schauen gemeinsam mit jedem, was er beherrscht und in welchem Stundenumfang, und zeigen dann passende Betätigungen auf. Das kann auch die Mitgliedschaft bei der Freiwilligen Feuerwehr sein, die Betreuung des Foodsharing-Fairteilers gegen Lebensmittelverschwendung oder die Mithilfe bei Speis, Diakonie, Caritas und anderen sozialen Einrichtungen. Jeder braucht doch irgendwie eine nachhaltige und sinnvolle Aufgabe. Arbeiten soll attraktiv sein und wir klären darüber auf, dass das Bürgergeld nicht als Dauerlösung gedacht ist. So entlasten wir letzten Endes unser Sozialsystem.

### **GUM: Wie groß ist euer Team und wie kann man euch am besten unterstützen?**

**Lisa:** Neben einigen hauptamtlichen Mitarbeitern haben wir ungefähr 45 Ehrenamtler, von denen manche wöchentlich, manche nur einmal im Monat mitmachen. Unterstützung benötigen wir vor allem im handwerklichen Bereich – wer kann Fahrräder reparieren und andere auf diesem Gebiet anlernen? Wer hat Lust, in der Kreativ- und Möbelwerkstatt mitzuwirken und etwas für alle zu gestalten? Im Café freuen wir uns zum einen über Leute, die liebevoll und mit offenem Ohr unsere Gäste bewirten. Und andererseits über Leute, die Sachspenden annehmen bzw. empathisch ablehnen, sortieren und teilweise für die

Osteuropahilfe verpacken, für die wir mit der OASE kooperieren. Neben denen, die wirtschaftlich bedürftig sind, können im Übrigen alle zu uns kommen, die emotional bedürftig, also einsam sind. Wie die ehemalige Näherin, die vorbeischaute, weil sie Gespräche vermisst. Jeder soll bei uns seinen Platz finden und kann zusammen mit den anderen etwas erschaffen, wovon alle profitieren. Gegenseitige Hilfe ist auf so viele Arten möglich.

### **GUM: Welchen Raum nehmen Kunst und Kultur bei „ENSOoXX hilft“ ein?**

**Lisa:** Da ist zum einen die Kochwerkstatt, zum anderen sind Benefizkonzerte und eine Theatergruppe angedacht. Außerdem upcyclen wir in der Kreativwerkstatt Möbelstücke und andere Objekte. Seit Kurzem stellen wir zum Beispiel Schmuck aus ausgemustertem Besteck her und verkaufen ihn für den guten Zweck. Aus Stoffresten werden Taschen, Stirnbänder und andere Accessoires kreiert und bei unserem neuen Kunstprojekt erhalten alte Leinwände einen frischen Anstrich. Buchlesungen zu sozialen Themen und bewegenden Lebensgeschichten aus unserem Café planen wir in diesem Jahr ebenfalls, begleitet von einem interkulturellen Büffet und Musik.

**GUM: Das sind tolle Ideen, danke an den gesamten Verein für das soziale Engagement und euch beiden für den Blick hinter die Kulissen!** [kh]



## **ÜBER DEN ENSOXX Hilft E.V.**

Der Verein residiert in der Spitalfeldstraße 7 (ehemaliges Altmühlcenter) und ab März sind das Café Kleiderkiste und die Kreativwerkstatt nicht nur am Mittwochnachmittag, sondern auch am Donnerstagnachmittag geöffnet. Menschen, die sich in einer persönlichen oder wirtschaftlichen Notlage befinden, werden hier auf verschiedenste Weise unterstützt – sei es mit Sachspenden, Sprachkursen, einer Jobbörse oder einer Notschlafstelle. Jeder, der Hilfe benötigt oder sich ehrenamtlich helfend einbringen möchte, ist herzlich willkommen.

ensoxx-hilft.de  
Instagram: @ensoxxhilft

**MADE IN GERMANY  
SOLO-TOUR 2026**

**HEINO**



**DAS BESTE AUS  
ÜBER 65 JAHREN**

**Do., 23.04.26**

**Monika  
Martin**



*30 Jahre  
Jubiläum*

Die große  
**SOMMERLAND-Tour**

**Sa., 16.05.26**

**DMF TELAMO**

**Stadthalle GUNZENHAUSEN**

VVK: SchlagerTickets.com, Reisebüro am Färberturm

Tel. 09831-881796 & an allen bek. VVKstellen

**www.THOMANN-Management.de | Burgebrach**

**Schlager  
Tickets.com**

*Schlager in der Stadthalle Gunzenhausen*

## **HEINO UND MONIKA MARTIN AUF GROSSER TOUR MIT STOPP IN GUNZENHAUSEN**

**Deutschlands Schlagerlegende Heino kommt im Frühjahr in die Stadthalle Gunzenhausen. Auch Monika Martin, die „goldene Stimme aus Graz“, macht mit ihrer Jubiläumstour Halt. Zwei Schlagerabende, die Fans nicht verpassen sollten.**

Den Auftakt macht Heino am **23. April** mit seiner Solo-Tour „HEINO – Made in Germany“. Der Kult-Star bringt einige seiner größten Hits wie „Rosamunde“, „Karamba, Karacho, ein Whisky“ oder „Blau blüht der Enzian“ auf die Bühne und begeistert mit einer Mischung aus Schlager- und Volksliedern sowie einigen musikalischen Überraschungen – darunter auch wieder „Junge“. Mit 86 Jahren zeigt Heino einmal mehr, warum er als „der letzte Punk“ gilt: energiegeladen, authentisch und zeitlos.

Am **16. Mai** folgt Monika Martin mit ihrer großen Jubiläumstour. Seit 30 Jahren berührt sie mit ihrer unverwechselbaren Stimme und gefühlvollen Liedern. In Gunzenhausen präsentiert sie auch ihr aktuelles Album „Sommerland“ – ein Werk voller Emotionen und Geschichten, die unter die Haut gehen. Ihre Konzerte versprechen eine Mischung aus Leichtigkeit, Tiefgang und echter Nähe zum Publikum.

Beide Veranstaltungen werden von Thomann Management aus Bamberg präsentiert. Tickets sind erhältlich unter **SchlagerTickets.com**, im Reisebüro am Färberturm (Tel. **09831/881796**) sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

[ga]



Altmühlsee Festspiele in Muhr am See

## SOMMER. BÜHNE. GÄNSEHAUT.


**Die Altmühlsee Festspiele 2026 bringen Theater, Rock und große Gefühle in den Innenhof des AIZ.**

Wenn sich ein warmer Sommerabend über den Altmühlsee legt und Lichter den Innenhof des Altmühlsee-Informationszentrums in ein wunderschönes Ambiente tauchen, beginnen die Altmühlsee Festspiele 2026. Unter freiem Himmel – bei Regen im Saal – entsteht wieder diese besondere Mischung aus Kultur, Genuss und geselligem Beisammensein. Bereits vor den Vorstellungen wird der Innenhof zum Treffpunkt, wo Besucher bei einem Glas Wein und regionalen Spezialitäten die Atmosphäre genießen.

Der Auftakt erfolgt am **4. Juni um 18:30 Uhr** mit einer Vernissage der beiden Künstler Gerhard Postler und Margot Krug aus Gunzenhausen. Im Anschluss läuten die Blacksmiths mit „Rock meets Altmühlsee Festspiele“ die Saison musikalisch ein – und das bei freiem Eintritt.

Große Emotionen verspricht der Blockbuster „Ziemlich beste Freunde“ mit Younes Tissinte (bekannt aus den „Rosenheim-Cops“) und Harald Moloher, inszeniert von Klaudia Schmidt. Mit schwarzem Humor folgt „Der Tatortreiniger“ mit Malte Buhr. Poetische Klangwelten eröffnet das Leonard-Cohen-Special.

Auch das traditionelle Klassikkonzert kehrt zurück – 2026 als „Klassik heier amol ned am See“, erstmals auf der Freilichtbühne im AIZ. Und auch der Freundeskreis der Festspiele plant wieder besondere Überraschungen für das Publikum.

Weitere Informationen, Spieltermine und Tickets erhaltet ihr unter [www.altmuehlsee-festspiele.de](http://www.altmuehlsee-festspiele.de). 



# ALTMÜHLSEE FESTSPIELE

04. Juni bis 12. Juli 2026



**Ziemlich  
beste  
Freunde  
Tatortreiniger**

**Leonard-Cohen-Tribute  
„Sincerely a Friend“  
Klassik heier amol ned am See**

Alle Termine und mehr Informationen erhalten Sie unter:  
[www.altmuehlsee-festspiele.de](http://www.altmuehlsee-festspiele.de)





# Opalausstellung 2026

In Großbreitenbronn

Gertrud Norys & Team

Goldschmiede Norys - Großbreitenbronn 28 -  
91732 Merkendorf - Tel. 09826/825



## HANDWERKS KUNST

IM ALTEN SCHULGARTEN

**SAMSTAG**  
02. MAI 2026  
12:00 – 19:00 Uhr

**SONNTAG**  
03. MAI 2026  
10:00 – 18:00 Uhr

Großbreitenbronn  
91732Merkendorf

Veranstalter: Handwerkskunst  
im alten Schulgarten e.V.

Feinstes  
Kunsthandwerk  
Kulinarische  
Köstlichkeiten  
Buntes  
Kinderprogramm  
Livemusik uvm.

[www.handwerkskunst-im-alten-schulgarten.de](http://www.handwerkskunst-im-alten-schulgarten.de)

**25**  
ZUM 25. MAL  
PRÄSENTIEREN  
KREATIVE  
KÖPFE

Anzeige

Zwei Veranstaltungen, ein Anspruch: das Besondere

## WO EDELSTEINE ZU LEUCHTEN BEGINNEN UND KUNST AUFBLÜHT

Die Opalausstellung 2026 vom **16. bis 19. April** in der Goldschmiede Norys lädt zum Staunen ein. Taucht ein in die faszinierende Welt australischer Opale. Bereits am Donnerstag um 18:30 Uhr führt Opalspezialist Felix Kalthaus in Geschichte und Mining dieses außergewöhnlichen Edelsteins ein (mit Anmeldung). Freitag und Samstag von 10 bis 18 Uhr, Sonntag von 10 bis 16 Uhr erwartet euch eine erlesene Auswahl schimmernder Opale und einzigartiger Schmuckstücke. Lasst euch von der Magie der Farben begeistern.

Am **2. und 3. Mai 2026** verwandelt sich der alte Schulgarten in Großbreitenbronn wieder in ein Paradies für Liebhaber echter Handwerkskunst. Der überregional bekannte Kunsthandwerkermarkt feiert sein 25-jähriges Jubiläum – mit rund 60 Ausstellerinnen und Ausstellern aus nah und fern.



In stimmungsvollem Ambiente entdeckt ihr stilvolle Gartendekorationen aus Holz, Metall oder Ton, handgefertigten Schmuck, kunstvolle Filzarbeiten und ausdrucksstarke Gemälde. Liebevolle Unikate, kulinarische Spezialitäten sowie Workshops, Kinderschminken, Märchenerzähler und Livemusik machen den Besuch zu einem Erlebnis für die ganze Familie.

[www.handwerkskunst-im-alten-schulgarten.de](http://www.handwerkskunst-im-alten-schulgarten.de)

[jf]

Anzeige

# GUNZENHAUSEN UNDERGROUND MAGAZIN

## Das kostenlose Kultur- und Trendmagazin für Gunzenhausen

Wir berichten über Kultur, Kunst, Musik, Literatur, Menschen, spannende Projekte und weitere interessante Themen aus und für Gunzenhausen. Das Magazin im kleinen Querformat erscheint regelmäßig alle drei Monate und wird herausgegeben von einem erfahrenen Redaktionsteam.

Das GUNZENHAUSEN UNDERGROUND Magazin wird in nahezu alle Haushalte mit der Postleitzahl 91710 ausgeteilt und an wichtigen Stellen ausgelegt. Die Auflage beträgt mindestens 8.000 Exemplare je Ausgabe. In der Regel hat eine Ausgabe etwa 60 Seiten und immer einen festen Werbeanteil. Wächst die Werbeteilnahme, wächst auch automatisch der Umfang einer Ausgabe! Genau wie bei den Inhalten, wird auch bei Werbung auf Qualität vor Quantität geachtet.

**Mit Ihrer Werbung kommen Sie nicht nur in die Sichtbarkeit, sondern unterstützen aktiv die Kulturarbeit in Gunzenhausen! Werbung ganz einfach digital buchen unter**

**GUNZENHAUSEN-UNDERGROUND.DE/WERBUNG**

oder per Mail an

**WERBUNG@GUN-MAGAZIN.DE**

korridor.co

### Herausgeber:

George Arauner, Juliane Zeh  
korridor.co | George Arauner  
& Juliane Zeh GbR

📍 Dr.-Martin-Luther-Platz 13  
91710 Gunzenhausen

☎ 09831 / 879 08 09

✉ redaktion@gun-magazin.de

🌐 gunzenhausen-underground.de

**Auflage:** 9.000 Exemplare

**Redaktion:** Kristy Husz M.A. (vi.S.d.P.)  
| George Arauner | Juliane Zeh |  
Jessica Frank

*Regional sowie energie- und ressourceneffizient mit  
Biofarben auf FSC-zertifiziertem Papier gedruckt.*

FRANKENPRINT

Bildnachweise: Cover/S. 1 Saskia Krutsche; S. 5-7 l. Felix Oeder; S. 7 r. Erik Scheffel; S. 8 Stadt Weißenburg; S. 9 Beppo Minx; S. 14-17 Botanik in Weißenburg; S. 18 Ulrich Hopp; S. 19 Hartmut Goldmann; S. 21 Ulrich Hopp; S. 22 Waldgeister Dornstadt e.V.; S. 23 Ossberger Stiftung; S. 25 l. Landratsamt Weißenburg-Gunzenhausen; S. 25 r. Babett Guthmann; S. 26 DieKULTURmacherei Gunzenhausen e.V.; S. 27 Manuel Grosser; S. 28 Alexandra Hiltl; S. 29 o. Brigitte Wich; S. 29 u. Alexandra Hiltl; S. 30-35 korridor.co; S. 37-39 speedfitness Gunzenhausen; S. 41-42 Kristy Husz; S. 44 speedfitness Gunzenhausen; S. 45 Fred Stian Harila; S. 47 korridor.co; S. 49 Sascha Dittmann, Rainer Klein, Karl Michael Schölz; S. 51 Hans Pattis; S. 52-54 Anna Wohlfarth; S. 55 korridor.co; S. 57-59 ENSoXX hilft e.V.; S. 61-62 Jessica Frank | Co-Autoren dieser Ausgabe: Babett Guthmann, Brigitte Wich | Dank an alle Werbetreibenden, die diese Ausgabe mit ihrem finanziellen Beitrag ermöglicht haben; Dank an ES Events, Waldgeister Dornstadt e.V. und speedfitness Gunzenhausen für die Bereitstellung der Tickets und Fitnessgutscheine für die Gewinnspiele; Dank an alle weiteren Unterstützer, Interviewpartner und unsere Leser.

# unsere kunst für ihre rechte!

meyerhuber  
rechtsanwälte  
partnerschaft mbB

rot-kreuz-straße 12-14  
91710 gunzenhausen



ansbach

dinkelsbühl

feuchtwangen

weißenburg

nürnberg

## 23 rechtsanwälte und 22 fachanwaltstitel

fachanwältinnen  
und fachanwälte  
für:

arbeitsrecht bankrecht erbrecht familienrecht gesellschaftsrecht  
handelsrecht internationales wirtschaftsrecht kapitalmarktrecht  
medizinrecht mietrecht steuerrecht strafrecht vergaberecht  
verkehrsrecht verwaltungsrecht wohnungseigentumsrecht

