

Studio macht Senioren fit für den Alltag

Marco Baronsky betreibt am Heidenkopferdell eine Bewegungsschule nur für ältere Menschen

Viele wollen in netter Gesellschaft ihre Fitness fördern. Das gilt auch für eine wachsende Zahl von Senioren. Für diesen gesundheitsbewussten Personenkreis hat Marco Baronsky ein Studio eröffnet.

Von SZ-Mitarbeiterin
Alexandra Raetzer

Saarbrücken. Doris Krämer (67) hat auf einem der Fitnessgeräte Platz genommen. Ihre Beine liegen auf zwei Metallhebeln, die sie beim Spreizen und Zusammenführen der Beine aufeinander zu und voneinander weg bewegt.

Gegenüber tritt Helene Winkler auf dem Ergometer in die Pedale. „Ich bewege mich sehr gerne“, sagt die 76-Jährige. „Aber alleine macht das ja keinen Spaß.“ Also trainiert Helene Winkler zweimal pro Woche im Fitness-Studio. „Gerofit – Bewegungsschule für Senioren“ heißt das Studio, das der Diplom-Sportlehrer Marco Baronsky am Heidenkopferdell 2 eröffnet hat.

Sechs Damen trainieren an diesem Vormittag an den Geräten. Alle sind tiptop frisiert und geschminkt und tragen normale Straßenkleidung. „Die Leute können so trainieren, wie sie sind. Niemand muss sich umziehen“, sagt Marco Baronsky. Denn ab einem gewissen Alter bereite das morgendliche Ankleiden schon Mühe genug. Die Bedürfnisse der Klientel, die Baronsky mit Gerofit anspricht, stehen in seiner „Bewegungsschule“ an oberster Stelle. So gibt es im Studio weder laute Musik noch einen Fernseher.

Schließlich kommen viele Senioren nicht nur, um fit zu bleiben und ihre Muskulatur zu trainieren, sondern auch, um



Marco Baronsky gibt seiner Mutter Christa Baronsky Tipps, wie sie an diesem Gerät ihre Fitness steigern kann.

Foto: Iris Maurer

Gesellschaft zu haben und ein Schwätzchen zu halten. „Meine Klienten sind nicht mehr im Arbeitsprozess, viele der Damen sind verwitwet“, erzählt Baronsky. Stolz ist er darauf, dass sowohl Frauen als auch Männer sein Angebot nutzen.

„Es kommen auch viele Ehepaare, die gerne gemeinsam etwas unternehmen möchten“, berichtet der 49-Jährige. Wich-

tig sei ihm eine „familiäre, persönliche Atmosphäre“. Die gefällt auch der Mutter des Inhabers, Christa Baronsky. Sie kommt zweimal pro Woche zum Training. Auf die Idee, ein Fitness-Studio für Menschen zu bleiben und sich zu bewegen.

„Aber ein Fitness-Studio nur für Senioren gab es im Saarland bisher nicht“, sagt Baronsky. Selbst bundesweit kenne er keine vergleichbare Bewegungs-

schule. Bei den über 50-Jährigen sind es 20 Prozent“, erläutert Baronsky. Noch dazu hätten Rentner mehr Zeit als Berufstätige und meist ein ausgeprägtes Bedürfnis, aktiv zu bleiben und sich zu bewegen.

„Aber ein Fitness-Studio nur für Senioren gab es im Saarland bisher nicht“, sagt Baronsky. Selbst bundesweit kenne er keine vergleichbare Bewegungs-

schule. Daher denkt der Saarbrücker schon jetzt darüber nach, sein Konzept auch in anderen Städten umzusetzen.

◆ **Weitere Infos** bei Gerofit, Heidenkopferdell 2, Tel. (0681) 588 75 87. Seniorinnen und Senioren, die sich für das Angebot interessieren, lädt Baronsky jeden Mittwoch ab 14.30 Uhr zu einem kostenlosen Schnuppertraining ein.

Nathalie Zimmer setzt sich gegen Roland König durch

Saarbrücken. Die FDP geht mit Nathalie Zimmer aus Saarbrücken und Manfred Baldauf aus Völklingen in die Regionalversammlungswahl am 7. Juni. Der Landtagsabgeordnete Baldauf ist Spitzenkandidat auf der Liste Saarbrücken-Land. Nathalie Zimmer setzte sich gestern Abend als Kandidatin auf der Liste Saarbrücken-Stadt gegen Roland König durch, der die FDP zurzeit mit Baldauf in der Regionalversammlung vertritt. *al*

Ein fünfgängiges Menü für den guten Zweck

Ellen Philipp kocht am 22. November zu Gunsten der SZ-Aktion „Hilf-Mit!“ – Eine Tombola ist auch geplant



der guten Sache. Weil das bei Feinschmeckern beliebte Restaurant seit etwas mehr als einem Jahr geöffnet ist und der Advent vor der Tür steht, möchte Inha-

berin Ellen Philipp anderen helfen: Sie widmet den Abend der SZ-Aktion „Hilf-Mit!“. Dabei will sie das zu Spendengeld machen, was sie am besten kann: Sie möchte ihre Gäste mit kulinarischen Leckerbissen überraschen: „Es wird ein fünfgängiges Menü geben, von den 30 Euro, die dieses kostet, werden fünf Euro an die SZ-Aktion gehen.“ Außerdem ist sie dabei, eine Tombola zu organisieren. „Es wird Preise im Wert von mehreren hundert Euro

geben. Viele St. Arnualer Geschäfte wollen sich beteiligen“, so die Köchin. Unter anderem soll es Gutscheine, Balsamicos aus eigener Herstellung, Kochbücher und einen Obstkorb zu gewinnen geben. Und Ausgaben des Restaurantführers Regio-Guide, in dem auch die Cuisine Philipp aufgeführt ist. Darin ist das Lokal sogar mit einem Guido ausgezeichnet worden. Überhaupt scheint das Lokal bei den Testern gut anzukommen. „Schon nach einem

Jahr sind wir in vier Restaurantführern aufgeführt, das macht richtig Laune“, sagt die Küchenchefin. Feinkost aus eigener Herstellung für die heimische Küche gibt es in der St. Arnualer Cuisine auch zu kaufen. Wer beim „Hilf-Mit!“-Abend dabei sein möchte, sollte rechtzeitig reservieren. *al*

◆ **Kontakt:** „Cuisine Philipp“, Ellen Philipp, Saargemünder Straße 104 (Ecke Feldstraße), 66119 Saarbrücken, Telefon (06 81) 9 70 34 33.

Prostituierte werben um Verständnis

Caro und Jasmin verstehen nicht, warum die Stadt ihre „rollenden Bordelle“ an der Neuen Bremm abschleppen lassen will



Caro (links) und Jasmin vor ihrem Arbeitsplatz.

Foto: Becker & Bredel

Nicht alle Anwohner der Neuen Bremm sehen die beiden Bordell-Lieferwagen in der Nachbarschaft als Ärgernis, sagen die Prostituierten, die dort arbeiten. Die beiden Frauen wollen ihren Standort nur ungern aufgeben.

Von SZ-Redakteur
Martin Rolshausen

Saarbrücken. Was soll so schlimm daran sein, dass zwei junge Frauen in zwei umgebauten Lieferautos am Rande der Stadt sexuelle Dienste anbieten? Das fragen sich Caro und Jasmin, die beiden Frauen, die genau das tun und sich von der Stadtverwaltung ungerecht behandelt fühlen. Das städtische Ordnungsamt will nämlich dafür sorgen, dass die beiden Lieferwagen-Bordelle verschwinden. Zumindest kündigt das Ordnungsamt das seit über einem halben Jahr an.

Anwohner hatten sich mehrfach beschwert (die SZ berichtete), weil sie sich durch nächtliches Autotürenschlagen, Musik und Lastwagenfahrer, die beim

Vorbeifahren hupen, gestört fühlen. Die Stadt droht mit Zwangsgeld in Höhe von 250 Euro wegen „nicht genehmigter Inanspruchnahme einer öffentlichen Verkehrsfläche zu gewerblichen Zwecken“ und mit dem Abschleppen der Fahrzeuge.

Caro und Jasmin hoffen, dass es soweit nicht kommt. „Ich fühle mich wohl an dieser Straße“, sagt Caro. Und es gebe doch „in jeder

„Wenn da Lärm ist, heißt es dann ganz schnell: Das waren wieder die Prostituierten.“

Caro, Prostituierte

Stadt diese älteste Dienstleistung“. „Wir haben Respekt vor unseren Nachbarn und ihren Kindern“, erklärt sie. „Deshalb verzichten wir auch auf das Nachmittagsgeschäft und arbeiten nur abends und nachts“, sagt sie. Das sei „eine klare Absprache“ mit der Stadtverwaltung. Deshalb wundere es sie, sagt Caro, dass die

Stadt nun in öffentlichen Stellungnahmen droht.

Der Platz rund um die Autos werde „jeden Abend sauber gemacht und gekehrt“. Das werde von Anwohnern auch positiv gesehen. Es gebe nämlich nicht nur Nachbarn, die sich beschwerten. „Wir haben auch sehr viel positive Rückmeldung aus der Nachbarschaft – zum Beispiel von Leuten, die mit ihren Hunden spazieren gehen“, sagt Caro.

Sie und Jasmin seien auch nicht die einzigen Menschen, die an der Bremm in Grenznähe ihr Geld verdienen, argumentiert Caro. Da seien ja auch noch ein Restaurant, auf dessen Parkplatz spätabends auch Autotüren zugeschlagen werden und Leute teilweise laut reden, und ein Sportwettenbüro. „Verärgerte Jugendliche, die da verloren haben, machen da ab und zu Palaver“, weiß sie. Es sei aber immer dasselbe, sagt Caro: „Wenn da Lärm ist, heißt es dann ganz schnell: Das waren wieder die Prostituierten. Aber ich verdiene doch auch nur mein Geld.“

NACHRICHTEN

ST. JOHANN

Polizei sucht Zeugen einer Brandstiftung

Brandstifter haben am Montag gegen 4 Uhr einen großen Marktschirm und die darunter abgestellten Plastikstühle vor einer Gaststätte am St. Johanner Markt angesteckt. Der Polizei zufolge hatten Zeugen dort kurz zuvor eine Frau und einen Mann gesehen. Ob sie das Feuer legten, ist unklar. Polizisten erstickten die Flammen mit einem Feuerlöscher. Eine Gefahr für die nahe gelegenen Häuser bestand nach Angaben der Polizei nicht. *red*

◆ **Hinweise** an den Kriminaldienst Saarbrücken unter Tel. (06 81) 9 62 25 30.

HEUSWEILER

Linkspartei erstellt Listen zur Wahl

Die Mitglieder des Kreisverbandes Saarbrücken der Partei Die Linke erstellen am Samstag, 22. November, 9 Uhr, in der Kulturhalle Heusweiler in einer Vollversammlung die Bereichslisten für die Landeshauptstadt und das Stadtumland sowie die Gebietsliste für die Regionalversammlung. *red*

SAARBRÜCKEN

Stadt: Aktion gegen die Kastanienminiermotte

Viele Saarbrücker Roskastanien sind von Kastanienminiermotten befallen. Die Motten können die Bäume schwächen. Darauf weist das Grünamt der Landeshauptstadt hin. Damit die Schädlinge nicht im heimischen Garten überwintern können, sollte Kastanienlaub in der Biotonne oder in städtischen Grünschnittcontainern entsorgt werden. Das Laub kann außerdem unter anderem bei der Kompostieranlage Gersweiler abgegeben werden. < **Bericht folgt** *red*

◆ **Öffnungszeiten** der Kompostieranlage: montags bis freitags jeweils 8 Uhr bis 18 Uhr, samstags 9 Uhr bis 13 Uhr.

SAARBRÜCKEN

Gottesdienst zum Buß- und Bettag

Zum ersten Mal nach langer Unterbrechung gibt es in der Kapelle des Klinikums Saarbrücken wieder einen ökumenischen Gottesdienst zum Buß- und Bettag. Er beginnt am morgigen Mittwoch um 18.30 Uhr. *red*

SAARBRÜCKEN

„Historisches Quartett“ im Rathausfestsaal

Mit der Frage, wie es um die Zukunft der Demokratie bestellt ist, beschäftigt sich heute, Dienstag, ab 20 Uhr im Rathausfestsaal das Historische Quartett. Es diskutieren der Historiker Prof. Edgar Wolfrum, Tissy Bruns, Berliner Tagesspiegel-Redakteurin und Ex-Vorsitzende der Bundespressekonferenz, und der Politikwissenschaftler Prof. Ulrich Sarcinelli. SR 2 KulturRadio überträgt die Diskussion am 14. Dezember von 20.04 bis 21 Uhr. Eintritt frei. *red*

ALTENKESSEL

Rotes Kreuz bittet um Blutspenden

Der Rotkreuz-Ortsverein Altenkessel bietet am Montag, 24. November, die Gelegenheit, Blut zu spenden. Und zwar von 16 Uhr bis 19.30 Uhr im ehemaligen Rathaus Altenkessel, Gerhardtstraße 7. *red*

Produktion dieser Seite:

Frank Kohler
Martin Rolshausen