

GSC-Marathon-Abenteuer 500 Meter unter der Erde

GARBSEN. An einem sehr ungewöhnlichen Wettkampf nahmen am 8. Februar drei Athleten des Garbsener SC teil: am Kristall-Marathon im einst größten Kalibergwerk der Welt in Merkers bei Eisenach.

Um den Startpunkt zu erreichen, ging es zunächst in schneller Seilfahrt in einem Förderkorb hinunter in 500m Tiefe. Dies ging mit einem Temperaturwechsel von Minusgraden oben im Schnee bis zu angenehmen 21 Grad Wärme im Bergwerk einher. Es folgte mit offenen LKW eine rasante Fahrt über mehr als 2 Kilometer zum Startpunkt Großbunker. Dieser war einmal ein riesiges Salzlager und ist heute der größte und tiefste Konzertsaal Europas.

Rund 650 Teilnehmende gingen auf die Halbmarathondistanz von 23 km oder die Marathondistanz mit 42,9 km. Alle Läuferinnen und Läufer hatten die komplette Zeit im Bergwerk einen Helm und eine Stirnlampe zu tragen. Auf der Marathondistanz galt es 13 Runden mit je 3,3 km und 60 Höhenmetern zu bewältigen. Somit standen am Ende der Marathondistanz durch die steilen Rampen und Anstiege 780 Höhenmeter zu Buche. Michal Kovacik legte von Beginn an ein hohes Tempo vor. Bereits zum Ende der zweiten Runde war der Großteil des Starterfeldes erstmalig überholt. Lange Zeit lieferte sich der schnelle



Im Großbunker vor dem größten Schaufelradbagger der Welt unter Tage: (von links) Michal Kovacik, Andreas Süßmann und Uwe Großmann. Foto: privat

GSC-Athlet ein Duell auf Augenhöhe mit dem späteren Sieger Thomas Dahmen vom TSV Dinkelsbühl. Am Ende fehlten ihm nur 2 Minuten zum Sieg. Die 3:04:14h reichten Michal Kovacik aber für einen richtig starken 2. Gesamtplatz.

Andreas Süßmann (4:46:08, 14. M55) und Uwe Großmann (4:58:07, 8. M60) hatten infolge der trockenen und warmen Luft unter Tage zum Teil mit Krämpfen in den Beinen zu kämpfen und mussten einige Gehpausen einlegen. Sie waren dennoch zu-

frieden, unter diesen besonderen Wettkampfbedingungen mitten im Winter eine Marathondistanz erfolgreich gefiniert zu haben. „Das war ein unvergessliches Erlebnis“, waren sich die drei GSC-Athleten am Ende des Tages einig.

Theater für Kinder in Seelze

SEELZE. Eine liebevolle Geschichte für die ganze Familie ist am Freitag, 20. Februar, um 15 Uhr im nächsten Theater für Kinder in Seelze zu sehen: Dann ist das Erfreuliche Theater Erfurt mit „Ich mach dich gesund, sagte der Bär“ im Veranstaltungszentrum Alter Krug zu Gast. Frei nach Janosch erzählt das Stück auf humorvolle und zugleich einfühlsame Weise vom kleinen Tiger und dessen großem Freund, dem Bären. Der kleine Tiger möchte mit dem Bären spielen. Der Bär hat allerdings keine Zeit, denn er liest und braucht dafür viel Ruhe. Als der kleine Tiger kurz darauf krank wird, kümmert sich der Bär aber fürsorglich um ihn.



Theater für Kinder: Der Bär tröstet den kranken Tiger – und sorgt dafür, dass er schnell wieder gesund wird. Darsteller Ronald Mernitz lädt sein Publikum dabei zum Mitfühlen, Mitdenken und Mitlachen ein. Foto: Stadt Seelze

Die rund 45-minütige Aufführung zeigt, wie wichtig es ist, aufeinander Acht zu geben. Die Vorstellung richtet sich an Kinder ab drei Jahren. Darsteller Ronald Mernitz regt die jungen Zuschauerinnen und Zuschauer mit

seinen Figuren zum Mitfühlen, Mitdenken und Mitlachen ein. Die ursprünglich für Freitag, 13. Februar, geplante Inszenierung

hat das Erfreuliche Theater Erfurt aus persönlichen Gründen um eine Woche auf den neuen Termin am Freitag, 20. Februar, ver-

schieben müssen. Eine erste Aufführung um 10 Uhr richtet sich insbesondere an Kindertagesstätten und Schulklassen. Die Vorstellung für alle Interessierten beginnt um 15 Uhr im Veranstaltungszentrum Alter Krug, Hannoverstraße 15a. Die Karten kosten 5 Euro für Kinder und 6 Euro für Erwachsene. Außerdem ist eine übertragbare 10er-Karte für 45 Euro erhältlich. Reservierungen nimmt das Kulturbüro der Stadt Seelze unter Telefon (05137) 828284 sowie per E-Mail an kulturbuero@stadt-seelze.de entgegen. Die Tageskasse öffnet eine halbe Stunde vor Vorstellungsbeginn. Vorbestellte Karten liegen an der Kasse bereit und sollten spätestens 15 Minuten vor Beginn abgeholt werden. Das Jahresprogramm der Reihe Theater für Kinder liegt unter anderem im Rathaus Seelze aus und ist außerdem im Internet unter www.seelze.de/kindertheater abrufbar.

Heike Wehrmann verabschiedet sich als 1. Vorsitzende

FRIELINGEN. Am Samstag, 31. Januar, hatten sich 61 stimmberechtigte Mitglieder des Schützenvereins Frielingen im Schützenhaus eingefunden. Nach der Begrüßung der 1. Vorsitzenden Heike Wehrmann übernahm Heiko Münkler vom Kreisschützenverband die Ehre der Vereinsmitglieder. Hervorzuheben sind die langjährigen Mitgliedschaften, 60 Jahre Hildegard Wittebush und Wilhelm Hanebuth und 50 Jahre Dieter Beermann, Anja Bormann-Möller, Christina Öhl-schläger, Alwin Prinzhorn, Astrid Rebischke und Jens Wehrmann. Heike Wehrmann verabschiedete

sich mit einer sehr emotionalen Rede aus der Vorstandsarbeit und bekam viel Applaus und Dank für ihre geleistete Arbeit. Bei den anschließenden Wahlen übernahm Svenja Schabraham den 1. Vorsitz von Heike Wehrmann und Anne Beermann übernahm den freien Platz der Stellvertreterin. Heike Wehrmann wurde zur Ehrenvorsitzenden gewählt. Auf der Tagesordnung standen dann noch der „Schweineball“ am 20. Juni, ein Festausschuss zum Stadtschützenfest 2027, Startgelder bei Wettkämpfen und die Bitte um Mithilfe beim Bau des geplanten Fahrradunterstandes.



Svenja Schabraham (links) übernahm den 1. Vorsitz von Heike Wehrmann bei den Frielinger Schützen. Foto: privat

KRISTALL THERME SEELZE

GESUND BADEN
Thermalsole-Becken mit bis zu 12% Solegehalt und Natronbecken

SAUNIEREN
7 Saunen und ein Dampfbad

AKTIV REGENERIEREN
Wellness und Massage

FASCHINGS-AKTION
14 FÜR 10

Im Zeitraum **06.02. - 22.02.2026** erhalten Sie **14 Tickets* zum Preis von 10 Tickets.** Beim Kauf einer 14 für 10 Faschings-Aktion erhalten Sie einen **5€-Gastronomie-Gutschein** gratis dazu!**

* Die Karten sind drei Jahre gültig.
** Der Gastronomie-Gutschein ist bis zum 31.05.2026 einlösbar.

www.kristalltherme-seelze.de

Die beste Werbung für Sie: Eine Anzeige in der **UMSCHAU**

Haushaltsauflösungen
Entrümpelungen
An- und Verkauf
Thomas Ertel
☎ 0172 5 13 03 44

HÖRMANN-Garagentore
Top-Qualität mit Montage von
KLAERDING Portaltechnik
Telefon 05043/91050

ANZEIGE

Positive Auswirkungen auf das Demenzrisiko untersucht. Neue Studie: Gutes Hörvermögen unterstützt die geistige Fitness.

Wussten Sie, dass gutes Hören mit einem geringeren Demenzrisiko verbunden ist? Neueste Studien zeigen, dass bei älteren Erwachsenen eine Verbesserung des Hörvermögens einen positiven Einfluss auf die geistige Fitness haben kann.^{2,3}



Julia Marschallek,
Hörakustikmeisterin

„Viele Menschen unterschätzen die Auswirkungen eines Hörverlusts und halten ihn für ein reines Problem des Gehörs“, erklärt Julia Marschallek, Hörakustikmeisterin bei GEERS. Doch die Anstrengung, unvollständige Informationen zu verarbeiten, kann das Gehirn ermüden und stressen.⁴ So fand eine Studie aus Dänemark heraus, dass Menschen mit unbehandeltem Hörverlust ein erhöhtes Demenzrisiko haben.¹

Hörgeräte können helfen.

Hörgeräte können bei frühzeitiger Anwendung den Hörverlust ausgleichen und somit die geistige Belastung reduzieren. Sie ermöglichen es dem Gehirn, Klänge und Gespräche besser zu verarbeiten, was die geistige Fitness unterstützen kann.^{2,3}

Hörvermögen regelmäßig testen.
In diesem Zusammenhang möchten wir von GEERS Sie einladen, Ihr Hörvermögen testen zu lassen. Der Test ist kostenlos und unverbindlich, dauert nur 15 Minuten und erfordert keine Überweisung des Hausarztes. Im Rahmen einer bundesweiten Aktion zur Vorsorge bietet GEERS diesen Test auch in Ihrer Nähe ohne vorherige Terminvereinbarung an. Nutzen Sie die Gelegenheit, um Ihre geistige Fitness zu unterstützen!

Weitere Informationen erhalten Sie online auf geers.de/hoertest oder telefonisch über unsere gebührenfreie Service-Hotline **0800 724 000 222**.

Besuchen Sie uns in einem Fachgeschäft in Ihrer Nähe:

Planetenring 25–27,
30823 Garbsen,
Tel.: 05137 8116781

Oder vereinbaren Sie bequem Ihren Wunsch-Termin online auf geers.de/termin:



GEERS

Diese GEERS Fachgeschäfte werden betrieben von der Sonova Retail Deutschland GmbH, Otto-Hahn-Straße 35, 44227 Dortmund

Code für Fachgeschäft



¹ Cantuaria, et al. (2024). Hearing loss, hearing aid use, and risk of dementia in older adults. *JAMA Otolaryngology–Head & Neck Surgery*, 150(2), 157–164. ² Sarant et al. (2024). ENHANCE: a comparative prospective longitudinal study of cognitive outcomes after 3 years of hearing aid use in older adults. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 15, 1302185. <https://audiology-blog.phonakpro.com/results-of-the-enhance-study-after-3-years-of-hearing-aid-use/> ³ Lin, et al. (2023). Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial. *The Lancet*, 402(10404), 786–797. <https://www.achievestudy.org/> ⁴ World Health Organization. (2021). World report on hearing. Geneva: World Health Organization. Retrieved March 8th, 2021. <https://www.who.int/publications/i/item/world-report-on-hearing>

430701_002626

*Alle Artikel solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Preise sind in Euro incl. MwSt. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Abbildungen ähnlich. Diese Angebote gelten nur in den nachfolgenden werbenden Märkten:

<p>Mo-Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 18:00</p> <p>MIX Markt</p>	<p>Mo-Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 18:00</p> <p>Mix Markt 122 OHG Lange Weihe 65 30880 Laatzen</p>	<p>Mo-Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 19:00</p> <p>Mix Markt 18 OHG Vahrenheider Markt 6 30179 Hannover-Vahrenheide</p>	<p>Mo-Fr 09:00 - 19:00 Sa 09:00 - 19:00</p> <p>Mix Markt Hannover Schierholzstr. 128 30655 Hannover</p>
---	---	---	---

Angebote gültig von Mo. 16.02. bis Sa. 21.02.2026

<p>Schweinebauch ohne Knochen 1 kg 4.99</p>	<p>Schweine-Bauch wie gewachsen 1 kg 3.99</p>	<p>Dicke Rippe vom Schwein 1 kg 3.99</p>	<p>Schweine-Schulter mit Knochen 1 kg 3.59</p>
<p>Rindernackchen ohne Knochen 1 kg 14.00</p>	<p>Rinderbeinscheiben 1 kg 6.99</p>	<p>Teigtaschen „Pelmeni Kazachstanie“ mit Hammelfleischfüllung 1,5 kg Pack, 1 kg = 4,66 6.99</p>	<p>Teigtaschen mit Schweine- und Rindfleischfüllung, tiefgefroren 700 g Btl, 1 kg = 4,28 2.99</p>
<p>Wildlachsfilet, portioniert, tiefgefroren 800 g Pack, 1 kg = 13,75 11.00</p>	<p>Pangasiusfilet, tiefgefroren 800 g Btl, 1 kg = 4,99 3.99</p>	<p>Rauchfleisch Kirschtrot „Wedzinka wisniowa“ 100 g, 1 kg = 12,50 1.25</p>	<p>Brühwurst, mittelgroß „Kielbasa bawarska“ 100 g, 1 kg = 11,90 1.19</p>
<p>Akazienhonig 500 g Gl, 1 kg = 11,98 5.99</p>	<p>„Marke Nr.1“ Hefegebäckringe versch. Sorten je 300 g Btl, 1 kg = 3,30 0.99</p>	<p>Brühwurst mittelgroß, geräuchert „Kielbasa aleksandryjska“ 100 g, 1 kg = 8,50 0.85</p>	<p>Kochwurst mit Gerstengrütze, schnittfest „Krupniok“ 100 g, 1 kg = 6,90 0.69</p>
<p>Buchweizen mit Dampf behandelt 800 g Btl, 1 kg = 2,24 1.79</p>		<p>„Reeva“ Instantnudelgericht mit Fleischgeschmack für die schnelle Zubereitung je 300 g Pack, 1 kg = 5,30 1.59</p>	

Sparpaket 4+1 Gratis

3763031_002625