07/2020

der planitzer

Die Zeitung für Planitz, Rottmannsdorf und Hüttelsgrün

KOSTENLOS
an alle Haushalte in Oberplanitz, Niederplanitz, Rottmannsdorf und Hüttelsgrün, sowie in vielen Neuplanitzer Geschäften, Arztpraxen, etc. erhältlich.
verbreitete Auflage 8.000 Exemplare

Titelthema
Umgestaltung des Planitzer Marktes – Bürgerbeteiligung ist ausdrücklich erwünscht

Planitz aktuell
Ärgernis wird beseitigt – Stützmauer an der Herbartstraße wird saniert

Planitz historisch
Nachtrag zur Schanze auf dem Kreuzberg – neue Bilder von Lesern geliefert

In eigener Sache

„Falls die Polizei abgeschafft wird, der Kapitalismus aber nicht: Was passiert dann mit all den Menschen, die heute bei der Polizei sind? […] Spontan fällt mir nur eine geeignete Option ein: die Mülldeponie. Nicht als Müllmenschen mit Schlüsseln zu Häusern, sondern auf der Halde, wo sie wirklich nur von Abfall umgeben sind. Unter ihresgleichen fühlen sie sich bestimmt auch selber am wohlsten.“ Das schrieb die „Journalistin“ Hengameh Yaghoobifarah in der Taz. Innenminister Seehofer erwägt eine Klage gegen das linke Blatt, traut sich aber wohl doch nicht so richtig, weil die Zeitung sofort mit einem empörten Aufschrei reagiert hat und die Pressefreiheit in Gefahr sieht. Die Chefredakteurin der Taz, Barbara Junge, bezeichnete den Artikel als „danebengegangene Satire“ und entschuldigt sich halbherzig. Der Artikel sollte wohl so lustig sein, wie das Lied von der Oma als Umweltsau. Irgendwie habe ich das Gefühl, dass ich bei weitem nicht der einzige bin, der über die perversen Ergüsse der bekennenden Deutschlandhassinnen, der Namen auszusprechen mein Mund sich weigert, nicht lachen kann.

Die gleiche links-grün versiffte Journaille, die alternative Medien wie »achgut«, »tichyseinblick«, »journalistenwatch« und andere als politische Brandstifter, Verschwörungstheoriker, Klima-, Corona-, und weiß-der-Teufel-wasleugner bezeichnet und als Hass- und Hetze-Prediger bezeichnet, tut genau das und meint sich doch tatsächlich noch im Recht. Da quäkte doch neulich noch so ein staatsfinanzierter Möchtegernjournalist im mdr, es würde derzeit immer schwieriger, „die Kontrolle über die Wahrheit“ zu behalten.

Hallo, gehts noch? Die Kontrolle über die Wahrheit? Weiß der Mann eigentlich, was er da sagt? Oder andersherum gefragt: Hat der Hörer dieser Sendung überhaupt begriffen, was da gesagt wurde? Manchmal sind diese Typen ja unfreiwillig ehrlich. Wahrscheinlich weil sie nicht nur glauben, sehr fest im Sattel zu sitzen, sondern das auch tatsächlich sind. Also mir macht das Angst.

Habe gerade im Radio gehört, dass „Drehofer“ nun doch keine Strafanzeige gegen die Taz stellt. War eigentlich auch nicht anders zu erwarten. Die Polizei kann nicht auf ihren obersten Dienstherren rechnen und ist überhaupt derzeit der Prügelknabe der Nation. Der Spiegel biedert sich bei den Black-live-matters-Chaoten an und bezeichnet unsere Polizei ungestraft als Mörder, weil 2019 „durch Polizeieinsätze 14 Menschen zu Tode“ gekommen seien. Es wird in dem Beitrag der Eindruck erweckt, dass deutsche Polizisten Rassisten seien und unschuldige „Menschen“ erschießen. Aha, ich verstehe: Polizisten sind Mörder und Verbrecher sind Menschen. Auf diese Differenzierung kann wohl nur ein krankes Journalistenhirn kommen, das die ANTIFA hofiert und sich vom Staat bezahlen lässt.

A propos »Black live matter«. Ich musste ja erst mal nachschlagen, was das heißt, weil mein Englisch nur fast so gut ist wie das von Günter Öttinger. Schwarzes Leben zählt. Mir stellt sich da die Frage: Weißes Leben zählt wohl nicht? Kann man eigentlich noch rassistischer sein?

Wer jetzt noch nicht begriffen hat, dass wir immer mehr Fremde im eigenen Land werden, dem ist wirklich nicht mehr zu helfen.

Herzlichst
Ihr Stefan Patzer

Termine in Planitz

bis Ende Juli 2020

25. Ju1i von 18.00 – 22.00 Uhr
Einladung zur „Blauen Stunde“ im Garten bei Familie Malkhoff
Uthmannstr. 4 in Oberplanitz
(siehe auch Artikel S. 3)

»der planitzer« erscheint wieder am 07.08.2020
Termine, die Sie uns bis zum 30. Juli 2020 mitteilen, veröffentlichen wir an dieser Stelle.
Angaben ohne Gewähr!

Einheimisches Familienunternehmen
BESTATTUNGSHAUS
MAIK BAUMANN
Adam-Ries-Straße 6 · 08062 Zwickau/Planitz
ständige Bereitschaft
Telefon 0375 - 788 19 746
Handy 0152 - 027 01 183
Geschäftszeit Dienstag und Donnerstag von 9.00 Uhr - 13.00 Uhr sowie Montag - Sonntag nach telefonischer Rücksprache.
Feuerbestattung ab 740 €
Erdbestattung ab 920 €
kostenlose Hausbesuche
Erledigung der Formalitäten
Bestattungsvorsorgeregelungen
Traueranzeigen/Drucksachen
Vermittlung von Rednern
eigene Trauerhalle
SERIÖS · WÜRDEVOLL · FREUNDLICH · KOMPETENT · FAIR IM PREIS
www.bestattungen-baumann-zwickau.de

Titelfoto

Das Titelbild der Juliausgabe zeigt mal wieder die Lukaskirche – ein Fotomotiv, das zu jeder Jahreszeit seine ganz besonderen Reize hat.

Der 67 Meter hohe massive Sandsteinturm ist auch aus großer Entfernung zu sehen, wenn man sich auf Zwickau oder Planitz zubewegt und gibt der Stadt eine typische Silhouette.

Leider sind in diesem Jahr fast alle Sonderveranstaltungen abgesagt, aber die Sanierungsarbeiten innen und außen sind in vollem Gange. Das Gewölbe der Orgelempore wurde teils neu verputzt und malermäßig nach historischen Vorlagen restauriert. So steht dem Einbau der neuen Walckerorgel im Herbst 2021 nichts mehr im Wege. Im Außenbereich entsteht derzeit eine behindertengerechte Auffahrt an der Südseite, die sich gut ins Gesamtbild einfügt.

IMPRESSUM

Herausgeber: spatz · werbung
Äußere Zwickauer Straße 71
08064 Zwickau-Planitz
Tel.: 03 75 / 78 77 34

Internet: www.der-planitzer.de

Redaktion: Sabine Patzer (V.i.S.d.P.)
E-Mail: info@der-planitzer.de

Anzeigen: Stefan Patzer
E-Mail: info@der-planitzer.de

Webmaster: Markus Patzer

Druck: Zschiesche GmbH
Repro · Druck · Verlag
08112 Wilkau-Haßlau

Vertrieb: VBS Logistik GmbH
09120 Chemnitz

»der planitzer« erscheint monatlich in den Stadtteilen Oberplanitz, Niederplanitz, Neuplanitz und Rottmannsdorf.
Verbreitete Auflage: 8.000 Exemplare

»der planitzer« im Urlaub

Schön, dass es wieder ein Urlaubsbild gibt.

Das Foto schickte uns Christin Krebs aus ihrem Urlaub Ende Mai vom Abisko Nationalpark in Schweden.

Der Abisko Nationalpark, in der historischen schwedischen Provinz Lappland gelegen, ist besonders für seinen rund 440 km langen Fernwanderweg „Kungsleden“ (auf deutsch: Königspfad) bekannt. Doch neben diesem Pfad gibt es zahlreiche weitere Wanderwege, die nicht allzu lang sind.

Auch für ungeübte Wanderer, die die Natur lieben, ist der Nationalpark ein Ausflugstipp.

Liebe Leser, lassen Sie sich Ihren wohlverdienten Urlaub durch die aktuelle Situation nicht vermiesen. Auch in Deutschland gibt es schöne Urlaubsziele. Schon im Psalm 37,5 liest man: „Bleibe im Land und nähre dich redlich!“

EG-Wohnung mit Terrasse und Garten zu vermieten!

3-Raum-EG-Wohnung in ruhiger Wohnlage mit Gartennutzung · Uhlandstraße 13 · 08064 Zwickau/Planitz
95 m² Wohnfläche · ca. 250 m² Garten eingezäunt· Kaltmiete: 855 € · NK: 200 € · Gesamtmiete: 1055 €
Über die Küche direkter Zugang zum eigenen Garten mit 2 Terrassen · Süd/West-Ausrichtung
Fußbodenheizung in allen Räumen · dreifach verglaste Kunststofffenster · Bad komplett mit einer Dusche, Badewanne, WC, Waschtisch, Radio, Spiegel, Beleuchtungskörper und allen Accessoires
Wände und Decken wurden verputzt und gestrichen · Vinyl Bodenbelag in allen Räumen verlegt
Glas- und weiße Holztüren mit Edelstahlgarnitur · separater WM-Raum · separater Fahrradraum u.v.m.
Kontaktdaten: Sebastian Sachs · Telefon 0172-3762545 · E-Mail: sebastiansachs@gmx.de

FAMILY BOWL

Inhaberin: C. Mindt
Geänderte Öffnungszeiten:
Mittwoch – Freitag ab 17.00 Uhr
Samstag/Sonntag ab 16.00 Uhr
Montag + Dienstag: Ruhetag
(außer Sonderveranstaltungen)

Darwinstraße 7
08064 Zwickau-Planitz

Telefon: 0375/7928488
Fax: 0375/7921077
mobil: 0175/2204032
Internet: www.familybowl.de
e-Mail: info@familybowl.de

Wir sind wieder für Euch da

Freut Euch mit uns. Wir haben wieder geöffnet!!! Natürlich müssen auch wir gewisse Hygiene- und Abstandsregelungen einhalten, aber das sollte für Euch und uns kein Problem sein. Eigentlch ist alles wie immer und wir kümmern uns auch weiterhin um Euren Hunger und Durst.
Ab sofort könnt Ihr also wieder Termine buchen und Bahnen reservieren.
Bitte beachtet unsere geänderten Öffnungszeiten.

Noch ein Hinweis ganz anderer Art:
Solltet ihr für eine Familien- oder Firmenfeier einen Raum suchen, so bietet unser Partyraum für bis zu 50 Personen Platz.
Er ist mit und ohne Catering buchbar. Ausgestattet mit Tischen, Bestuhlung und Geschirr.
Auf Wunsch kann die eingebaute Zapfanlage genutzt werden.
Wir freuen uns auf euren Besuch!

Sportliche Grüße Claudia Mindt

Eine Ära geht zu Ende

Seit 1948 war die Firma Taxi Mäusezahl bemüht, Sie pünktlich, sicher und zuverlässig zu chauffieren und Sie an Ihr Ziel zu bringen – wo immer das war.
Seit 1983 in zweiter Generation mit Ulrike und Gert Mäusezahl am Steuer geht nun nach 72 Jahren eine Ära zu Ende. Wir geben unser Geschäft auf und verabschieden uns in den Ruhestand.
Für Ihre jahrelange Treue und Ihr Vertrauen bedanken sich ganz herzlich *Ulrike und Gert Mäusezahl*

Taxiunternehmen Mäusezahl
Emil-Rosenow-Straße 45 · 08064 Zwickau-Planitz · Telefon: 03 75 / 78 51 97

Tag der offenen Gartenpforte

Der Tag der offenen Gartenpforte fiel in diesem Jahr am 7. Juni im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser. Es regnete fast den ganzen Tag. Um so erstaunlicher, dass trotz des Schmuddelwetters außergewöhnlich viele Menschen den Weg in die Uthmannstraße zu Sabine Malkhoff fanden.

Auf Grund der recht kühlen Jahreszeit waren natürlich viele Blumen noch nicht in voller Pracht zu bewundern. Wir haben deshalb noch ein Foto vom 25. Juni mit reingeschmuggelt, wo die Rosen in voller Blüte zu bewundern sind.

Sabine Malkhoff hat sich entschlossen, ein weiteres Mal in ihren Garten einzuladen. Am 25. Juli von 18.00 bis 22.00 Uhr zur „Blauen Stunde“. Auch Carola Frey (Am Hochwald 4a in Culitzsch) schließt sich dieser Aktion wieder an und präsentiert zum gleichen Termin ihre Scheunenkunst noch einmal.

Allianz
Generalvertretung

Cornelia Tautenhahn
Lengenfelder Straße 26
08064 Zwickau-Planitz

Bürozeiten: Mo/Fr 9.00 – 12.00 Uhr
Di/Do 9.00 – 14.00 Uhr
Mi 14.00 – 18.00 Uhr
sowie Termine nach Vereinbarung
Telefon: 0375/6924078 1
E-Mail: cornelia.tautenhahn@allianz.de
Web: www.allianz-tautenhahn.de

Vorsorge, die Schule macht…

…und sich dem Leben Ihres Kindes anpasst, ohne dass sich der Beitrag erhöht!
„Berufsunfähigkeit“ bei Schülern???
Wir sehen den Schulbesuch als Beruf an, denn der „Job“ Ihres Kindes ist es zur Schule zu gehen. Aber was passiert, wenn Ihr Kind für längere Zeit krankheits- oder unfallbedingt nicht mehr die Schule besuchen kann? Was passiert, wenn Sie als Eltern sich überlegen müssen, wer nun zu Hause bleibt und auf Einkommen verzichtet? Die laufenden Kosten gehen weiter wie bisher …
Diese Vorsorge für Schüler-/innen ab dem 10. Lebensjahr zahlt Ihnen bzw. Ihrem Kind eine monatliche Rente und lässt sich flexibel an die individuelle Lebenssituation anpassen.
Sind Sie neugierig geworden? Ich berate Sie gern unverbindlich zu diesem wichtigen Thema,
…weil unsere Kinder das Wichtigste sind, was wir haben !!!

Biergartenbetrieb

Am Biel 7 A · 08062 Zwickau-Planitz · Telefon: 01 74 / 837 10 51

Gaststätte Alexanderschacht

Rostbrätl oder Roulade? – Sülze oder Rotbarschfilet?
Hier schmeckt es immer!
Gutbürgerliche Küche wie zuhause.

Öffnungszeiten
Montag bis Mittwoch geschlossen
Donnerstag + Freitag 16.00 – 22.00 Uhr
Samstag + Sonntag 11.30 – 22.00 Uhr

Gesellschaften bis 70 Pesonen – kein Problem

MAURITIUS BRAUEREI ZWICKAU

Auflösung 186. Fotorätsel

Wir hatten es schon fast geahnt, dass es diesmal zu schwer war, aber wir konnten der Herausforderung nicht widerstehen.

Das gesuchte Detail befindet sich an einem Fachwerkhaus am Marktsteig 12. Der Eingang zum Grundstück ist aber über die Innere Zwickauer Straße erreichbar. Zusätzlich erschwert wurde das Ganze noch dadurch, dass sich das Gebäude auf dem Firmengelände einer Baufirma befindet.

Am Sandsteingewänd über der Tür befindet sich der Schriftzug Günther – Böhm. Ob es sich um einen Herrn Günther Böhm oder um zwei Familiennamen handelt, konnten wir nicht herausfinden.

Ein Rätsellöser hat die Innere Zwickauer Straße 111 vermutet. Dort befand sich die Druckerei Böhm (Planitzer Zeitung). Ein anderer hat Planitzer Markt geraten. Nachgesehen haben beide nicht. Diesmal hatte also kein Fotorätselfreund eine richtige Lösung. Auf zum 187.

gesund leben Apotheken

Carsten Albrecht und
Thomas Schröder

Innere Zwickauer Str. 106
08062 Zwickau
Tel.: 0375/7852 58

OBERPLANITZER APOTHEKE

E-Mail: info@oberplanitzerapotheke.de

187. Fotorätsel

Kennen Sie sich gut aus? Wo wurde dieses Foto aufgenommen? Wer weiss, was das ist?

Ihre, hoffentlich richtigen Antworten können Sie uns per Post, eMail oder telefonisch übermitteln. Bitte geben Sie für die Benachrichtigung der Gewinner unbedingt eine Telefonnummer an.

Einsendeschluss ist der 30. Juli 2020

Mitmachen lohnt sich auf jeden Fall. Der erste Preis kommt diesmal von der Kreativwerkstatt »Delimade« Ebersbrunn.

Der Gewinner erhält einen Wickelschal im Wert von 35 Euro.

2. Preis ein T-Shirt »der planitzer»

3. Preis ein Schlüsselband »der planitzer«.

Teilnahmeberechtigt sind alle, außer Mitarbeiter der Firmen Kreativwerkstatt »Delimade« und „spatz werbung“.

Die Gewinner werden in der nächsten Ausgabe, die am 7. August erscheint und im Internet unter www.der-planitzer.de bekannt gegeben.

Alle Gewinner werden persönlich benachrichtigt. Gewinnabholung bitte direkt bei uns.

Dinge die die Welt nicht braucht, aber wunderschön sind!
Handmade –
handgemachte Schals, Tücher, Beanies… in großer Auswahl

z. B. WS 890 für den Sommer

z. B. WS 969 für den Winter

KREATIVWERKSTATT
Geöffnet:
Mittwoch 15:00–18:00 Uhr
oder nach Vereinbarung
Reichenbacher Str. 103
08115 Lichtentanne/ OT Ebersbrunn
www.delimade.de

Nachlese: Die Sprungschanze am Kreuzberg

Das hat uns selbst überrascht: Nach unserem Beitrag über die Kreuzbergschanze gab es doch einige Leute, die noch einen Beitrag zu diesem Thema liefern konnten. Unser Leser Michael Zahn schickte uns einen Beitrag Leserbriefe (Freie Presse vom 1.3.2007). Dort schreibt Heiner Bühl, der jetzt in Ellwangen wohnt, von seinen Erlebnissen an der Kreuzbergschanze. Er ist dort selbst gesprungen und hat auch die Schanzenweihe miterlebt. Er datiert die Schanzenweihe auf den 29. Januar 1961, was sehr glaubwürdig klingt. Eine andere Leserin hat uns auf das Buch »Planitz – erlebte Geschichte« von Norbert Peschke hingewiesen, wo auf Seite 81 die Schanzenweihe auf den 18. Januar 1967 datiert wird. Zumindest das Jahr stimmt keinesfalls. Wir hatten die Einweihung in unserer Juniausgabe auf Anfang der 60iger Jahre datiert. Ich selbst war als sehr kleiner Junge mit meinen Eltern und Großeltern beim Skispringen auf dem Kreuzberg, was ein Datum in den frühen 60iger Jahren wahrscheinlicher macht. Herr Bühl schreibt weiter, dass es an diesem Tag, also dem 29. Januar 1961 ziemlich warm war und der Schnee schmolz, so war nur ein Durchgang möglich. Es gab wegen des nassen Schnees keine großen Weiten an diesem Tag, weil die breiten Sprungski im nassen Schnee der Anlaufspur förmlich kleben blieben. Er selbst hat an diesem Tag in der Klasse der Pioniere gewonnen. Womit wir bei der kleinen Schanze wären. Ich hatte sie als Jugendschanze bezeichnet, aber jetzt meine ich mich zu erinnern, dass sie wohl doch Pionierschanze hieß. Wer heute auf dem Gelände sucht, findet noch einige Relikte. Ein größeres Holzteil, das auf dem ehemaligen Aufsprunghang „vergessen" wurde, könnte von der Pionierschanze stammen. Von der Schanze sind noch diverse Reste der Fundamente zu finden. Stahlrohre wurden einfach ebenerdig abgeschnitten. Am Aufsprunghang sind noch Reste der Plastematten zu finden.

Ganz besonders bedanken möchten wir uns bei Kurt Freyberger aus Neuplanitz, der uns noch einige Fotos zur Verfügung gestellt hat, die er selbst mit seiner »Exa« geschossen hat.

GEMEINSAM FÜR EINE SAUBERE ZUKUNFT

Jetzt Altmetall in bares Geld verwandeln und der Umwelt etwas Gutes tun.
Ihr Experte für nachhaltige Ressourcenrückgewinnung.

HOFMANN METALL GMBH | Bahnhofstraße 5 | 08144 Hirschfeld
E-Mail info@hofmann-metall.de Büro 037607 / 55 31
Fax 037607 / 54 12 Mobil 0172 / 37 61 21 1
www.hofmann-metall.de

HOFMANN METALL GmbH
Aufbereitung | Demontage | Rohstoffe

Hauptsitz in 08066 Zwickau | Betriebsteile in 09114 Chemnitz & in 08144 Hirschfeld

Stützmauer an der Herbartstraße wird saniert

Es ist seit längerem ein Ärgernis und eine beträchtliche Einschränkung. Die Herbartstraße in Niederplanitz zwischen der Dr.-Martin-Luther-Schule und der Gaststätte »Zum Stern« ist für Fahrzeuge gesperrt und nur über einen schmalen Fußweg begehbar. Grund ist ein beträchtlicher Schaden an der Stützmauer. Anwohner hatten bei uns angefragt, ob das jetzt ein Dauerzustand bleiben soll oder ob hier etwas geplant ist.

Auf Anfrage teilte uns die Stadt Zwickau mit, dass nach einem Gutachten und einer umfangreichen Planungsphase – inklusive Fördermittelanträgen – am 6. Juli Baubeginn ist. Es ist geplant, vor der vorhandenen Bruchsteinmauer eine neue Stützmauer zu errichten, so dass die vorhandene Mauer unangetastet bleibt. Zur Stabilisierung erfolgt eine Rückverankerung. Die geplanten Kosten belaufen sich auf 410.000 Euro. Fertigstellung soll Ende Oktober sein.

Bürgerbeteiligung bei der Umgestaltung des Marktes

In der Stadtratssitzung am 25. Juni stand der Grundsatzbeschluss zum Planitzer Markt auf der Tagesordnung. Er beinhaltet die Absicht zur grundhaften Sanierung und Umgestaltung des gesamten Marktareals. Auch der Ersatzneubau des unter der Äußeren Zwickauer Straße verlaufenden Wiesengrundbaches ist Teil der geplanten Baumaßnahmen.

Es soll eine umfassende Bürgerbeteiligung erfolgen. Teile der Planitzer Einwohner hatten schon Mitte Juni einen Fragebogen erhalten, den sie bei uns im Büro abgeben konnten. Wir bitten die Planitzer, von dieser Möglichkeit auch weiterhin Gebrauch zu machen. Ab dem 1. Juli soll auch für drei Wochen eine Beteiligung online möglich sein, bei der die Planungen zur Umgestaltung eingesehen werden können und auch die Möglichkeit besteht, konstruktive Vorschläge einzubringen. Eine Veranstaltung in Planitz soll ebenfalls erfolgen, wenn sich die coronabedingten Rahmenbedingungen verbessert haben.

Auch wir haben uns schon ein paar Gedanken gemacht und möchten sie an dieser Stelle als Diskussionsgrundlage in die Runde werfen. Was möglich und umsetzbar ist, wird am Ende wohl doch von Fachleuten entschieden werden und von den zur Verfügung stehenden Mitteln abhängen.

Wünschenswert wären aus unserer Sicht Grünflächen und Sitzgelegenheiten. Auch Wasserspiele würden den Markt sicherlich attraktiver machen. Neulich haben wir in Bad Klosterlausnitz eine einfache, aber sehr schöne Springbrunnenanlage gesehen. Für eine versierte Tiefbaufirma dürfte das keine allzugroße Herausforderung sein. Es muss ja nicht immer gleich ein teurer Künstler engagiert werden. Bilder siehe unten. Gut wäre es auch, wenn endlich eine Lösung für das Schockenkaufhaus gefunden würde. Eine Markthalle im Erdgeschoss bietet sich geradezu an.

Hoffentlich denken die Planer auch an eine ausreichende und praktische Stromversorgung – z.B. wie auf dem Zwickauer Hauptmarkt. Ein Toilettenhäuschen ist ja schon da – es müsste halt nur geöffnet sein. Schön wäre auch, wenn der Markt als verkehrsberuhigte Zone den LKW-Durchgangsverkehr durch Planitz erschweren würde. Dazu könnte man z.B. die Edisonstraße Richtung Markt zur Einbahnstraße machen. Bei Gegenverkehr, z.B. mit einem Bus oder LKW wird es schnell ganz eng und von der Edisonstraße links in die Lengenfelder Straße abzubiegen ist auch nicht immer ganz einfach.

Schön wäre auch, wenn die Glascontainer nach dem Umbau nicht mehr zum Marktbild gehören würden. Sicher findet sich ein besserer Standort.

Bewegung ist das halbe Leben

„Bewegung ist das halbe Leben“ – das sagt sich so leicht daher.
Leider hat sich dieser Spruch innerhalb der letzten Generationen in die falsche Richtung entwickelt, denn wir bekommen immer mehr von unserer natürlichen Bewegung von der modernen Technik abgenommen und werden so zum Sitzen gezwungen.
Die technische und digitale Entwicklung ist für vieles sicherlich sehr gut, kann aber eben auch bequem und faul machen.
Wenn wir nicht aufpassen, entwickeln sich so unsere Körper zurück – die Mitte wird breiter und die Gliedmaßen kürzer, da wir sie ja nicht mehr gebrauchen. Um dem entgegenzuwirken, müssen wir unbedingt etwas tun, unseren inneren Schweinehund bekämpfen und wenigstens in unserer Freizeit für eine ausgeglichene Bewegung sorgen.
Im Wort „BEWEGUNG“ steckt der „WEG“ und „der WEG ist das ZIEL!“ Um das Ziel zu erreichen, müssen wir uns BEWEGEN.

Die »Vitalen Stockhasen« von der Dienstagsgruppe

Dabei sind wir gerne behilflich. Im August starten wir unseren Nordic Walking -Herbstkurs im Schlosspark.
Nordic Walking ist ein Ganzkörpertraining um den Kreislauf und Stoffwechsel anzuregen, die Ausdauer zu fördern, frische Luft zu tanken und sich bei angemessenem Tempo trotzdem noch angeregt unterhalten zu können – was will man denn noch mehr.
Die beiden Stöcke sind nicht nur zum Festhalten gedacht, denn bei der richtigen Technik kann man seine Gelenke um 30% schonen und fast alle unsere über 600 Muskeln kommen zum Einsatz.
Falls ihr Lust bekommen habt mit uns zu stöckeln, meldet euch bitte bei der VITALIS Physiotherapie in Niederplanitz,
Ernst-Grube-Str. 29, Telefonnummer 03 75 / 78 81 93 38 bald an.
Bewegung und Spaß wird garantiert und natürlich auch von allen Krankenkassen finanziell gefördert.

Katrin Murawski
Nordic Walking- Kursleiterin

VITALIS Physiotherapie

Ernst-Grube-Straße 29
08062 Zwickau
Tel. / Fax: 03 75 / 78 81 93 38
www.praxis-vitalis-zwickau.de

VITALIS Physiotherapie

Salon Mandy
Inh. Ulrike Krieger

Guter Schnitt
Coole Preise
Haarverlängerung · Haarverdichtung
Hochzeitsfrisuren

Zaanstader Straße 5
08062 Zwickau
03 75 / 792 11 52

Unsere Öffnungszeiten
Mo/Mi/Do/Fr 9.00 – 18.00 Uhr
Di 9.00 – 14.00 Uhr
und nach Vereinbarung
Wir kommen auch gern
zu Ihnen nach Hause (ohne Aufpreis)

GTR Fashion ZWICKAU
autobund

Wenn es mit dem Neuwagen mal ganz schnell gehen muss…

Mit unserem Partner »autobund« bieten wir:

- ständig ca. 1.000 EU-Neufahrzeuge in großer Markenvielfalt ***sofort*** verfügbar.
- bis zu ***40% Ersparnis*** gegenüber der UVP des deutschen vergleichbaren Modells
- Auf alle Fahrzeuge deutsche Herstellergarantie
- Eine kleine Auswahl finden Sie direkt bei uns vor Ort
- Wählen Sie direkt aus unserem Computer Ihr Wunschfahrzeug. Das ist dann für Sie in wenigen Tagen direkt bei uns vor Ort.
- Bitte beachten Sie auch unseren Flyer mit vielen attraktiven Fahrzeugangeboten in der Augustausgabe »der planitzer« (08. August 2020)

Ronny Schmalfuß
Am Hammerwald 45 · 08064 Zwickau-Planitz
Telefon: 03 75 / 66 10 96

REIFEN • TUNING • AUTOSERVICE