egen Hauswand gekracht

henstein (OTZ). Zu einem hrsunfall mit einem Ver- n kam es am Freitagmorgen thenstein auf der B 88. Da- nissachtete ein 35-jähriger mit seinem Pkw Ford die hrt und kollidierte mit ei- Lkw. Der Ford prallte gegen Hauswand, wobei der Fah- rletzt wurde. Der Sachscha- eträgt ca. 12 600 Euro.

ESSUM

ÜRINGER Zeitung
ÜRINGER Nachrichten

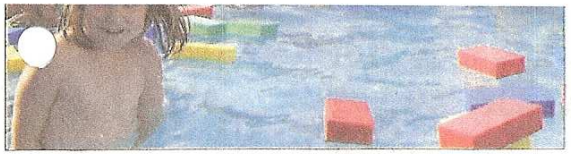
wortlich für den Lokalteil:
rager,
rkt 8
Jena
3641) 5 90 91 - 23 und 24
3641) 5 90 91 20
R-jena@otz.de

äftsstelle:
en / Vertrieb / Service
rkt 8
Jena
en Tel. (03641) 5 90 91 12
Fax (03641) 5 90 91 00
gzustellung: Tel. (03641) 5 90 91 14
ena@zgt.de

OTZ-Druckzentrum GmbH & Co. KG
spreis monatlich 20,60 Euro incl. 7%
ertsteuer. Preisnachlass bei Abbuchung
ährlich 2%, halbjährlich 5% und jährlich
bbestellungen sind zum Monatsende mög-
d bis zum 5. des Monats schriftlich an die
äftsstelle zu richten. Bei Nichtbelieferung
e höherer Gewalt, bei Störungen des Be-
riedens, Arbeitskampf (Streik, Aussper-
bestehen keine Ansprüche gegen den Ver-
lle Nachrichten werden nach bestem
sen, jedoch ohne jede Gewähr veröffent-

der keinen Krach machen? Weil die Eltern ihre Kinder nicht los ließen? Weil nur eine Mitmachtrommel da stand? Oder weil die Trommler schön trommelten, aber kaum etwas sagten? Wer weiß. Mehr Mitmacher hatte da Rena Fritsche vom Jenaer Tanzhaus, die die Kinder zur Bühne abholte und mit ihnen kleine internationale Tänze einübte.

Es gab unter anderem Gesang zur Gitarre vom Duo „Voice 'n Strings" – dahinter verbergen sich Dirk und Constanze Vogel



Spaß im großen Pool hatten die kleinen Arenabesucher.

aus Bad Blankenburg. Und punkigen Rock von „Black Mastermind" aus Jena. Zum Abtanzen am Abend spielte die Band „Fanfare Bachtalie" kräftigen Zigeuner-Brass.

Die Organisatoren sind zufrieden mit dem „Mitmachfest", das offensichtlich die gut 2500 Besucher aus dem Vorjahr überbot. Bislang blickt die 18. Kulturarena zurück auf 24 Veranstaltungen. Zum ausverkauften Theaterspektakel ausverkaufte Konzert der Isländerin Emiliana Torrini. Auch das Konzert von Badi Assad im Volksbad gilt mit rund 350 Sitzplätzen als ausverkauft.

Das sich auch Konzerte mit geringen Publikumsandrang zum absoluten Geheimtipps entwickeln können, zeigte das begeisternde Konzert des Kanadiers Soccalled.

68 500 Besucher lockte die Kulturarena des Jahres 2008 an. Im Jahr 2009 ist bis zum Finale am 23. August noch viel Platz für Kultur und Gäste.

erkulisse waren traditionell wieder Kinder des benachbarten Schullandheimes und Reiterzentrums von Georg Plank und Andy Weithenauer beteiligt. Erstmals begrüßten die Pferdesportfreunde Mitglieder des Dornburger Rosenfestvereins mit der Rosenkönigin Maximilia Wenzel sowie ihres Gefolges in Kostümen aus der Rokoko-Zeit

An der Spitze der Gäste-Schau Zöthen reiten die Mitglieder des Licht (l.) sowie Martin Unger auf

Wie auf einem Sechstausender

Loxymed simuliert Höhenbedingungen im POM

Jena (OTZ/Groß). Die Luft in de Räumen ist dünn. Jede Aktivität fällt etwas schwerer als sonst. Auf dem Bildschirm wechseln die Zahlen – von anfangs 2000 Metern in wenigen Minuten auf 4500 Meter. Solche Bedingungen wie im Hochgebirge kann die Firma Loxymed seit kurzem in einem Seitentrakt des POM-Fitnesscenters am Jenzigweg schaffen

Das von den beiden Sportwissenschaftlern Theresa Senff und Benno Bartsch geführte Unternehmen simuliert alpine Höhenbedingungen. Das heißt: Hier können die gleichen Voraussetzungen hergestellt werden wie auf Bergen mit Höhen bis zu 6000 Metern, wie Theresa Senff sagt.

Das habe mehrere Vorteile. Zum Beispiel können hier Alpinisten trainieren und sich auf Exkursionen vorbereiten. Aber auch für den vorbeugenden Gesundheitsschutz, die Fitness, die Stärkung des Immunsystems sowie für die orthopädische Rehabilitation und Behandlung von Atemwegserkrankungen und Diabetes hat die Bewegung unter diesen Höhenbedingungen positive Wirkung. Und Theresa Senff beruft sich auf zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen. Als unbestritten gilt auch der Erfolg, den solches Training für Spitzensportler bringt. Denn es werden so vermehrt rote Blutkörperchen produziert und das Mikrokapillaren-Längen-Wachstum angeregt. Dadurch könne mehr Energie erzeugt und die Leistungsfähigkeit gesteigert werden.

Johanes Ardelt als Proband beim Test (Foto: OTZ/Groß)

Eine wissenschaftliche Studie hat auch gleich zum Start von Loxymed im POM in der vorigen Woche stattgefunden: 15 Probanden übernachteten unter Bedingungen, die zum Schluss auf 5000 Meter erhöht wurden. Die Auswirkungen auf Fett- und Wassergehalt sowie weitere Körperreaktionen wurden dabei getestet.

>>www.loxymed-jena.de