



BINATAL-UMSCHAU

www.vilsbiburger-zeitung.de

Palmbuschen-Aktion und Weltgebetstag

Bonbruck. (red) Der Frauenbund plant, auch in diesem Jahr wieder Palmbuschen für das Osterfest zu binden. Wer Palmkätzchen oder Buchs abgeben möchte, soll sich bei Marianne Kratzl unter Telefon 08745-282 oder bei Evi Schaumeier melden. Eine coronagerechte Abholung der Zweige ist inbegriffen. Am morgigen Freitag findet um 19 Uhr in der Pfarrkirche Bonbruck der Weltgebetstag der Frauen statt.

Der diesjährige Weltgebetstag hat das Thema „Worauf bauen wir“, die Texte dazu wurden dieses Mal von Frauen aus Vanuatu, einer Insel im Südpazifik, vorbereitet. Mit ihren Texten wollen die Frauen dazu ermutigen, das Leben auf den Worten Jesu aufzubauen, die der felsenfeste Grund für alles menschliche Handeln sein sollen. Der Wortgottesdienst wird von Frauenbundmitgliedern gestaltet, wie es in der Mitteilung heißt.

DAV-Versammlung wird verschoben

Gangkofen. (red) Die für den 12. März vorgesehene Versammlung des Alpenvereins mit Neuwahl der Vorstandschaft wird wegen der Corona-Pandemie verschoben. Neuer Termin ist am Freitag, 23. Juli, um 19.30 Uhr im Spirkelhof in Rothenwörth. Die Vorstandschaft des Alpenvereins bleibt bis zur Neuwahl im Amt.

■ Marktbericht

Kälbermarkt am 10. März

Mühldorf. Am Mittwoch, 10. März, werden um 11 Uhr mehr als 800 Kälber (männliche und weibliche Zucht- und Nutzkälber) in Mühldorf versteigert. Ab sofort dürfen Käufer mit Mundschutz und besonderen Vorkehrungen an der Versteigerung teilnehmen. Die Versteigerungsreihenfolge ist nach Anlieferung. Käufer, die fünf Tiere und mehr ersteigern, erhalten einen Transportzuschuss. Alle Kälber sind transportversichert. Weitere Informationen gibt es unter Telefon 08631-99090. Kaufverträge werden sorgfältig wahrgenommen.

Ein Berufsabschluss schafft Zukunft

Rottal-Inn. (red) Agentur für Arbeit und Jobcenter informieren unter dem Motto „Verschiedene Lebenslagen – gleiche Chancen: in Teilzeit zum Berufsabschluss“ über die Möglichkeiten einer Berufsausbildung oder Umschulung in Teilzeit. Nicht immer ist eine reguläre Vollzeitausbildung mit der aktuellen Lebenssituation vereinbar. Gerade bei familiären Verpflichtungen kann aber eine Berufsausbildung oder Umschulung in Teilzeit die Lösung sein.

Doch was bedeutet „Teilzeitausbildung“? Welche rechtlichen Regelungen gibt es? Was muss ich beachten? Wo bekomme ich Unterstützung? Antworten auf diese und weitere Fragen erhalten Interessierte im Rahmen der Woche der Ausbildung bei der Online-Informationsveranstaltung am Dienstag, 16. März, von 14 bis 15 Uhr. Eine Anmeldung ist unter Landshut-Pfarrkirchen.BCA@arbeitsagentur.de erforderlich. Die Teilnehmer erhalten danach die Online- Zugangsdaten mitgeteilt.



Kurz vor dem Ziel mobilisiert Benny Ehret noch einmal alle Kräfte. Michaela Ehret begleitet ihren Mann auf dem Rad.

Fotos: Irmgard Habergier



Zur Belohnung gab es auch einen Pokal.



Die Fußballfreunde feuerten den Sportler mit einem speziellen Transparent an.



Am Bahnhof überquert Benny Ehret die Ziellinie.



Michaela Ehret muntert ihren glücklichen aber erschöpften Mann auf.

Nach drei Stunden und 21 Minuten im Ziel

Der Fußballer und Trainer Benny Ehret absolviert bravourös seinen ersten Marathonlauf

Eggklofen. (ih) Dem leidenschaftlichen Fußballer und Trainer der dritten Mannschaft der SG Eggklofen/Neumarkt St. Veit Benny Ehret fiel es sehr schwer, dass während der Corona-Zeit weder Fußballtraining noch Fußballspiele möglich waren. Der Wunsch, eine sportliche Herausforderung anzugehen, wuchs in ihm immer mehr. So setzte er sich das Ziel, einen Marathon zu laufen.

Akribisch begann Ehret die Vorbereitung für den Marathonlauf. Informationen holte er sich aus dem Netz. Unterstützung für seinen Traum fand er bei seiner Frau Michaela. Beruflich ist der 34-jährige Benny Ehret als Elektroniker tätig, er konnte die Abende und die Wochenenden für das Training nutzen. Zunächst stellte er zusammen mit seiner Frau die Ernährung um. Kein Zucker, wenig Fleisch und frische Produkte standen von nun an auf dem Speiseplan.

Die Grundlagen für seine Fitness holte sich Ehret mit dosiertem Ausdauer-Training. Vier Mal wöchent-

lich stand das Lauftraining an – unabhängig von der Witterung. Von Regen, Schnee und Kälte ließ er sich nicht abhalten und bewältigte seine Trainingseinheiten. Seit Trainingsbeginn im Oktober absolvierte er 674 Trainingskilometer. Tägliche Dehnungsübungen, um die Beweglichkeit und Lockerheit der Muskulatur zu erzielen, standen auf dem Programm. Den gesamten Trainingsplan und die Organisation des Marathons hatte Benny Ehret in Eigenregie organisiert.

Da während der Corona-Pandemie keine Wettkämpfe stattfinden, hatte er die knapp 42,2 Kilometer lange Strecke in der Heimat über ein GPS, ein satellitengestütztes Navigationssystem, geplant und ausgesucht. Die Strecke führte von Eggklofen in Richtung Neumarkt St. Veit bis nach Brodfurth und weiter nach Oberbergkirchen. Von dort ging es wieder zurück nach Eggklofen bis ins Ziel am Bahnhof.

Am Sonntag war der große Tag gekommen, um den Marathon zu laufen. Das Wetter passte und so

startete Benny Ehret um 9 Uhr in Eggklofen. Teilweise begleitete ihn sein Bruder Andi mit dem Fahrrad. Geplant war eine Laufzeit von dreieinhalb Stunden mit einer Durchschnittslaufzeit von fünf Minuten für einen Kilometer.

Bananenkuchen dient als Geheimwaffe

Angefeuert von seinen Freunden, mit großer Willensstärke auch bei teilweise herrschendem Gegenwind, bewältigte Benny Ehret die Strecke bravourös. Seine Eltern Thaddäus und Jutta Ehret hatten ihn bei der Verpflegungsstation mit den nötigen Proteinen und Elektrolyten versorgt. Eine Geheimwaffe für den Energienachschub war dabei der selbstgebackene Bananenkuchen.

Groß war die Überraschung für Benny Ehret beim Zieleinlauf am Bahnhof in Eggklofen. Die Familie, die Freunde, die Fußballerinnen und Fußballer, alle waren gekommen, um ihm einen wunderschönen Empfang zu bereiten. Mit Cheerlea-

ding-Poms in den FCE-Vereinsfarben jubelten die kleinen Nichten und Neffen ihrem Benny zu. Ehefrau Michaela hatte den Empfang coronakonform organisiert und konnte trotz der Pandemie-Auflagen ihren Ehemann überraschen.

Nach dem überwältigenden Empfang und nach einer kurzen Erholungspause konnte Benny Ehret per GPS die technischen Daten seines Marathons abfragen. So benötigte er für die knapp 42,2 Kilometer eine Zeit von drei Stunden und 21 Minuten. Die geplanten dreieinhalb Stunden, hatte er somit unterboten. Durchschnittlich brauchte er für einen Kilometer 4,46 Minuten.

Überglücklich und stolz war Benny Ehret, dass er sich seinen Traum erfüllen konnte und sein Ziel erreichte. Mit seinem ersten Marathonlauf bewies er Durchhaltevermögen und Zielstrebigkeit. Der große Respekt und die Anerkennung seiner Freunde, waren ihm eine große Freude. Und es war eine Belohnung dafür, dass er etwas Besonderes geschafft hat.

Neue Trainer für Schützen

Deutsch-Haus-Schützen bauen Ausbildung aus

Gangklofen. (rb) Die Schützengessellschaft Deutsch-Haus freut sich über drei neue C-Trainer: Klaus Golzheim (Gewehr und Pistole), Katrin Häglsperger und Lisa Aschl (beide Gewehr).

Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang war die mindestens zweijährige aktive Teilnahme am Vereinsleben sowie die Ausbildung zum Vereinsübungsleiter.

Um den Lehrgang trotz der schwierigen Situation sicher durchführen zu können, entwickelte der Bayerische Sportschützenbund ein schützendes Hygienekonzept.

Der erste Abschnitt der Schulung fand Ende Oktober 2020 in München-Hochbrück auf der Olympiaschießanlage statt. Dabei erlernten die angehenden C-Trainer vieles über Sportmedizin, Trainingslehre, Kommunikation und die sinnvolle Planung eines Trainings.

Der zweite Abschnitt der Weiterbildung war das Prüfungswochenende Ende Januar. Der schriftliche Abschlusstest wurde in der Schießanlage in München abgenommen. Insgesamt absolvierten die Teilnehmer 90 Unterrichtseinheiten, aufgeteilt auf neun Tage.



Die neuen C-Trainer: (von links) Katrin Häglsperger, Klaus Golzheim und Lisa Aschl. Foto: Rudolf Bichlmeier