

Auch die nicht ganz so riesige Metropole am Fuße des Kappelbergs beteiligte sich mit

Zwillingsturm des Stadtamtes im Volksmund nach den Vornahmen des früheren Fellbacher Oberbürgermeisters Kiel „Fried-

hellgrünen Querlichter des circa 30 Meter hohen, schrägen Turmduos aus.

# Party-Stimmung für einen guten Zweck

Im TSV-Vereinsfitnessstudios wird am Samstag, 9. April, Geld für die psychosomatische Abteilung der Rems-Murr-Kliniken gesammelt.

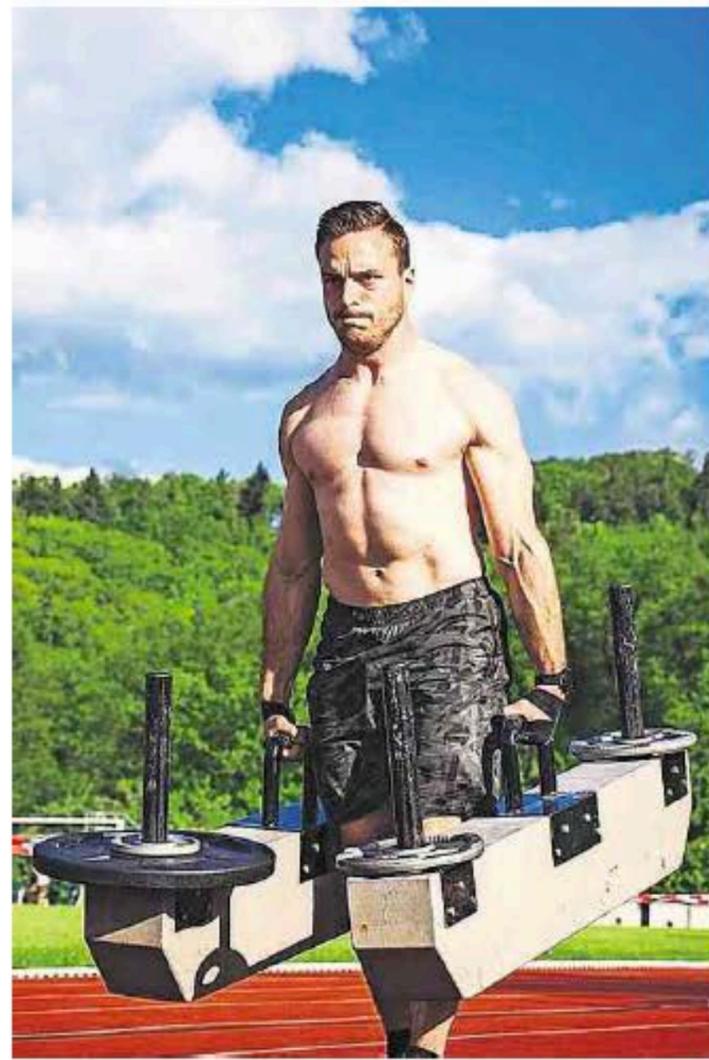
**K**eine Frage – die aktuellen weltweiten Ereignisse stellen die Nachkriegsgenerationen vor eine Belastungsprobe, die sie in dieser Form bisher nicht gekannt haben. Besonders Jugendliche, die sich noch in ihrer geistigen Entwicklungsphase befinden und emotional nicht so gefestigt sind, leiden unter den viele negativen Nachrichten sowie den starken alltäglichen Einschränkungen, die mit einer weltweiten Pandemie einher gehen.

„Wir haben nach den Lockdowns eine deutliche Zunahme an Therapieanfragen erhalten“, sagt Uwe Knillmann, Psychotherapeut der Rems-Murr-Klinik „Darunter waren viel kombinierte Störungsbilder wie Depression plus Essstörung und Sozialphobie plus Essstörung.“ An der Rems-Murr-Klinik gibt es eine Abteilung, die sich auf die Behandlung Jugendlicher mit psychosomatischen Erkrankungen spezialisiert hat. Mit Therapiegesprächen, Konfrontationsübungen und Stufenplänen sollen die Teenager dabei unterstützt werden, eine gesunde Psyche zu entwickeln, um wieder am normalen Alltag teilnehmen zu können.

Mit einem großen Charity Event möchte das Activity Fellbach, das Vereinsfitnessstudio des TSV Schmidlen, Geld für Uwe Knillmann und sein Team sammeln. Dafür wurde für Samstag, 9. April, die Activity Night ins Leben gerufen: Es ist ein Abend, an dem sich alles um Bewegung, Selfcare und Fitness drehen soll. Insgesamt sechs Workshops werden zur Buchung angeboten, dazu gehören Relax & Breathe, Fitness Food, Hip-Hop Basic & House, Check Your Back, Strong Man & Woman und Mental Regeneration. Nicht nur TSV-eigene Dozenten werden an diesem Abend ihr Wissen und ihre Erfahrung bei-

steuern, auch hochkarätige Gastredner sind geladen.

So wird unter anderem Carl Jänisch im Workshop Strong Man & Woman mit den Teilnehmern trainieren. Jänisch ist Weltrekordhalter im Farmers Carry, einer Disziplin, bei der Trainierende schwere Gewichte mit beiden Armen auf eine lange Distanz transportieren. Weiterhin werden die Jungs vom Foodtruck „Plant Built“ ihre Workshop-Teilnehmer im Kurs Fitness Food kulinarisch



*Auch Carl Jänisch aus Neuhausen, megastarker Weltrekordhalter beim Gewichtetragen im Wettbewerb Farmers Carry, ist mit von der Partie.*

Foto: TSV Schmidlen

verzaubern und zeigen, wie sich mit einfachen Mitteln eine nahrhafte Bowl zusammenstellen lässt. Das passende Kochbuch gibt es noch obendrauf, um das Gelernte auch Zuhause ausprobieren zu können. Rund um das Thema bewusste Atmung dreht sich alles bei Branislava Zivic, geschulte Atempädagogin/-therapeutin.

Aber auch bekannte Gesichter aus Abteilungen des TSV Schmidlen werden bei der Activity Night am 9. April dabei sein. So haben Robin Vogt, Leiter des Rückenkompetenzzentrums Reversus, und Gloria Schröter, Leiterin der Ballettschule, gemeinsam den Workshop „Check your Back“ auf die Beine gestellt, der sich, wie der Name schon vermuten lässt, auf das Rückentraining fokussiert. In Hip-Hop Basic & House, bringt Marielle Dumont ihren Tanzschülern ein paar einfache Tanzmoves bei, mit denen sich die Teilnehmer bei der nächsten größeren Party auf der Tanzfläche behaupten können. Von 22.30 Uhr an gibt es dann das kostenlose Bootcamp mit den etablierten Schmidener Coaches Tamer und Alex, die zu später Stunde dann nochmal so richtig Party-Feeling aufkommen lassen möchten.

Alles in allem soll es ein vielseitiger Abend werden, beim dem von jung bis alt für jeden etwas geboten wird. Alle Einnahmen, die durch die Workshops generiert werden, kommen der psychosomatischen Abteilung für Jugendliche der Rems-Murr-Kliniken zu Gute. Die Anmeldung erfolgt über die Webseite des Vereinsfitnessstudios [www.activity-fellbach.de](http://www.activity-fellbach.de). Bei Buchung von zwei Workshops, gibt es den zweiten zum halben Preis. Am 9. April gilt das Motto: „Sich gemeinsam bewegen, gemeinsam etwas bewegen!“ red

Auch bekannte Gesichter aus den TSV-Abteilungen geben sich die Ehre.