

Kurz berichtet

Fußball

Stannull und Basol treffen

Derby ohne Sieger: die Filder-Landesligisten SV Bonlanden und Calcio Leinfelden-Echterdingen haben sich in ihrem letzten Testspiel vor dem Wiederbeginn der Punkterunde 1:1 unentschieden getrennt. Marcel Stannull brachte die Heimelf mit einem Flachschuss früh in Führung (5.), Emrah Basol glich per Schlenzer von der Querlatte schießte für die Gäste aus (15.). Letztere schnupperten danach an der Führung, als Domenico D'Andrea mit einem Freistoß an der Querlatte scheiterte. Im zweiten Durchgang war beiderseits das große Wechsels angesagt. Der Calcio-Coach Clemente Peccerella tauschte gar neun Spieler aus. Zum Ligastart empfängt der SV Bonlanden nun am Samstag den 1. FC Heiningen, die Echterdinger treten am Sonntag in Bettringen an. *frs*

Sportkegeln

Kaltentaler Überraschung

Geht doch noch etwas? Kaum dass selbst aus den eigenen Reihen die Abgesänge angestimmt worden sind, ist den Sportkeglern des VfL Kaltental in der Verbandsliga die Überraschung des Spieltags geglückt. Mit einem 6:2 feierte der Aufsteiger ausgerechnet gegen den Tabellenführer SKC Vilsingen seinen vierten Saisonsieg. Damit ist der Abstand zum eventuell rettenden achten Platz zwei Spieltage vor Rundenschluss auf vier Punkte geschmolzen. Und eben beim Achten, dem TSV Blaustein, sind die Kaltentaler am nächsten Wochenende zu Gast. Einstweilen lag die Mannschaft schnell 0:2 hinten und schien alles den erwarteten Verlauf zu nehmen. Dann jedoch gewannen nacheinander Andreas Ziebe (599 Kegel), Matthias Schmid (588), Christian Aretz (576) und Thorsten Kirsch (562) ihre Duelle. In der Addition der Einzelergebnisse stand es schließlich 3354:3333 für den Außenseiter. *frs*

Eisstockschießen

Mixedteam belegt Platz 14

Für eine Wiederholung des Vorjahrescoups, als die Mannschaft des ESC Stuttgart-Vaihingen überraschend Bronze gewann, hat es nicht gereicht. Doch auch mit dem aktuellen Ergebnis bei den deutschen Mixed-Meisterschaften war man in den Reihen des Filderclubs nicht unzufrieden. In Peiting sprang unter 26 qualifizierten Teams der 14. Platz heraus. Der Nachbar aus Waldenbuch, der ESC Glashütte, wurde 19. Den Titel sicherte sich derweil der TuS Engelberg durch einen 23:3-Finalsieg gegen den EC Blau-Weiß March. Im Spiel um den dritten Rang behauptete sich der Gastgeber TSV Peiting mit 25:3 gegen den EC Wetterfeld. *frs*

Kunstturnen

Höhenberger erneut Bester

Die WKG Bonlanden/Sielmingen bleibt ungeschlagen an der Tabellenspitze der Bezirksliga Mitte. Am dritten Wettkampftag wurden die Filderstädter erstmals in dieser Saison richtig gefordert. Luis Strassbergers starke Kür am Reck (11,80 Punkte) sicherte schließlich den Gesamterfolg gegen den TSV Urach. Das Endergebnis lautete 269,10:264,45 für die Gastgeber, die zudem die Geräterwertung mit 8:2 gewannen. Die Tageshöchstnote hatte zuvor erneut Stefan Höhenberger am Boden erzielt (13,25 Punkte). Derweil kassierte der TSV Waldenbuch in seiner zweiten Begegnung die zweite Niederlage, nämlich ein 237,75:251,95 gegen den TSV Wernau II. Bester Waldenbucher war David Schadow mit seiner Bodenübung (12,00 Punkte). *frs*

Der Reiz liegt im Komplexen

Kampfsport Die 30-jährige Judith Ruis vom Budo-Keller in Bonlanden ist in der von Männern dominierten Sportart Mixed Martial Arts amtierende Europameisterin. *Von Susanne Degel*

Judith Ruis ist eine ehrgeizige junge Frau. „Wenn ich etwas will, dann setze ich das auch durch – mit allen Konsequenzen“, sagt die 30-Jährige. Eine Tugend, mit der die Kampfsportlerin vom Budo-Keller in Bonlanden schon weit gekommen ist: nämlich zum Europameistertitel 2014 in der eigentlich von Männern dominierten Vollkontaktsportart Mixed Martial Arts, kurz MMA. Vor allem deren Komplexität hat Judith Ruis von Beginn an begeistert. „Mir gefällt das Allroundkampfsystem“, sagt die Sportlerin, die ihren erwähnten bislang größten Erfolg in der Aachener Tivoli-Eissporthalle vor 1000 Zuschauern erzielte. Außerdem sei MMA für sie der ideale Ausgleich zum Job. „Man bekommt sofort den Kopf frei“, sagt Judith Ruis, die ihr Geld als Marktleiterin im Einzelhandel verdient.

Ob Boxen, Kickboxen, Ringen, Judo oder Brazilian Jiu Jitsu – wer im MMA erfolgreich sein will, der muss sich in all diesen Sportarten auskennen. Es gibt eine Fülle an komplexen Angriffstechniken und Abwehrvarianten, die man auf der mit einer Art Maschendrahtzaun begrenzten und achteckigen Kampffläche beherrschen sollte. Mit bloßem Draufhauen kommt man nicht weit. Und auch wenn man es als Nicht-Insider vielleicht zunächst nicht glauben mag – schließlich ist von treten, schlagen, clinchen, werfen über Hebel- bis hin zu Würgegriffen alles erlaubt –, bei MMA handelt es sich um einen durchaus

reglementierten Sport. Es ist ein anspruchsvoller und harter Kampfsport, bei dem der Schweiß nicht selten in Strömen fließt, wie Judith Ruis zu berichten weiß. „Wenn man mit Männern im Training klar kommt, hat man später gute Chancen im Ring.“

Die MMA-Kämpferin Judith Ruis

Derzeit bereitet sich die Wahl-Bonlandenerin, die mit ihrer Ehefrau in Schönaich lebt, fünf- bis sechsmal in der Woche mit ihrem Trainer und Vorbild Jan Gromann auf die im April anstehenden nächsten Kämpfe vor. Dass ihre Trainingspartner fast ausnahmslos Männer sind, macht ihr nichts aus. Im Gegenteil. „Das ist für mich am besten. Wenn man mit Männern im Training klar kommt, hat man später gute Chancen im Ring“, sagt die 30-Jährige, die im vergangenen Jahr auch internationale Deutsche Meisterin im MMA sowie im Grappling wurde. In der letztgenannten Disziplin, dem Bodenkampf, sieht die 1,66 Meter große und technisch versierte Sportlerin denn auch ihre Stärke. Von den Duellen, die sie bislang bestritten hat, hat sie nur ein einziges verloren – alle anderen dagegen vorzeitig gewonnen, weil die Gegnerinnen aufgaben. Judith Ruis' längster Bodenkampf dauerte gerade einmal vier Minuten.

Die Suche nach Schwächen gestaltet sich derweil deutlich schwieriger als jene nach den Stärken. „Manchmal bin ich mit dem Kopf nicht ganz so bei der Sache“, sagt Judith Ruis, die vor ihrem Wechsel zum Budo-Keller Bonlanden im Juni vergangenen Jahres ihre Trainingsstätte im Kampfsportzentrum Schmid in Oberaichen hatte.



Zurzeit trainiert Judith Ruis fünf- bis sechsmal in der Woche. Die nächsten Wettbewerbe stehen im April an. Foto: Günter Bergmann

Auch dort war Jan Gromann bereits ihr Trainer. Manchmal haperte es aber auch an der Kondition, weshalb sie inzwischen verstärkt mit dem Fitnesscoach Ramon Hernandez von „Hurricane Strong“ zusammenarbeitet. Positiver Nebeneffekt: die Pfunde purzeln. Weil es in der Klasse über 70 Kilogramm Körpergewicht nur wenige Gegnerinnen gibt, will Judith Ruis künftig eine Kategorie tiefer antreten. Ihr Ziel auf der Waage: unter 65 Kilogramm kommen – ohne dabei an Power einzubüßen. Für die Akteurin, die nach eigener Aussage gerne isst und vor allem bei Süßigkeiten nur ganz

schwer Nein sagen kann, ist es ein zusätzlicher Kampf, in diesem Fall abseits der Wettkampffläche.

Wie lange Judith Ruis MMA noch betreiben will, steht in den Sternen. Noch denkt sie überhaupt nicht ans Aufhören, hat viele Ziele und Träume. So will sie ihren EM-Titel erfolgreich verteidigen und in naher Zukunft auch einmal bei Kampf-Galas im Ausland antreten – am liebsten in Dänemark oder Schweden. Was noch fehlt, ist ein Sponsor. „Es wäre toll, wenn ich jemand finden würde, der mich unterstützt“, sagt Judith Ruis.

HINTERGRUND

MMA gilt als Königsdisziplin im Kampfsport. Es ist eine Sportart mit vielen Möglichkeiten, da sich das überaus freizügige Regelwerk aus verschiedenen anderen Kampfsportarten zusammensetzt. Charakteristisch für die Vollkontaktsportart ist, dass sich der Kampf sowohl im Stehen als auch auf dem Boden ab-

spielt. MMA ist aber auch eine Sportart, die nach wie vor umstritten ist. Zu gewalttätig, zu brutal – so heißt es von Kritikerseite. Dies auch, weil im Bodenkampf geschlagen und zum Teil getreten werden darf. Die bayerische Landeszentrale für neue Medien hatte 2010 deshalb sogar die Übertragung von MMA-Kämpfen im

Markowski springt zu Gold

Leichtathletik Insgesamt gehen bei der Senioren-DM drei Medaillen auf die Filder. *Von Norbert Laske*

Einmal Gold, zweimal Bronze – das ist die Ausbeute der Filder-Leichtathleten bei den deutschen Hallenmeisterschaften der Senioren in Erfurt. Beindruckend war vor allem das Comeback von Bogdan Markowski. Der Stabhochspringer des SV Vaihingen, der im vergangenen Jahr wegen Verletzungen lange pausieren musste, schaffte es in der Klasse M 65 als einziger Akteur über die Drei-Meter-Marke. Mit 3,20 Metern belegte der mehrfache Welt- und Europameister schließlich klar den ersten Platz. Als er in den Wettbewerb einstieg, waren alle anderen Starter der Disziplin bereits fertig. Rundum zufrieden war Markowski dennoch nicht. „Eigentlich wollte ich näher an meinen württembergischen Rekord von 3,60 Metern heranspringen. Aber ich bin noch nicht wieder in Bestform“, sagte der 68-Jährige.

Überraschend kam derweil die Bronzemedaille von Katrin Ochs, schien die Teilnahme der W-35-Läuferin der LG Filder doch bereits geplatzt, nachdem sie in der vergangenen Woche mit einem grippalen Infekt im Bett gelegen war. Doch dann entschied sich Ochs kurzfristig, ihre Chance trotzdem zu suchen. „Weil ich am Samstag fieberfrei war und in der Jahresbestenliste ja auf Platz zwei lag, wollte ich unbedingt starten“, sagt sie. Dieser Einsatz wurde mit dem dritten Rang über 3000 Meter belohnt. Ochs' Zeit: 11:24,78 Minuten. Schneller waren nur die Thüringerin Stefanie Rexhäuser und Nina Wimmer vom ASC Rosellen/Neuss.

Ebenfalls Bronze sicherte sich Vroni Lay im Hochsprung der Klasse W 70. Die Starterin der LG Filder schaffte 1,04 Meter. Vierter wurde der Vaihinger Speerwerfer Ulrich Wochnowski, der in der Klasse M 75 auf 23,26 Meter kam.

Radball

Wolfer/Bühler siegen im Finalkrimi

Die Radballer Cedric Wolfer und Mike Bühler sind ihrer Mitfavoritenrolle bei den baden-württembergischen Junioren-Meisterschaften gerecht geworden. In der heimischen Seefällehalle behielt das Duo vom RV Edelweiß Bonlanden in einem Finalkrimi die Oberhand. Nach Abschluss der Gruppenspiele lagen die Filderstädter und ihr Kontrahent Prechtal punktgleich vorn, so dass eine Entscheidungspartie hermusste. Diese brachte ein 1:1, ehe sich Wolfer/Bühler im Viermeterschießen mit 5:4 durchsetzen. Nebeneffekt des Erfolgs: am 21. März genießt der Verein nun erneut Heimrecht, dann bei einem der Viertelfinalturniere der deutschen Meisterschaft.

Bei der aktuellen Veranstaltung hatten Wolfer/Bühler zuvor sechs Siege und eine Niederlage verbucht – Letztere mit 3:5 gegen den RV Prechtal (Simon Wisser/Patrick Volk), gegen den sie zuletzt dann den Spieß umdrehten. Am Start waren acht Mannschaften. *frs*



Hahn meldet sich eindrucksvoll zurück

Elf der Woche Die FuPaner haben erneut ihr Top-Team in der Fußball-Berzirksliga gewählt. *Von Philipp Maisel*

Während der Winterpause hat sich bei den Vereinen aus der Bezirksliga Stuttgart einiges getan. Doch wer befindet sich nach dem Start in die Rückrunde bereits so gut in Form, dass es auch direkt für die Elf der Woche reicht? Wir beschäftigen uns wieder wöchentlich mit den Leistungen der Spieler.

Eine mehr als ordentliche Leistung zeigte der MTV-Stürmer Raphael Hahn. Er traf nach einigen Wochen Ladehemmung wieder dreifach – was auch unseren Nutzern nicht verborgen blieb, die ihn mit 46,67 Prozent zum Spieler des Spiels gegen den SV Vaihingen wählten. Das war mehr als ausreichend für einen Platz im Sturm der

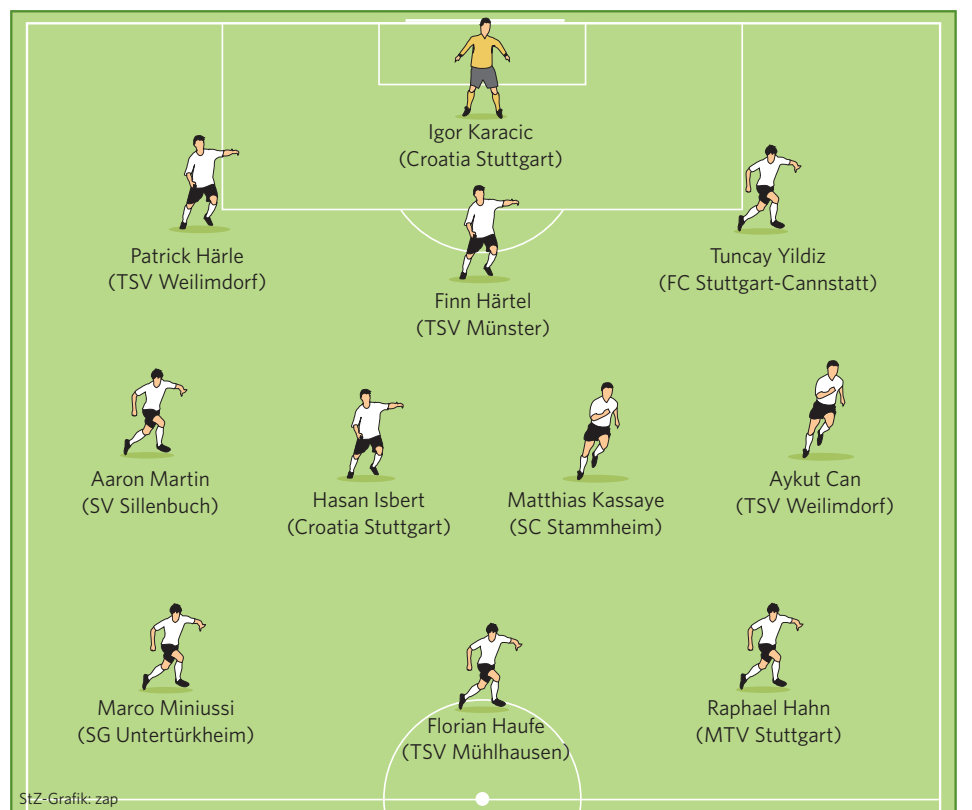
Elf der Woche, gleichzeitig katapultierte sich Hahn damit auch in die Top Ten der besten Schützen in der Bezirksliga. Mit neun Treffern teilt er sich gemeinsam mit Steffen Fenichel vom SV Sillenbuch den zehnten Platz. Führend ist hier Steffen Müller von der SpVgg Möhringen, der bereits 16 Treffer erzielt hat und schon drei Mal in die Elf der Woche gewählt wurde.

Auffällig bei der aktuellen Auswahl sind gleich zwei Aspekte: Zum einen stellt das Spitzentrio Münster, Stammheim und Stuttgart-Cannstatt nur je einen Spieler, der erste Verfolger TSV Weilimdorf hat dagegen mit Dauerbrenner Patrick Härle und Mittelfeldmann Aykut Can, dem ehemali-

gen Stammheimer, gleich zwei Akteure in der Elf der Woche. Zum anderen wurden gleich sieben Debütanten gewählt. Besonders freuen wird das Florian Haufe vom TSV Mühlhausen. Der Angreifer des Kellerkindes erzielte das entscheidende 3:2 gegen Schlusslicht Palästina Al Q'uds in der 75. Spielminute und sorgte so dafür, dass sich sein Team im Duell der direkten Konkurrenten auf nun sechs Punkte distanzieren konnte. Für Al Q'uds dagegen wird es so langsam richtig düster. Die Mannschaft von Trainer Adem Sudgi hat wohl nur noch theoretische Chancen auf den Klassenerhalt.

Am kommenden Wochenende stehen wieder einige spannende Duelle in der Bezirksliga an. So muss Tabellenführer Münster zum Dritten Stuttgart-Cannstatt, im Verfolgerfeld messen sich MTV und Weilimdorf und im Keller wird Al Q'uds versuchen, den wohl letzten Strohhalm zu ergreifen und beim SSV Zuffenhausen drei Punkte zu entführen. Einige Spiele werden von den Nutzern live getickert – welche das sind, erfahren Sie auf unserem Portal.

AARON MARTIN ZUM ERSTEN MAL IN DER ELF DER WOCHE



SO ENTSTEHT DIE ELF DER WOCHE

FuPa ist unser Online-Partner im Bereich des lokalen Fußballs. Hier finden Sie alle Ergebnisse, Tabellen und weitere Informationen zu Ihrem und zu anderen Vereinen in Ihrer Nähe. Auf dem Lokalsportpor-

tal können die FuPa-Nutzer jede Woche ihren Spieler der Woche aus der Fußball-Berzirksliga auswählen. Wer die meisten Stimmen hat, landet in der Elf der Woche, die wir immer mittwochs auf unserer

Sportseite veröffentlichen. Wer mitmachen will, sollte über www.fupa.net/stuttgart ins Internet gehen und sich zur Elf der Woche durchklicken. Vielleicht sind Ihre Spieler ja nächste Woche schon dabei.