

„Come together, drum together“

Rathausplatz wird zum Rhythmuszentrum: Ein mitreißendes, klangvolles Miteinander

Auf dem Rathausplatz trommelten am Samstagabend viele Hände in rhythmischer Einheit. Der erste „Community Drum Circle“ machte Lust auf mehr.

SABINE HERDER

Münsingen. Lust auf Trommeln? Ricarda Raabe aus Berlin weiß, wie's geht: Der erste von ihr geleitete „Community Drum Circle“ auf dem Münsinger Rathausplatz ließ am Samstag auch die nicht trommelnden Zuschauer und Zuhörer begeistert zurück. Unter Raabes Leitung verwandelte sich der Platz zum Rhythmuszentrum, und alle ließen sich anstecken. Das von Raabe moderierte Trommelevent zeigte sich als treibendes, positives und aufgewecktes Erlebnis, das Trommeln wie Besuchern Laune machte.

Ricarda Raabe ist Sozialpädagogin, Drum Circle Moderatorin und auch selbst Percussionistin. Vor allem aber ist sie eine mitreißende Persönlichkeit voller ansteckender positiver Ausstrahlung. In der Mitte des Drum Circles nimmt sie Trommler wie auch Zuschauer gefangen: Sie strahlt, sie lächelt, sie bewegt.

Auch in Münsingen springt diese ganz besondere Ausstrahlung am Samstag sofort über. Im Kreis der 140 aufgestellten Stühle sind knapp 100 belegt, und alle Teilnehmer haben irgend ein Trommel- oder Rhythmusinstrument in den Händen. Das Motto lautet „Come together, drum together“. Das ist ebenso unkompliziert wie einladend. Die Trommeln sind so unterschiedlich wie die Teilnehmer, und das gegenseitige Kennenlernen so rhythmisch wie wort-



Der erste „Community Drum Circle in Münsingen“: Um die 100 Teilnehmer kamen mit ihren Schlaginstrumenten.

Foto: Herder Sabine

los. Der Drum Circle schließt alle zusammen in ein großes, umfassendes „Bam-ba-ba-ba“.

Das erklingt mal lauter und mal leiser, mal nur mit den Männern, mal nur mit den Frauen. Ricarda Raabe in der Drum-Circle-Mitte hat das alles fest im Griff. Sie bewegt, sie zeigt, sie gestikuliert, sie leitet an, sie treibt an, sie motiviert. Auch „Spielt was ihr wollt“ ist eine ihrer Varianten

im Drum Circles. Erstaunlicher Weise aber ergibt dies kein unrythmisches Durcheinander, sondern ein fein abgestimmtes Trommeln, bei dem sich der ganze Kreis in wortloser Kommunikation miteinander abzustimmen scheint. Die Gemeinschaft funktioniert!

Der innere Kreis des Circles freilich hat damit schon etwas Erfahrung. Dort saßen am Samstag 25 Teil-

nehmer aus dem Kurs der Münsinger Akademie für musikpädagogische Ausbildung unter der Leitung von Dr. Dietmar Leichtle, die bereits Drum-Erfahrung mitbringen. Diese wagten sich teilweise sogar einen Schritt weiter und lösten Ricarda Raabe hin und wieder bei der Anleitung des „Community Drum Circles“ ab – mit überraschend neuen und spannenden Akzenten.

Nicht viele verfolgten das Trommelevent auf dem Rathausplatz nur als Zuschauer und Zuhörer. Die meisten waren gekommen, um irgendwie rhythmisch mitzumachen. Und letztlich blieb einem auch ohne Instrument nichts anderes übrig, als mitzuklatschen oder mitzuwippen. Ricarda Raabes „Community Drum Circle“ war einfach eine ganz mitreißend rhythmische Sache.

Extremanstieg und wunderschöne Ausblicke

Gundelfinger Albvereinsgruppe auf Wandertour in den Lechtaler Alpen

Zur Gebirgstour des Albvereins Gundelfingen konnten erstmals zwei Gruppen angeboten werden. 44 Bergbegeisterte von 18 bis 72 Jahren waren dabei.

Gundelfingen. Vor dem Start wurde noch gevespert, um den Anstieg zu bewältigen. Währenddessen stellte Wanderführer Manfred Bloching für die große Gruppe die Wanderroute vor. Das Ziel war das Kaiserjochhaus auf 2.310 m. Die ersten 300 Höhenmeter bewältigte man während der ersten Stunde auf einem schönen Fahrweg immer neben dem Kaiserbach. Im weiteren Verlauf kam dann der Extremanstieg. Auf einer nicht allzu langen Strecke mussten nun die 500 Höhenmeter überwunden werden.

Nach einer ausgiebigen Rast an der Hütte wurde noch der Grieskopf mit 2.581 m und der Malatschkopf mit 2.388 m bestiegen. Es waren wieder wunderschöne Ausblicke in die Berge und Täler. Auch die wundervolle Bergflora und eine Murmeltierfamilie begleiteten die Wanderer. Ein schöner Hüttenabend bei herrlichem Wetter rundete den ersten Wandertag ab. Am Morgen wurde über den Hirschspleiskopf zur Leut-

kircher Hütte abgestiegen. Einige wagten sich noch auf den Stanskogel mit 2.757 m. Leider mussten sie kurz vor dem Gipfel abbrechen, da sich ein Gewitter näherte. Trocken kam man noch auf der Leutkircher Hütte an, dann öffneten sich die Regenschleusen. Nun folgte ein strammer Abstieg bis zur Bodenalpe.

Die kleinere Gruppe die sich am Sonntag von Kaisers auf den Hähnleskopf wagten und dann im Edelweißhaus übernachteten, haben auch eine wundervolle Tour hinter sich. Auch sie haben 700 Höhenmeter überwunden und konnten beim Abstieg an einem schönen Bach noch die Füße abkühlen und sich eine Pause in der warmen Sonne gönnen. Unterwegs konnten sie einen Jungadler beobachten der nach Futter schrie.

Am Montag wanderten die Älpler anfangs bei strömendem Regen der großen Gruppe entgegen. So trafen fast zeitgleich beide Gruppen auf der Bodenalpe ein. Hier haben sich die Wanderer nochmals etwas gestärkt, um die letzten Kilometer im schönen Almajurtal gemeinsam zurückzulegen. Alle kamen wieder gut in Kaisers am Bus an, wo schon der Kaffee und der Kuchen auf die Wanderer warteten.



Treffpunkt der Gundelfinger Wandergruppen: die Bodenalpe.

Foto: Privat

Kids kochen: Regional und energieeffizient

Kartoffel-Kochwerkstatt im Biosphärenzentrum: Backen, rühren und gemeinsam essen

Im Biosphärenzentrum hat es jetzt für Kids Tipps zum energieeffizienten Kochen und zu den Vorteilen von regional gekauften Produkten gegeben.

Auingen. Die Kochwerkstatt wurde vom BUND Landesverband Baden-Württemberg e.V., dem Biosphärengebiet Schwäbische Alb, Mach's Mahl (Ministerium für ländlichen Raum) und der Volkshochschule Bad Urach-Münsingen angeboten.

Egal ob Kartoffelpizza, Bratkartoffeln, Rösti oder Suppe – 25 Kinder haben an diesem Vormittag gelernt, was man aus der tollen Knolle alles zaubern kann und was die Vorteile von regional gekauften Produkten sind.

Außerdem haben die Kinder wichtige Informationen zum sinnvollen



Eifrige junge Köche bei der Kartoffel-Kochwerkstatt.

Foto: Matthias Gienandt

Umgang mit Energie, in der Küche und im eigenen Kinderzimmer gelernt.

„Bereits Kinder sind interessiert, wie sie zu Hause sinnvoll mit Energie umgehen können“, sagt Matthias Gi-

enandt, Projektleiter der Energieeffizienzregion Biosphärengebiet Schwäbische Alb. „Zudem berichten

sie zu Hause von ihren heutigen Erfahrungen und können so auch ihre Eltern von einem effizienten Umgang mit Energie und den Vorteilen von regionalen Produkten überzeugen.“

Irmgard Heilig von der Volkshochschule Bad Urach-Münsingen, hatte am Donnerstagvormittag viele leckere Kartoffel-Rezepte in die Kochwerkstatt mitgebracht. Die Mädchen und Jungen haben sich ihr Lieblingsgericht selbst ausgesucht und dann ziemlich selbstständig nachgekocht.

Zudem gab es für die jungen Teilnehmer Informationen über die Geschichte und den Anbau der Kartoffel sowie über nachhaltiges Essen und die energiesparende Zubereitung der Speisen. Zum Abschluss haben die Kinder die selbst zubereiteten Speisen im Bistro des Biosphärenzentrums gegessen. eb

NOTIZBLOCK

Münsingen. Evang. Kirchengemeinde: 18.30 Uhr Ökumenischer Gesprächskreis, Gemeindehaus; **Münsingers:** 20 Uhr Chorprobe, Gustav-Mesmer-Realschule; **TSG:** 18 Uhr Rehasport – Sport nach Krebs, Alenberghalle.

Heroldstatt. Gemeinderat: 19 Uhr Sitzung, Rathaus.
Mehrstetten. Gemeinderat: 20 Uhr Sitzung, Rathaus.

GEBURTSTAGE

Münsingen. 85 Jahre alt wird Maria Jerger.
Großengstingen. 90 Jahre alt wird Josef Dietmann.

Basar: Alles rund um's Kind

Münsingen. Der Münsinger Gesamtelternbeirat der Kindergärten richtet am Samstag, 15. Oktober, von 14 bis 16 Uhr in der Alenberghalle wieder einen Kinderkleider- und Spielzeugbasar aus. Zu finden sind alle Artikel voller anstehender Kleider und Sommerbekleidung in den Größen 50 bis 170 sowie Schuhe, Kinderwagen, Kindersitze, Spielwaren, Umstands- und vieles mehr in gut erhaltenem Zustand. Die nötigen Listen (sowie Etiketten) für Verkäufer können am Montag 19. September, von 14 bis 17 Uhr und am Freitag 23. September, von 15 bis 17 Uhr bei Regina Hintzenstern, Hauffstraße 4, Münsingen abgeholt werden. Listenabgabe ist der 10. Oktober. Es gibt auch Listen mit 20 Verkaufsartikeln. Es dürfen keine Kinderwagen sowie keine Taschen und Körbe mehr mit in den Verkaufsraum genommen werden! Für die Dauer des Einkaufs werden (reißfeste) Taschen bereitgestellt.

Die Teilnahmegebühr beträgt zwei Euro. Für Schwangere mit Mutterpass, gerne mit einer Begleitperson sowie Kuchenspendern ist bereits ab 13.30 Uhr Einlass. Kuchenspenden bitte zwingend bis 12. Oktober, bei Mirjam Wahl, ☎ (0 73 85) 96 69 677 anmelden. 20 Prozent des Erlöses kommt dem Gesamtelternbeirat zugute.

Für Kaffee und Kuchen ist wie immer gesorgt. Das Basar-Team sucht Räumlichkeiten zur Unterbringung der Basar-Utensilien wie Kleiderständer, Kleiderbügel, Kisten. Bitte bei Simone Goller, ☎ (0 73 81) 93 18 60 melden.

Abschlussfahrt nach Sigmaringen

Region. Die Abschlussfahrt für die Albvereinsmitglieder aus dem Ermsgau findet am Sonntag, 25. September, statt. Sie führt die Teilnehmer diesmal nach Sigmaringen. Das Programm sieht eine Besichtigung des Schlosses vor und eine rund zweistündige Wanderung über die Höhen von Sigmaringen. Unterstützt werden die Albvereiner bei dieser Fahrt von Gerlinde Kretschmann und ihrer Schwester Mechthild Schneider, welche die Älpler an diesem Tag begleiten.

Bei dieser Fahrt sind noch einige Plätze frei. Kurzentschlossene können sich bei Gauwanderwart Ewald Feucht aus Upfingen unter der Telefonnummer, ☎ (0 71 22) 92 23 anmelden. Dort bekommt man auch die weiteren Informationen.

Senioren fahren auf Schloss Lichtenstein

Dottingen. Am kommenden Mittwoch, 14. September, fahren die Dottinger Albvereins-Senioren zum Schloss Lichtenstein. Treffpunkt zur gemeinsamen Abfahrt ist um 13.30 Uhr an der Föhrenberghalle. Gäste sind zu der Unternehmung willkommen.

TEMPERATUREN

GESTERN, 11. September 2016	Temperatur vor einem Jahr	
HÖCHSTE	25°	
TIEFSTE	4°	
HÖCHSTE	24°	Temperaturen am gleichen Tag
TIEFSTE	18°	seit 1951
HÖCHSTE	31°	
TIEFSTE	-3°	