



**BAD KÖTZTING
STADT UND LAND**

www.koetzingen-zeitung.de

Vortrag über mentale Entlastung im Alltag

Bad Kötzting. (red) Viele Menschen kennen das Gefühl, ständig unter Strom zu stehen; Gedanken kreisen unaufhörlich, To-do-Listen wachsen ins Unendliche, und selbst nach Feierabend bleibt der Kopf aktiv. Besonders Frauen sind häufig von sogenannten „Mental Load“ betroffen – der unsichtbaren Last der ständigen Organisation, Verantwortung und emotionalen Fürsorge im Alltag. Doch auch Männer, Berufstätige, Eltern, pflegende Angehörige oder Menschen in sozialen Berufen erleben diese Form der mentalen Dauerbelastung. In einem Vortrag beleuchtet die Referentin, wie sich Mental Load im Familienkontext äußert, welche Folgen er für Gesundheit und Wohlbefinden haben kann – und vor allem, wie man ihm wirksam begegnet. Mit alltagsnahen, konkreten Strategien und einem Blick auf die psychologischen Hintergründe bietet der Abend wertvolle Anregungen für Eltern, die sich mehr innere Ruhe und mentale Entlastung wünschen. Als Referentin konnte Lotta Menzhold, Dipl.-Psych. Einzel- und Paartherapeutin, für einen Vortrag am Mittwoch, 8. Juli, im Sinnerw Präventionszentrum gewonnen werden. Beginn: 19 Uhr. Verbindliche Anmeldung unter 09941/4002150 oder per E-Mail mit vollständigen Kontaktdaten an tolist@bad-koetzing.de

„Auf an Ratsch“ mit dem Wald-Verein

Bad Kötzting. (hrn) Unter dem Motto „Auf an Ratsch“ bietet die Wald-Vereinskassette Bad Kötzting eine lockere Veranstaltungsgewinn von Stammlern in Bad Kötzting Gasthäusern an. Es wird dazu kein festes Thema vorgegeben, sondern, wie der Name sagt, es soll geselliges Beisammensein in ungezwungener Atmosphäre bei dem jeden willkommen ist. Der nächste Stammtisch dieses Jahres findet am Montag, 13. Juli, auf der Kötztinger Hütte statt. Treffpunkt um 13 Uhr auf dem Jahrplatz zur Bildung von Fahrgemeinschaften nach Hudlach. Von dort ein 40-minütiger Aufstieg zur Hütte. Für Mitglieder, die den Weg nicht gehen können, besteht ab Hudlach Fahrgelagen. Da hierzu die Plätze begrenzt sind, ist eine telefonische Anmeldung bis spätestens 8. Juli bei Hans Spöndlinger, Tel. 09941/3323 unbedingt notwendig.

Die Polizei meldet

Gegen geparktes Auto gefahren

Arnach. Ein geparkter schwarzer Toyota Geländewagen ist am Samstag im Zeitraum von 15.30 bis 23 Uhr beschädigt worden. Laut Polizei ist ein unbekannter Verkehrsteilnehmer die Fahrspur des Toyota gefahren, sodass ein Sachschaden in Höhe von 5.000 Euro entstand. Der Fahrer meldete sich weder bei der Polizei noch beim beschädigten Fahrzeughalter. Etwaige Zeugen sollen sich mit der Polizeiinspektion in Kötzting unter Tel. 09941/94310 in Verbindung setzen. – red



Wer Glück hat, kann bei den Verlosungsfahrten eine Runde mit einem echten Sportwagen, wie hier dem legendären Audi S1, drehen.

Foto: Sportliche Kamera

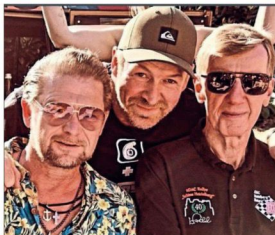
Zwei Tage Vollgas auf der Hölle

Ende Juli steigt die fünfte Auflage des Speedfestivals. Besucher erleben dabei historische Rennautos, seltene Sportwagen, Verlosungsfahrten und ein besonderes Rennformat.

Höhlhöle. (dia) Bald geht auf der Hölle wieder der Asphalt. Am 25. und 26. Juli geht das Speedfestival in seine fünfte Auflage. Rund um das Hotel Waldschloß und die Sportschule Kinema treffen sich an zwei Tagen Motorsportfans aus ganz Deutschland. Auf sie warten seltene Sportwagen, historische Rallyefahrzeuge und moderne Rennboliden. Dazu gibt es Verlosungsfahrten, Live-Musik, Food-Trucks und sogar ein neues Rennformat. Anfangen hat alles mit einer Idee, einem Kugelgrill und ein paar Freunden, die ihre Begeisterung für den Motorsport teilen. Wie Organisator Sepp Maurer erzählt, hat sich das Speedfestival auf der Hölle seit 2016 über die Jahre immer weiterentwickelt. Der „Spirit“ sei dabei jedoch derselbe geblieben: „Das Festival soll ein Treffen für alle Interessierten und Menschen mit demselben Leidenschaft sein“, sagt er. Wer ein bisschen Benzin im Blut hat oder einfach einen spannenden Tag rund ums Thema Motorsport erleben möchte, sei hier genau richtig.

Einen Blick unter geöffnete Motorhauben werfen

Los geht es am Samstag, 25. Juli, um 12 Uhr mit dem offenen Sport-, Renn- und Rallyefahrzeugtreffen. Erwartet werden Hunderte Teilnehmer aus Bayern und ganz Deutschland. Viele Fahrzeuge werden dafür eigens aus der Garage geholt und für das Festival aufpoliert. Zu sehen sind moderne Rennwagen, Rallyeboliden sowie seltene Young- und Oldtimer. Wer mit einem entsprechenden Fahrzeug anreist, darf direkt am Gelände parken. Um den besonderen Charakter des Treffens zu erhalten, entscheidet der Veranstalter über die Einfahrt. Für alle anderen Gäste ist das Parken ausschließlich am Hohenbogen-Parplatz möglich. Von dort verkehrt während der Veranstaltungzeiten ein Shuttlebusse zur Hölle. Die Besucher können dann einen Blick unter geöffnete Motorhauben werfen und mit den Fahrern fotografieren. Den ganzen Tag über gibt es Sonderfahrten und viele weitere Programmpunkte, durch die Sepp Maurer und TV-Moderator Det Müller führen werden. Der aus dem VOX-Magazin „GRIP“ und dem „Motor“-Magazin bekannte Automobillexperte war bereits beim vergangenen Mal zu Gast und hat mit viel Fachwissen und unterhaltsamen Gesprächen den Tag begleitet.



Organisator Sepp Maurer (Mitte) freut sich auf die fünfte Auflage des Speedfestivals. Am Samstag, 25. Juli, wird er gemeinsam mit TV-Moderator Det Müller (links) durch das Programm führen. Zu den langjährigen Wegbegleitern und Gästen der Veranstaltung zählt auch Rallye-Legende Walter Köhler.



Bei der Dragster-Show wird der Asphalt auf der Hölle beben.

In einer historischen Boxengasse warten Fahrzeuge, die einst auf Rallye- und Rennstrecken unterwegs waren. Gleichzeitig schlägt das Festival den Bogen in die Gegenwart: Das BMW World Superbike Team und das GRTS16-Renn-Team geben Einblicke in den professionellen Motorsport und stehen für Fragen zur Verfügung.

Als Beifahrer in einem Rennfahrzeug sitzen

Für Geschaut soll dann die Dragster-Show von Michael Vogt sorgen, der mit seinem Spezialrenn-

Chamer Rockband Eastwood mit eigenem Sound.

Anschließend stehen die Lokalmatadoren von Gentle mit den größten Hits der 60er- bis 80er-Jahre auf der Bühne. Der Eintritt am Abend zum Open-Air ist frei.

Schikanen und Spielereien zeichnen die Strecke aus

Am Sonntag geht das Speedfestival mit einer Premiere in die Verlängerung. Extern findet nur wenige Kilometer entfernt, im Gewerbegebiet Domazice, ein neues Rennformat, das „Helixrace“, statt. Bei diesem Einladungsgrennen treten ausgewählte Fahrzeuge, Rennwagen, Rallyewagen, Buggys und Motorräder auf einer abgesperrten Strecke an, die mit Schikanen und jeder Menge Besonderheiten ausgestattet ist.

Die Zuschauer können hier leistungsstarke Rennfahrzeuge auf eigener installierter Strecke im Rennsitz erleben. Natürlich wird auch „drumherum“ nicht langweilig: DJ Kneorzi umrahmt das Rennen musikalisch und eine „PS-Party“ mit entsprechendem Rahmenprogramm sorgt auch am zweiten Veranstaltungstag für jede Menge Unterhaltung und Festivalatmosphäre. Auch hier gibt es nur noch Karten an der Tageskasse.

Info

Beginn: Samstag, 25. Juli, um 12 Uhr mit einem offenen Fahrzeugtreffen, historischen Boxengassen, Dragster-Show, Präsentationen des BMW World Superbike Teams und des GRTS16-Rennteams und Verlosungsfahrten mit Rennautos. Es gibt noch Karten an der Tageskasse. Ab 19 Uhr Open-Air-Konzert mit den Bands Eastwood und Gentle (Eintritt frei).

Parken und Shuttle: Am Veranstaltungsgelände selbst stehen keine Parkplätze für Besucher ohne Sport-, Renn- oder Rallyefahrzeuge zur Verfügung. Besucher werden gebeten, den Parkplatz an der Hohenbogenbahn zu nutzen. Von dort verkehrt in 12 bis 24 Uhr ein kostenloser Shuttlebus direkt zur Hölle.

Rennen: Am Sonntag, 26. Juli, Rennveranstaltung im Gewerbegebiet Domazice, mit ausgewählten Fahrzeugen, Rallyewagen, Buggys und Motorrädern, begleitet von DJ Kneorzi, Foodtrucks und PS-Party. Adresse: Hölle 1/557, 34401 Domazice.