

Bierkutschermütze für „Urbanatix“-Erfinder



Hugo (li.) und Jürgen Fiege (re.) mit Christian Eggert, Träger der Moritz Fiege Bierkutschermütze 2017.

© Stefan Kuhn

Bochum. Im Europäischen Kulturhauptstadtjahr 2010 wurde Christian Eggerts Projekt zunächst abgelehnt, um dann als einziger nachnominiert zu werden. Heute ist die Bewegungsshow „Urbanatix“ einer der größten und nachhaltigsten Publikumserfolge, die jedes Jahr im November in der Jahrhunderthalle ein breites Publikum begeistert. Nicht nur dieser Erfolg hat Jürgen und Hugo Fiege, die Inhaber der Privatbrauerei MORITZ FIEGE, bewogen, die nunmehr 15. Bierkutschermütze im Rahmen der traditionsreichen Zwickelbierprobe an Christian Eggert zu verleihen. Aus dem Open Space-Trainingscenter der jungen Show-Artisten hat sich als Herzstück des Projekts der gemeinnützige Verein „Open Space – Streetart und moderne Bewegungskunst e. V.“ entwickelt, in dem mittlerweile 1.500 Jugendliche aus 16 Nationen Trampolin, Breakdance, Parcours und Akrobatik mit und ohne BMX-Räder bei freiem Eintritt und in friedlicher Atmosphäre mit 16 ausgebildeten Trainern üben. Bei den regelmäßigen „Kids Days“ können sogar schon Sechsjährige teilnehmen. Das Preisgeld der Bierkutschermütze von 5.000,00 € wird dieser Arbeit zugutekommen. Mehr Informationen zu Open Space, das übrigens eine neue Trainingshalle in verkehrsgünstiger Innenstadtlage Bochums sucht, gibt es unter www.openspace.ruhr

Tennisprofi Nicolas Kiefer gibt Tipps für den Sandplatz

Düsseldorf. Jetzt kommt die Zeit, in der Tennisspieler von der Halle auf den Sandplatz wechseln. Damit ändert sich nicht nur die Spielweise, sondern auch die Belastung für den Körper. Weil Verletzungen drohen, raten Experten wie Tennisprofi Nicolas Kiefer zum sanften Übergang: „Machen Sie sich gründlich warm und dehnen Sie sich ausreichend. Achten Sie auf gutes Schuhwerk! Auch Einlagen sind sinnvoll. Ich habe früher auf zwei Paar Socken gespielt, um eine stärkere Dämpfung und ein besseres Gefühl zu haben.“ Kiefer ist dem Rheinland verbunden, war regelmäßiger Gast beim World Team Cup im Düsseldorfer Rochus-Club. Er weiß: Schnelle Starts oder abrupte Stopps belasten Knie und Sprunggelenke erheblich. Bänderdehnungen oder -risse können die Folgen sein.

© Martin Miseré, Eigentum IOS-Technik



Maßeinlagen statt Doppelsocken rät Tennisexperte Nicolas Kiefer.

© Essen Genießen e.V.



Alljährlich verwandelt sich die Kettwiger Straße in Essen in eine Gourmetmeile.

Zwei Königinnen im Ruhrgebiet

Essen. Die Königin der Gemüse, der Spargel, und die Königin der Gourmetmeilen, „Essen ... verwöhnt“, sind die kommenden Highlights im Jahreskalender des Vereins Essen genießen. Dieser ist seit Jahren Garant für außergewöhnlich schmackhafte Events, und so dürfen sich die Besucher schon jetzt auf das „Spargel Gourmet Festival“ freuen, das Anfang Juni auf dem idyllisch gelegenen Hof Umberg in Kirchhellen stattfindet. Mit von der Partie sind einige Gastonomen, die die langen Stangen in den Mittelpunkt ihrer Menüs stellen. „Essen ... verwöhnt“ bittet dann Ende Juni/Anfang Juli zu Tisch. An fünf Tagen verwandelt sich die Kettwiger Straße in der Essener City in „die“ Gourmetmeile schlechthin – mit einem ausgezeichneten Ruf, der sogar über die Grenzen von NRW hinaus reicht. In eleganten Pavillons bieten Spitzengastronomen des Vereins frisch zubereitete Schlemmergerichte an und laden dazu ein, von Stand zu Stand zu schlendern und möglichst viele Köstlichkeiten zu probieren ... **Termine:** Spargel Gourmet Festival vom 3.6.–5.6.2017 auf dem Hof Umberg in Kirchhellen. Gourmetmeile „Essen ... verwöhnt“ vom 28.6.–2.7.2017 in der Essener Innenstadt. Weitere Informationen unter www.essen-genießen.de