



Torsten Lenzig will den Nachwuchs für den Handballsport begeistern.  
FOTO: DEISTERPICS/  
STEFAN ZWING

## Es geht um die Entwicklung

### Fortsetzung von Seite 1

Da die meisten Spieler der A-Jugend aus Altersgründen aufrücken mussten, war es logisch, die Nachfolge von Spartenleiter Markus Waldeck zu übernehmen. Drei weitere Talente des jüngeren Jahrgangs wurden mit einem Doppelspielerrecht ausgestattet und spielen außerdem in der A-Jugend für die HSG Deister Süntel.

Bisher läuft es für die Empelder Männer mit 12:8 Punkten sehr ordentlich. „Die Tabelle interessiert mich aber nicht, es geht mir um die Entwicklung der Mannschaft“, betont Lenzig. Die jungen Spieler profitieren von der Erfahrung der

alten Hasen wie Bastian Harendt und Andreas Meibert. Wie lange diese noch ihre Sportschuhe schnüren, ist allerdings offen. Für den Trainer ist es daher keine leichte Situation, zumal mit Verstärkung aus dem eigenen Nachwuchs in den kommenden Jahren nicht zu rechnen ist. Bei den Jungen ist als nächste Altersstufe erst wieder die D-Jugend besetzt. Insofern geht es darum, „die Mannschaft dafür zu begeistern, den Handball in Empelde aufrechtzuerhalten“. Torsten Lenzig ist in dieser Hinsicht optimistisch: „Ich denke, die Jungs sind motiviert, bei uns zu bleiben.“

## Musik mit Gefühl und Feuer

**Weetzen.** Mit einem Mix aus Chachacha, Mambo, Calypso, Bossa Nova, Samba und Latin-Jazz unterhält die Gruppe Oya ihr Publikum. Das Quartett ist am Sonnabend, 1. März, ab 19 Uhr in der Alten Kapelle, Eulenflucht 1, in Weetzen zu Gast.

Moderne Eigenkompositionen und eigenwillige Neuarrangements bekannter Titel gehören zum Repertoire. Dazu zählen unter anderem kubanische Salsa-Klassiker, brasilianische Songs, Kompositionen von Stevie Wonder und Stücke aus der Feder von Kurt Klose, der bei Oya am Piano sitzt und den Großteil der Arrangements schreibt. Sän-

gerin Sabine Wucherpennig wirkt seit den 90er-Jahren in verschiedenen Bigbands als Lead-sängerin mit. Bassistin Heike Busche ist seit 35 Jahren in Latin, Blues und Jazz unterwegs. Martin Flathe sammelte stilübergreifende Erfahrungen in zahlreichen Latin-Formationen und bedient bei Oya Schlagzeug, Congas und Batá.

Die seit 2011 bestehende Formation steht für Musik mit Gefühl und Feuer. Der Eintritt zum Konzert kostet 18 Euro. Reservierungen sind möglich per E-Mail an veranstaltungen@denkmalpflege-weetzen.de oder unter Telefon 0151/ 40759135.

**Vörie.** Carsten Venzke hat bedeutende Bäume im Blick: Im kommunalen Auftrag kümmert sich der Gutachter um Standorte in der Region Hannover und darüber hinaus. Die sterbende Eiche auf der zentralen Kreuzung in Benthede und der Baum gleicher Gattung vor der Alten Kapelle in Weetzen gehören zu Venzkes Schützlingen in Ronnenberg. Aktuell steht bei ihm auch die würdevolle, historische Eiche im kleinen Ortsteil Vörie im Fokus.

Gerade erst hat der Experte aus Springe den Zustand des Baumes im Auftrag der Region untersucht, um notwendige Pflegemaßnahmen festzulegen. Sein Gutachten ist noch in Arbeit, Sorgen macht er sich um das uralte Gewächs aber nicht. Venzke kennt die Eiche gut. Schon seit gut 15 Jahren beschäftigt er sich mit dem stattlichen Baum, der an der Dorfstraße unweit der Kreuzung mit der Landwehrstraße zu finden ist – im Zentrum des Dorfes. Vor allem aus den vergangenen 50 Jahren kann der Gutachter über eine bewegte Geschichte der Eiche berichten.

### Namen im Internet sind irreführend

Laut der Internetplattform Wikipedia wird der Baum in Vörie als „Tausendjährige Eiche“, gelegentlich auch als „Achtthundertjährige Eiche“ oder „Wappen-Eiche“ bezeichnet. „Das wirkliche Alter lässt sich nicht nachweisen“, sagt Venzke. Der Stamm ist innen durchgehend hohl, sodass keine Jahresringe mehr vorhanden sind. Der Gutachter schätzt, dass der Baum zwischen 400



Nutzlose Versuche: Carsten Venzke zeigt auf ein Loch im Stamm der Eiche. Stahlstreben sollten den Stamm dort stabilisieren. Das hat aber nicht funktioniert.  
FOTO: UWE KRANZ

und 600 Jahre alt ist. Der massive Stamm beeindruckt aufgrund seines großen Umfangs, laut Wikipedia betrug dieser im Jahr 2019 exakt 7,73 Meter.

Der hohle Stamm deutet bereits darauf hin, dass der Baum buchstäblich nicht kerngesund ist. Pilze wie der Schwefelporling und die Ochsenzunge befallen die Eiche immer wieder. In der Vergangenheit hat es deshalb viele Versuche gegeben, den fast 20 Meter hohen Koloss zu stabilisieren. Baumchirurgen hätten in den Siebziger- und Achtzigerjahren versucht, das faule Material in

der Eiche auszuhöhlen und Stahlstreben in einer Öffnung auf der Nordseite des Stamms zu verankern, berichtet Venzke. Alles ohne nachhaltigen Nutzen. Der Gutachter selbst hatte 2012 gemeinsam mit Schülern der Justus-von-Liebig-Schule in Hannover eine Drahtseilsicherung in der Krone angebracht, die noch heute zu sehen ist.

### Brandbekämpfung dauert gut 20 Stunden

Die wohl schlimmsten Erschütterungen in ihrer langjährigen Exis-

tenz erfuhr die Eiche dann 2014 und 2019, als jeweils ein Blitz in den Stamm einschlug und diesen in Brand setzte. 2014 dauerte es rund eine Stunde, bevor das Feuer im Inneren des hohlen Baumes überhaupt entdeckt wurde. Das Löschen war für die Mitglieder der freiwilligen Ortswehr eine Marathonaufgabe: Rund 800 Grad wurden im Inneren des Stamms gemessen. Mehr als 20 Stunden dauerte es, bis der Einsatz beendet war.

### Löschschaum wirkt belebend

In der Zwischenzeit hatten die Brandbekämpfer mehrere Schächte in den Stamm gesägt, um diesen von oben mit Löschschaum befüllen zu können. Die ganze Wiese ringsherum sei mit dem Schaum bedeckt gewesen, berichtet Venzke, der die Löscharbeiten beobachtet hatte.

Was dann passierte, ist bis heute ein biologisches Rätsel, das noch nicht gelöst ist: Der Baum starb nach dem Feuer – entgegen aller Befürchtungen – nicht ab, sondern brachte „enorme Zuwächse hervor“, wie der Gutachter es formuliert. Fachleute können sich dies nur als Folge des Einsatzes mit proteinhaltigem Löschschaum erklären. Dieser könnte sich, so ihre These, im Boden zu einer Art Dünger zersetzt haben. „Das wirkt wie ein Jungbrunnen auf die Eiche“, sagt Venzke.

Beim zweiten Brand 2019 nahm der Baum weniger Schaden. Lediglich das abgestorbene Material im Inneren sei verbrannt, erläutert Venzke, das frische Holz

dagegen habe den Flammen standgehalten. Auf Sicherheits-schnitte am Astwerk wie nach dem ersten Brand wurde verzichtet.

### Eiche belastet ihre Besitzer

Bereits 1934 war die „Tausend-jährige Eiche“ zum Naturdenkmal erklärt worden. Etwa zur selben Zeit übernahm die Familie von Jürgen Reinecke den Hof, auf dessen Grundstück sie steht. Der berühmte Baum ist heute aber auch eine Last für die Reineckes. Vielen Neugierigen reicht es nämlich nicht, ihn aus etwa fünf Metern Entfernung anzusehen – sie steigen über den Zaun, den die Familie vor einigen Jahren bis an den Gehweg versetzt hat. Jetzt ist dieser auch noch mit Stacheldraht versehen, zudem wird der Baum videoüberwacht.

Hinzu kommt, dass das Grundstück auch an der Radwegverbindung zwischen Hannover und dem Deister liegt. Viele Radler hätten die Chance genutzt, sich auf diesem Weg an der Scheune der Familie zu erleichtern, heißt es. Mit der Versetzung des Zauns wurde nun die stille Ecke aufgelöst. Obendrein wurde der Baum so vor urinierenden Passanten geschützt.

Finanziell ist die Eiche für die Reineckes übrigens ein Minusgeschäft: Für die Fläche, auf der der Baum steht, müsse er die volle Grundsteuer entrichten, sagt der Grundstückseigentümer. Nutzen darf er den Bereich indes nicht. Das ist zum Schutz des Baumes verboten – andernfalls droht eine Strafe von bis zu 50.000 Euro.

## Gesundheit

## ANZEIGE

# Muskelkrämpfe?

Wie Krämpfe mit den Nerven zusammenhängen und wie ein neuer Magnesium-Komplex hier unterstützen kann

**Plötzliche Krämpfe oder zuckende Muskeln: Diese unangenehmen Erscheinungen können mit einer Fehlfunktion von Muskeln und Nervensystem zusammenhängen. Der Nr. 1 Nervenspezialist Restaxil hat mit dem neuen Restaxil Magnesium eine spezielle Ergänzung für das Nervensystem entwickelt.**

Krämpfe sind nicht nur belastend, sondern können auch auf ein Ungleichgewicht im Körper hinweisen – etwa einen Magnesiummangel. Das essenzielle Mineral spielt eine Schlüsselrolle: Es hält die Muskeln in Bewegung und sorgt dafür, dass das Nervensystem präzise Signale an die Muskeln sendet. Gerät der Mineralstoffhaushalt oder das Neurotransmitter-Gleichgewicht ins Wanken, feuern Nerven unkontrolliert. Das kann Muskelkrämpfe oder Zuckungen auslösen.

### Entspannt bleiben mit Restaxil Magnesium

Der Nr. 1 Nervenspezialist Restaxil hat einen speziellen Magnesium-Komplex entwickelt. Restaxil Magnesium trägt zu einer normalen Funktion der Muskulatur und des Nervensystems bei. So kann es bei Krämpfen und zuckenden Muskeln unterstützen. Eine Kapsel Restaxil Magnesium enthält 300 mg elementares Magnesium aus drei hochwertigen Magnesiumformen. Magnesium-



bisglycinat hat eine sehr gute Bioverfügbarkeit. Glycin hat eine beruhigende Wirkung auf das Nervensystem. Trimagnesiumdicitrat fördert durch seinen Citratanteil eine effiziente Aufnahme und ist besonders verträglich für empfindliche Mägen. Ergänzend reguliert Magnesiumoxid die Neurotransmitter, die zur Entspannung der Muskeln beitragen. Wir empfehlen Restaxil Magnesium als tägliche Ergänzung und Unterstützung. Restaxil Magnesium ist ganz neu auf dem Markt. Sollte Ihre

Vor-Ort-Apotheke es noch nicht auf Lager haben, kann sie es sofort über den Großhandel bestellen. Es ist dann in wenigen Stunden abholbereit. Selbstverständlich ist Restaxil Magnesium auch online erhältlich.



Für Ihre Apotheke:  
**Restaxil Magnesium**  
(PZN 19549220)  
[www.restaxil.de](http://www.restaxil.de)

**Restaxil**

\*OTC Arzneimittel bei Nervenschmerzen zur oralen Einnahme. Absatz nach Packungen. Insight Health MAT 10/2024 • \*\*Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems, der Muskeln, des Immunsystems, zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung, zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zu einer normalen Eiweißsynthese bei. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

## Tipp aus der Forschung: So kommt der Darm in Schwung

# Schluss mit Blähbauch!

Stress, wenig Bewegung oder eine ballaststoffarme Ernährung führen häufig zu einer reduzierten Darmaktivität. Der Transport der Nahrung durch den Darm dauert dann deutlich länger und die Verdauung gerät ins Stocken – unregelmäßiger Stuhlgang oder sogar Verstopfung sind die Folge. Noch dazu tritt häufig ein unangenehmer Blähbauch auf.

### Darmpassage erleichtern, gesunden Darm erhalten

Forscher haben jetzt ein Produkt entwickelt, das den Darm in seiner natürlichen Funktion unterstützt (Kijimea Regularis PLUS, Apotheke). Es enthält Methylcellulose und Psyllium, welches hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten<sup>1</sup>. Denn es quillt im Darm auf und dehnt die Darmmuskulatur so sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich<sup>2</sup> – planbar und zuverlässig. In der Folge können auch die Gase im Darm reduziert werden, wodurch der Blähbauch zurückgeht. Außerdem enthält Kijimea Regularis PLUS über 300 Millionen Bakterien pro Portion – ein zusätzliches Plus für Ihren Darm.

<sup>1</sup>Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. • <sup>2</sup>Das enthaltene Psyllium hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten. Abbildung Betroffenen nachempfunden.



### Ganz einfach zum neuen Darmgefühl

Kijimea Regularis PLUS lässt sich kinderleicht in den Alltag integrieren: ein- bis dreimal täglich einen Löffel des einzigartigen Granulats in ein Glas Wasser einrühren und trinken.<sup>3</sup> Der Darm wird wie durch ein sanftes Training von innen heraus zur Bewegung animiert und der Bauch fühlt sich daraufhin angenehm leicht an. Es wirkt dabei rein physikalisch und führt selbst bei langfristiger Einnahme

zu keinem Gewöhnungseffekt. Auch Neben- und Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:  
**Kijimea Regularis PLUS**  
(PZN 18598802)



[www.kijimea.de](http://www.kijimea.de)

**KIJIMEA**  
AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.