Podcast trifft Legenden – Wer darf auf den Platz?

SPORTWOCHENENDE Beim FC Loquard steht ein ganz besonderes Spiel auf der Agenda

VON DIRK DE VRIES

LOQUARD – Für einige wird es sicherlich das Spiel des Jahrhunderts. Auf jeden Fall aber das Spiel, von dem sie noch in Jahren sprechen werden. Der FC Loquard hat mit einer „Allstars-Mannschaft" die Podcaster „Toddi & Chris" dazu herausgefordert, beim Sportwochenende des Vereins mit einer eigenen Mannschaft anzutreten. Und „Toddi & Chris" haben die Herausforderung angenommen.



Nahmen die Herausforderung des FC Loquard sehr gerne an: die beiden Podcaster Christian (links) und Thorsten Zeiß von „Toddi & Chris". BILD: PRIVAT

Zwei FCL-Kenner mit Podcast-Geschichte

Nun sind die beiden Podcast-Hosts beim FCL keine Unbekannten. Thorsten Zeiß hat lange Jahre für die Loquarder auf dem Fußballplatz gestanden, sein Cousin Christian Zeiß verfolgt die Spiele vom FCL seit seiner Kindheit. Seit über zwei Jahren stellen die beiden in ihrem Podcast regionale Sportler vor. Deshalb war an die Herausforderung auch eine Bedingung geknüpft: Im Team der Beiden sollten Personen auflaufen, die entweder Gast im Podcast waren oder sich per Sprachnachricht beteiligt haben.

Und was die beiden Zeiß' da dann an Land gezogen haben, ist schon sehenswert. „Klar war eigentlich, wen wir als Erstes anrufen", sagte Christian Zeiß. Und Henning Rießelmann, sportlicher Leiter bei Regionalligist Kickers Emden sowie Betreiber der Sport-Agentur „Onside" hat nicht lange überlegt. „Er sagte sofort zu und er besorgt auch die Trikots für uns." Dazu gibt es auch noch Aufwärmshirts. „Wir machen das Spiel im laufenden Ligabetrieb und da war es uns wichtig, dass wir auch eine Physiotherapeutin vor Ort haben", sagt Thorsten Zeiß. Wiebke Rieken ist als Physio und Athletiktrainerin beim Bezirksligisten Eintracht Ihlow. „Und so hat uns dann Physio-Gym von der Dr. Becker-Klinik in Norddeich die Shirts gesponsort." Rieken arbeitet dort hauptberuflich.

Fan kann aktiv mitspielen

Wichtig war den Herausgeforderten auch, dass ihr Team viele Vereine und Ligen präsentieren sollte. Neben Rießelmann haben noch Björn Lindemann (Trainer von Kickers Emden), Visquards Urgestein Maik Eeten sowie Behrend Janssen und Torsten Ehm (beide vom TuS Westerende) zugesagt. Zwei neue Spieler warfen sie aktuell ins Gespräch: Thilko Boekhoff (Trainer von Eintracht Ihlow) hat seine Zusage gegeben. Er bringt seinen Kapitän Luca Wendeling mit. Weitere Spieler geben sie über ihre Social–Media-Kanäle bekannt. Dazu ganz wichtig: Eine Zuhörerin/ein Zuhörer des Podcasts kann beim Spiel aktiv dabei sein. Einfach auf den sozialen Medien von „Toddi & Chris" einen Kommentar hinterlassen, die beiden losen dann aus. Wer kommentiert, muss nicht Fußballerin/Fußballer sein. Wird es eine Frau, ist sie nicht die einzige im Kader – so viel sei schon einmal verraten.

Aber wie kam diese verrückte Idee denn zustande? Florian Deiters-Harberts (3. Vorsitzender und Spieler der 1. Herren) hat schon länger überlegt, was der FC Loquard besonderes machen kann, wenn er in zwei Jahren sein 100-jähriges Vereinsbestehen feiert. „Ich fand es immer schade, dass beispielsweise Thorsten, Roland (Beekhuis) oder auch Martin (Peters) nie ein richtiges Abschiedsspiel hatte", sagt Deiters-Harberts zu den Überlegungen. Und irgendwann waberte die Idee der Herausforderung im Raum.

Stars auf dem Platz – und am Tresen

Verstecken brauchen sich die FCL-Allstars nicht. Neben Beekhuis und Peters werden Markus Dielenschneider und Benjamin Paasch als ehemalige Aufstiegstrainer die Mannschaft coachen. „André Popp und Andy Akkermann sind unsere Torhüter und einige mehr werden folgen", freut sich Deiters-Harberts auf sein Team. Im Grunde genommen umfasst der Kader rund 40 Spieler, weitere Namen verbreitet auch der FCL über seine sozialen Kanäle. Aber: „Davon können einige nicht mehr aktiv spielen, die helfen dann aber beispielsweise am Getränkestand."

Beide Teams sind, das sagen die Macher, bis in die Haarspitzen motiviert. Und beide Teams wollen auf jeden Fall gewinnen. Ein munteres Hin-und Hergeschiebe des Balles sollten die Zuschauer also nicht erwarten.

Was sich Deiters-Harberts neben gutem Wetter und vor allem ganz vielen Zuschauer wünscht? „Vielleicht bekomme ich es hin, dass Thorsten sozusagen bei uns sein Abschiedsspiel macht!"

Eine neue Herausforderung? Aufgelöst wird das am 3. September ab 19 Uhr auf dem Sportplatz in Loquard – beim vielleicht für manchen auf dem Platz sein Spiel des Jahrhunderts.

Medizin ANZEIGE



Keine Kompromisse bei Migräne

Pulsieren, Pochen, Hämmern sowie Lichtempfindlichkeit und mehr: Migräne quält Betroffene meist sogar über mehrere Tage. Während viele Schmerzmedikamente lediglich den Schmerz lindern, setzt Formigran (Apotheke, rezeptfrei) gezielt dort an, wo der Migräne-Schmerz entsteht: Formigran kann die erweiterten Blutgefäße der Hirnhaut auf Normalgröße verengen und so die Ursache der Migräne direkt am Ort des Geschehens bekämpfen. Auch Begleitsymptome wie Übelkeit, Licht- oder Lärmempfindlichkeit werden bekämpft. Bereits nach zwei Stunden kann die maximale Wirksamkeit erreicht werden. Zudem sorgt Formigran für eine langanhaltende Schmerzlinderung. Die zwei Tabletten pro Packung sind daher meist ausreichend.

Für Ihre Apotheke:
Formigran
(PZN 02195485)



www.formigran.de

Vor der Einnahme sollte Rücksprache mit einem Arzt gehalten werden. • AI Bild KI-generiert

FORMIGRAN 2,5mg Filmtablette. Wirkstoff: Naratriptan (als Naratriptanhydrochlorid). Akute Behandlung der Kopfschmerzphasen von Migräneanfällen mit und ohne Aura. Enthält Lactose. www.formigran.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Arthrose? Pflanzenwirkstoff hilft abseits der Krebstherapie bei Arthrose

Hoffnung für Millionen Arthrose-Patienten: Ein besonderer Wirkstoff, der in der komplementären Krebstherapie eingesetzt wird, kann unabhängig davon auch bei Arthrose helfen!



Wenn die Laubbäume ihre Blätter verlieren, bekommen wir eine sonst eher unscheinbare Pflanze zu Gesicht: die Mistel. Diese wird häufig in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album auch bei Arthrose helfen kann[1].

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz". Dabei verspüren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.[1] Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.[2] Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)



www.rubaxx.de

[1]Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • [2]Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing