

Quartierkurier

St. Alban / Gellert / Breite / Lehenmatt

2/2013

Gemeinsames Publikationsorgan
der Neutralen Quartiervereine
Breite-Lehenmatt und St. Alban-Gellert
Erscheint 4x jährlich,
16. Jahrgang
Auflage: 13'500

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser

Sind Sie hier im Quartier geboren und haben diese Umgebung seit früher Kindheit kennen und lieben gelernt? Vielleicht gehören Sie aber auch zu jenen Bewohnerinnen und Bewohnern, die aus einem anderen Stadtteil oder aus einer anderen Stadt – möglicherweise sogar aus dem nahen oder fernen Ausland – hierhin gezogen sind. Oder aus beruflichen oder privaten Gründen, zu welcher auch die Liebe gehört? Sie sehen, die Menschen lassen sich aus den verschiedensten Gründen in unseren Quartieren nieder.



Gleiches tat auch ich vor etwa zwei Jahren, zusammen mit meiner Frau und unserem Sohn Anthony: Wir zogen vom Kleinbasel ins St. Alban-Quartier. Mittlerweile hat unsere kleine Familie Zuwachs erhalten. Diego gehört somit zu jenen Bewohnern, die ab frühesten Kindheit das Quartier kennen und lieben lernen. Die Vielfalt an Beweggründen, sich in unseren Quartieren niederzulassen, ist auch Garant für ein lebendiges Zusammenleben. Das Miteinander von verschiedenen Generationen leistet ebenfalls einen wichtigen Beitrag zu einem gut funktionierenden Quartier. Apropos – wie gut kennen Sie Ihr Quartier? Die vorliegende Ausgabe des Kuriers wird Sie wie gewohnt über aktuelle Veränderungen informieren und vielleicht auch mit dem einen oder anderen Artikel überraschen.

Steven Kotopoulos



St. Alban-Gellert	2
NQV St. Alban-Gellert	6
Breite-Lehenmatt	9
Schwerpunkt	14
NQV Breite-Lehenmatt	21
Neue Mitglieder	21
Stimmen aus dem Quartier	22
Quartierrätsel	25
KulturTipp	27
Impressum	28



Nicht so schnell wie ein Porsche, dafür umfreundlicher: Start in der St. Alban-Anlage

Training in den Quartierstrassen

Der Lauftreff beider Basel sorgt für sportliche Betätigung.

Über den Birskopfsteg, vorbei an den Schrebergärten, weiter der Promenade des St. Alban-Rheinwegs entlang, noch das Rhybadhysli passieren und bis zur Stadtmauer beim Letziturm – so endet der letzte Teil meiner Joggingroute. Wenn es einen mal gepackt hat, ist es schwer, wieder vom Laufen los zu kommen. Gleichgültig ob die Sonne scheint, es windet oder regnet, nichts hält einen dann auf. In dieser Sommerausgabe des Quartierkuriers erhalten Sie einen kleinen Einblick in den Laufsport im Quartier.

Vom Genussmarschierern bis zum Lauftraining

Für alle, die etwas mehr Eigenmotivation brauchen, bietet der Lauftreff beider Basel einige wöchentliche Trainings an – für Anfänger wie auch für ambitionierte Läuferinnen und Läufer. Die Teilnehmenden verteilen sich auf verschiedene Leistungsgruppen. Treffpunkt und Start ist jeweils beim «Törli» (St. Alban-

Tor). Während die schnellen Läufer bereits losgezogen sind, beginnen die etwas Gemächlicheren das Einwärmen vor den Stadtmauern im St. Alban-Tal. Auf jeden Fall ist der Gruppe die Freude anzusehen ...

Lauftreff für Sehbehinderte

Gabor Szirt, Gründer des Lauftreffs koordiniert das von ihm 2006 ins Leben gerufene Lauftraining für sehbehinder-

te und blinde Menschen. Ziel dieses Angebots ist es, auch Blinden und Sehbehinderten den Spass am Laufsport zu vermitteln und damit ihre Lebensqualität zu verbessern. Gejoggt wird jeweils in Tandems, so wird für jede sehbehinderte Person eine Läuferin oder ein Läufer mit vergleichbarem sportlichem Niveau gefunden. Nicht selten gipfelt das Training in der Teilnahme in Volksläufen.



«Einwärmen» bei der alten Stadtmauer

24 Stunden joggen

Ein aktuelles Beispiel für einen extremen Lauf eines Sehbehinderten ist Jeffrey Norris (www.jeffreynorris.de). Der deutsch-amerikanische Extremsportler vollbringt Leistungen, die für uns «Normalsterbliche» ausserhalb unserer Vorstellungskraft liegen. Er möchte beim 24-Stunden Nonstop-Joggen im Joggeli mit 160 Kilometern einen Rekord erreichen. Dabei wird ihm der Lauftreff beider Basel sogenannte Guides stellen. Diese Begleiter werden ihm joggend zur Seite stehen und sich stundenweise abwechseln. Der 24-Stunden-Lauf ist einer der vielen Ultrasportanlässe, welche die Organisation *Sri Chinmoy* weltweit durchführt.

Johanna Schmucki

Tipp und Infos

Wer sich regelmässiges Joggen (noch) nicht vorstellen kann: Es gibt auch eine Spezialgruppe «Genussmarschieren». Weitere Informationen im Internet auf der Laufsportseite der Region Basel. Die Termine des Lauftreffs finden Sie unter der Rubrik Quartier aktuell in dieser Ausgabe.

www.lauftreffbeiderbasel.ch



Gabor Szirt (r.) joggt mit einem Sehbehinderten.

Foto: z.Vg.

Sport und Gesundheit

Erwiesenermassen ist Ausdauersport – und dazu zählen Joggen, Schwimmen, Langlaufen und unzählige Sportarten mit oder ohne modische Accessoires – einer der einfachsten und effizientesten Pfeiler der Gesundheit. Kreislauf, Atmung, Knochenapparat werden unterwegs gestärkt. Wenn man Partner zu dieser Tätigkeit findet, hilft das Gesellige, es immer wieder zu tun.

Viele unспортliche Menschen verknüpfen Joggen bzw. Laufen nur mit ei-



Da geht's lang! Gabor weist den Läuferinnen und Läufern den Weg.

ner schweisstreibenden, unangenehmen und anstrengenden Angelegenheit. Dazu kommen die Ausreden: schlechtes Wetter, schwache Knie, kein Partner, keine Zeit usw.

und absolvierte als erster Hundertjähriger einen Marathon.

Gabor Szirt



Foto: z.Vg.

Faujah Singh

Dass Laufen die Gesundheit erhält, zeigt der britisch-indische Läufer Fauja Singh (Bild links). Mit 102 Jahren ist er der älteste Langstreckenläufer der Welt

Die Rubrik «Sport und Gesundheit» erscheint hier erstmals. Ab sofort finden Sie in jeder Ausgabe des Quartierkurier einen Beitrag von Gabor Szirt.