

Alt? Fit!

Sie wollte nur Sport treiben. Dann aber leitete Uschi Heublein den **SENIOREN-CLUB** des Post-SV 40 Jahre lang. VON TIMO SCHICKLER

Von einer Verletzung lässt sich Ursula Heublein nicht bremsen. Kaum hat sie auf dem Sofa in ihrer Wohnung in der Georg-Strobel-Straße Platz genommen, steht die 81-jährige schon wieder auf, diesmal, um ein altes Jahrbuch des Postsportvereins zu holen. Dass Heublein sich von einem Steißbeinbruch erholt, ist schwer zu glauben, so flott ist sie schon unterwegs.

Ihre Fitness hat sich Ursula Heublein, die von den meisten nur Uschi genannt wird, erhalten. Der Grund ist auch auf dem himmelblauen T-Shirt

EhrenWert

zu lesen, das sie trägt. In dunkelblauer Schrift steht dort: Senioren-Club. Für Uschi Heublein ist dieser Club mehr als eine Abteilung in einem Sportverein. Im Senioren-Club steckt ein großer Teil ihres Lebens, die Mitglieder sind für sie wie eine Familie.

Eine Familie, um die sie sich bis vergangenes Jahr gekümmert hat, zu der sie aber nur zufällig kam. „Eigentlich wollte ich einfach nur etwas Sport machen“, sagt Heublein und lächelt breit. Also meldet sie sich 1970

zum Mutter-Kind-Turnen an. Als ihr Nachwuchs dafür zu groß ist, bleibt Uschi Heublein aber aktiv.

Als die Aerobic-Welle aus den USA nach Nürnberg schwappt, werden einige Vereinsmitglieder aus den Gymnastikkursen gespült. „Für manche der Älteren war Aerobic einfach zu anstrengend“, erinnert sich Heublein. Um die Sporttreibenden nicht zu verlieren, finden ab 1974 Senioren-Turnstunden statt, Uschi Heublein wird stellvertretende Leiterin. 1977 übernimmt sie die Organisation komplett – und gibt sie erst 2018, also nach über 40 Jahren ehrenamtlicher Arbeit, wieder ab.

„Damit hätte ich nie gerechnet“, sagt die Reisekauffrau im Nachhinein. Den Anstoß für das jahrzehntelange Ehrenamt hat ihre Mutter gegeben, „sie hat damals gesagt, dass das doch etwas für mich wäre“. Heubleins Mutter behält recht.

Hundert Wanderausflüge

1981 wird aus der Sportgruppe eine eigene Abteilung: der Senioren-Club. Eine eingeschworene Truppe sind die Männer und Frauen vorher bereits, 1975 organisiert Uschi Heublein ihren ersten Wanderausflug mit dem Verein – allein bis 1999 kommen 99 weitere dazu.

Auch sonst gehören gemeinsame Unternehmungen genauso zum Club wie Gymnastikstunden, später Stuhlgymnastik oder Seniorentanz. Alles von und mit: Uschi Heublein. Bis zu 400 Mitglieder hat ihr Club zeitweise, für den sie ordentlich die Werbetrömmel rührt.

Sie lädt auch zur „Sportschau“ auf das Messegelände, um dort Interessierten vorzuführen, was die älteren, aber nicht weniger fiten Sporttreibenden im Senioren-Club trainierten und einstudierten. Zum Beispiel die berühmten Tanzeinlagen, die sie bei Veranstaltungen auch außerhalb des Vereins regelmäßig vorführten, wie zur Eröffnung des Frankenstadions.



Und dann die Hände zum Himmel: Jahrzehntlang hat Uschi Heublein das Tanztraining beim Senioren-Club des Post-SV geleitet, so wie hier im Jahr 2011. Erst vor einem Jahr übergab sie an ihre Nachfolgerin.

Direkt im ersten Jahr ging es für die neu gegründete Abteilung auch zur ersten Sportfreizeit an den Spitzingsee – inklusive Morgensport, Wanderungen und mehr. Für die Wanderausflüge war auch Heubleins Mann Hans zu begeistern, „er hat auch die Routen geplant“. Und sonst? „Also Sport hat er nicht gemacht“, lacht Uschi Heublein.

Sie dafür umso mehr. 120 Stunden schwitzt und büffelt sie, um die A-Trainerlizenz zu bekommen, um

dann mal fünf, mal 20 Stunden in der Woche für ihren Verein, ihre Senioren da zu sein. Egal ob bei Kegelnachmittagen, Aquafitness oder Gymnastik, bei der sie noch mit 81 vorturnt. Freiwillig und nur für eine kleine Aufwandsentschädigung.

Bis die Verletzung sie ausbremst, wenn auch nun nicht mehr komplett. Falschen Ehrgeiz aber will sie nicht zeigen. Schließlich hat sie das den Teilnehmern ihrer Kurse auch jahrelang vorgebetet. „Es ist wichtig,

niemanden zu überfordern“, sagt die Experte für Seniorensport. Den vermisst sie aktuell, genauso wie die Menschen in der Abteilung, die jetzt von Rosi Schuster geleitet wird.

Ein „großes Glück“ für den Verein

Uschi Heubleins Arbeit trägt weiter Früchte. „Sie war eine Vorreiterin“, weiß Klaus Maroschik, beim Post-SV zuständig für den Bereich 50plus, zu dem auch der Senioren-Club gehört. „Der Post-SV hat 17 000 Mitglieder“, weiß Maroschik, „ein Drittel davon ist über 50.“ Das zeigt, wie wichtig der Bereich ist. Auch wenn er heute bei Kursen und Ausflügen darauf achtet, alle Altersklassen mitzunehmen. „Das wollen die Älteren auch“, sagt er. „Außerdem sind viele Senioren heute fitter als früher“, findet der Trainer – Ursula Heublein lächelt, widerspricht aber.

So oder so gehe es vor allem um Zusammenhalt und Gemeinschaft, sagt Maroschik. Und gerade das habe der Senioren-Club um und vor allem dank Uschi Heublein jahrzehntlang vorgelebt. Oder wie es in der inzwischen gefundenen Chronik heißt: „Für den Verein sind Menschen wie sie ein großes Glück.“



Foto: Günter Distler

Uschi Heublein wirft einen Blick in die Post-SV-Chronik.

ZUR SACHE

Vorschläge sind willkommen

Bei der Aktion „EhrenWert“ zeichnen die **Stadt Nürnberg** und die **uniVersa Versicherungen** mit Unterstützung der **Nürnberger Nachrichten** monatlich eine(n) Ehrenamtliche(n) aus dem Verbreitungsgebiet unserer Zeitung aus. Der Preis ist mit einer Summe von 1000 Euro dotiert.

Bei Fragen können sich Interessierte per E-Mail an die Adresse ehrenwert@stadt.nuernberg.de wenden. Informationen per Telefon gibt es unter [09 11] 2 31 33 26 im Sozialreferat.

Sämtliche Informationen zum Preis finden sich im Internet unter www.univer-

sa.de/unternehmen/aktion-ehrenwert

Vorschläge für zukünftige Preisträger oder Bewerbungen sind erwünscht. Auf der Internetseite der **Nürnberger Nachrichten** stehen unter dem Link www.nn-online.de/ehrenwert die Porträts aller Preisträger.