

Die Currywurst-mit-Pommes-Zeiten sind vorbei

Podiumsdiskussion zum Thema Ernährung beim Challenger-Turnier in Talheim – Jugendliche Zuhörer

TENNIS Sport, Bewegung, Ernährung – unter diesem Motto hat Uwe Ralf Heer, Chefredakteur der *Heilbronner Stimme*, gestern Abend eine Talkrunde bei den Heilbronn Open moderiert. In der lockeren halben Stunde haben unter anderem Jiri Vesely und Bastian Knittel vor vielen jugendlichen Zuhörern Einblicke in die Ernährung und Tagesabläufe von Profisportlern gewährt. Knittel nahm in seiner Karriere „fünf bis sechs Mahlzeiten am Tag“ zu sich, Vesely investiert „sieben bis acht Stunden am Tag“ in seinen Körper, isst viel Reis, am Abend „ein gutes Steak“. Früher habe er gerne Currywurst mit Pommes gegessen – vorbei. Jürgen Siegele, mit seinem Team beim Challenger für die physiotherapeutische Betreuung der Spieler zuständig, empfiehlt Breitensportlern zum Abnehmen Intervalltraining. *lm*



Eine lockere Runde (von links): Jiri Vesely, Jürgen Siegele, Cornelia Frost (Ernährungsberaterin der AOK), Uwe Ralf Heer, Bastian Knittel und Jochen K. Kübler (Erster Vorsitzender der Bürgerinitiative Pro Region).

Foto: Andreas Veigel