



fränkische Zeitung

Die Wochenzeitung in Oberfranken:
vor allem fränkisch - manchmal zänkisch

Nach den Richtlinien von BVDA und BDZV
geprüfte und verteilte Gesamtauflage 88.611
aktion@fraenkischezeitung.de, Tel. 0921/500331

1. Jahrgang / Nr. 6 / 19. November 2008



Doppelt sparen mit Motor-Nützel

Preisvorteil sichern und spritsparend fahren

VW Touran United Blue Motion 1.9 TDI

105 PS, z.B. Reflex Silber Metallic

Navigation RNS 300

Imatronic

16" Räder

Navigation

Multifunktions-Lederlenkrad

Leistung vorn, u.v.m.

Leistung 2.490 €

Leistung 13.811 €

Leistung 1,9% eff. Jahreszins

Leistung Laufleistung p.a. 10.000

Leistung 48 Monate

23.990 €

mtl. 199 €

Angebot der Volkswagen Bank



Leistung 100 € Preisvorteil

Leistung 1/100 km Verbrauch

Leistung g/km CO₂-Ausstoß

Leistung Vorteil gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung von 29.450 € des Herstellers und einer Ersparnis von 2.340 € für das United Sondermodell

Leistung Leihpreis zzgl. Frachtkosten i.H.v. € 699,- oder Selbstabholung € 420,-. Angebot gilt bei Inzahlungnahme Ihres Gebrauchten, mind. 6 Monate auf Sie zugelassen, übernommen Audi, Skoda oder Seat, bei Abschluss einer VVD Volkasko Versicherung Lifetime Neuwagenanschlussgarantie. Abb. ähnlich. Verbrauchswerte innerorts außerorts 4,7, kombiniert 5,4l, CO₂-Emissionen: 144g/km.

Jetzt nachrüsten und sparen!

Nachrüstung Dieselpartikelfilter

Nachrüstung für mehr als sechs Millionen Dieselfahrzeuge, die bisher die Euro 2, Euro 3 oder die Euro 4 Abgasnorm erfüllen, kann der Partikelaustritt durch den Einbau eines Dieselpartikelfilters deutlich gesenkt werden. Meiden Sie temporäre Fahrverbote und steigern Sie den Wert Ihres Fahrzeuges. Gleichzeitig wird es die Natur Ihnen danken.

Nachrüstung für VW Touran, VW Passat (3C)

€ 449,- Komplettpreis inkl. Einbau

Leistung Fahrzeugen, die vor dem 31.12.06 zugelassen wurden. Angebot gültig bis 31.01.09

Leistung filtern Sie von der staatlichen Förderung in Höhe von € 330,-

Motor-Nützel Vertriebs-GmbH
www.motor-nuetzel.de

Bayreuth: Nürnberg Str. 95, Tel. 0921-3360-279
Bayreuth: an der B303, Tel. 09273-9249-0
Bayreuth: Leitenacker 8, Tel. 09221-690598-0
Bayreuth: Sauerbruchstr. 23, Tel. 09241-979-0



Die Stadt verliert Gewicht

Bayreuther haben sich zum Abnehmen entschlossen

Bayreuth - Wohl deutlich über 1.000 Menschen machen in Bayreuth derzeit den Versuch, ihre Figurprobleme in den Griff zu bekommen und dabei auch noch gesünder zu leben. „metabolic balance“ heißt die Methode, die in einer Art Mund zu Mund Propaganda weiter empfohlen wird. Ärzte und Heilpraktiker freuen sich wegen des Zulaufs. Allein im innerstädtischen Bereich von fünf Kilometern arbeiten rund acht Ärzte und Heilpraktiker mit dieser Methode. Eine davon ist Heilpraktikerin Claudia Wieser. Sie allein hat rund 300 Patienten, darunter sind ungewöhnlich viele Männer. Der Bundestagsabgeordnete Hartmut Koschyk gehört ebenso dazu wie sein Kollege Horst Friedrich, Zahnarzt Gunther Berthold oder Schausteller Dieter Reil.

Ex-Polizist Heinrich „Joe“ Friedlein gilt als bodenständig. Karstadt-Chef Volker Knauer immer als elegant, Andreas Nuissl, als modebewusster Verkäufer von trendigen Frisuren. So verschieden die drei sind, es eint sie eine Art „Große Koalition“ für Gesundheit und Schlankheit. Alle drei ernähren sich nach der Methode „metabolic balance“, wollen gesünder leben und schlank werden beziehungsweise bleiben.

Bayreuths beliebtester (Ex)Polizist Joe Friedlein (65) bringt zu Beginn 103 Kilogramm auf die Waage, inzwischen sind es noch 85 Kilogramm. Die erste Zeit war hart: „Es gibt erst eine Vorbereitungsphase zum Entleeren der Därme, dann kommt eine strenge Umstellungsphase mit einem genauen Ernährungsplan. Die Portionen



Heilpraktikerin Claudia Wieser mit Karstadt-Chef Volker Knauer, Friseur Andreas Nuissl und Ex-Polizist „Joe“ Friedlein an der Kuchentheke bei Karstadt.

sind eher klein und jeden Tag mußte ich mindestens vier Liter Wasser trinken.“ Alkohol ist bei „metabolic balance“ in der Anfangsphase nicht erlaubt, Stammtischgänger Friedlein hierzu: „Ich hab schon einmal gesündigt, drei Bier, ein Glas Wein, ich hab einen schönen Rausch gehabt.“ Die Kollegen am Stammtisch haben sich inzwischen an den nahezu keinen Alkohol gewöhnt, ohne Aufhebens bekommt er sein Wasser hingestellt. Der Gewichtsverlust hat allerdings zuvor nicht bedachte Konsequenzen. Friedlein trägt jetzt Hosenträger, findet diese „recht bequem“ und hat sich zudem ein paar neue Hosen kaufen müssen.

Andreas Nuissl (45) nennt als Wunschgewicht 78 Kilogramm. Als er mit der „Kur“ im Februar beginnt, ist er 21 Kilogramm weit davon entfernt. In der Anfangsphase hat er sich exakt an die Vorgaben gehalten. Schlimm war es für ihn nicht, er hat Erfahrung im Heilfasten. Für Nuissl

ist „metabolic balance“ keine Diät, sondern eine Weltanschauung. Seine Hosengröße ist von 54 auf 48 gefallen. Er fühlt sich als neuer Mensch, schläft besser. Die 360 Euro für die Kur findet er günstig, aber: „Man braucht eine komplett neue Garderobe, das ist eine teure Konsequenz, aber eine schöne Konsequenz.“ Ab und an „sündigt“ er. So darf es durchaus auch mal eine Martini-Gans sein, aber eben nicht zweimal die Woche. Zu Hause geht auch ein Stück Kuchen. Nuissls Motto: „Es gibt Grundvorgaben, an die muss man sich halten. Deswegen lässt man jedoch das Leben nicht links liegen.“ Dritter im Bunde ist Volker Knauer (55). Sein Startgewicht: 85 Kilogramm, nach acht Wochen ist das

Ziel von 70 erreicht. Für ihn sind die ersten beiden Wochen schwer, ein bisschen Schwindel, Schlafstörungen und Trauer über alles, was einem in den vergangenen Jahren geschmeckt hat und nun nicht mehr auf den Tisch kommt. Neu einkleiden muss sich Knauer nicht: „Das Hemd sitzt jetzt lockerer am Hals, das Sakko spannt nicht mehr.“

Claudia Wieser betreut die drei. Sie sagt von sich selbst: „Ich bin halt a Dicke und weiß, wovon ich rede, vielleicht kommen deshalb die Leute zu mir.“ Sie hat auch mitgemacht, 23 Kilogramm verloren, trägt heute Kleidergröße 44/46 statt 50. Kontrolliert Claudia Wieser ihre Patienten? „Ich muss mich darauf verlassen, was sie sagen. Es sind alles erwachsene Menschen.“ the



Beim Salat dürfen die sich gesund Ernährenden schon eher mal zugreifen. Fotos: Erbe/Archiv

Neubauwohnungen in Bayreuth

Karl-Hugel-Str. 18a + b

Machen Sie sich selbst ein Bild von der gut durchdachten Architektur und vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin

Sonderaktion:

Bei Kauf bis 31. 12. 2008 bezahlen wir Ihnen zwei Jahre lang die Heiz- und Wasserkosten

Gesellschaft für zeitgemäßes Bauen
STRUKTURBAU
Tel. 0921/8009085 · www.strukturbau.de