

UNTERE VILS

SCHMIDMÜHLEN

Schmidmühlen bewegt sich: Mi. ab 18 Uhr Training und Abnahme für das Deutsche Sportabzeichen an der Turnhalle. (abu)

Skiclub: Mi., 19 Uhr, Walking, Treff in Hammerberg, Nichtmitglieder willkommen. (abu)

Schmidmühlner Sängerrinnen: Heute Treff um 18.30 Uhr im Gasthaus Altenbuchner, Goldenes Lamm. (abu)

Trachtenverein: Heute (Kirchweihmontag) ab 14 Uhr Trachtenheim geöffnet. (ajp)

Sportschützen: Fr., 11.9., ab 18 Uhr Saisonauftakt. Gegen 19.30 Uhr Vorstandssitzung (Schwerpunkt: Terminplanung). (ajp)

Qigong-Kurs: Von Vilstalschützen Emhof im September wieder Qigong-Kurs. Energie stärkende, sanft fließende Übungen verhelfen spürbar zu tiefer innerer Ruhe und Ausgeglichenheit und tragen zur Harmonisierung von Körper, Geist und Atem bei. Qigong kann in jedem Alter ausgeführt werden und gilt als geeignet, Nervosität und Schlafstörungen in den Griff zu bekommen, Dauerbelastungen wie Kopf- und Rückenschmerzen oder Gelenksbeschwerden zu lindern, es aktiviert die Abwehrkräfte. Kursbeginn Di., 22.9., jeweils 19-20.30 Uhr (10x) im Hammer-schloss (Konzertsaal) Schmidmühlen. Kurs von Krankenkassen anerkannt und kann bezuschusst werden. Anmeldung/Info bei Monika Stefens-Hrstka, Lehrerin für Qigong und Tai Ji Quan, Tel. (0 96 26) 92 96 33.

RIEDEN

Pfarrgemeinde Rieden: Seniorennachmittag Di., 8.9., ab 14 Uhr im Pfarrheim St. Josef, Rieden.

VdK: Für alle Mitglieder mit Partnern sowie Interessierte Do., 17.9., 16 Uhr, Gasthaus Hirschenwirt, Kaffeekränzchen, dazu Vortrag von Florian und Daniel Szautner zur Bestattungsvorsorge „Eigene Wünsche für die Zeit nach dem Leben festhalten“. Für Mitglieder aus Vilshofen Mitfahrgelegenheit 15.30 Uhr, Bushaltestelle. (azd)

ENSDORF

Pfarrei: Zahlung des Kirchgelds 2015 (finanzieller Beitrag ganz für Belange der Pfarrei für laufende Kosten, Anschaffungen und Unterhalt der kirchlichen Gebäude sowie Kirchenwache etc.). Kirchgeldpflichtig ist jeder Katholik, der 18. Lebensjahr beendet hat und eigene Einkünfte bezieht. Höhe ab 1,50 Euro gestaffelt nach Einkommen. Überweisung auf das Konto bei der Raiffeisenbank Ensding IBAN: DE70 760696110000206784, BIC: GENODEF1SDM oder Barzahlung im Pfarrbüro.

VdK: Für alle Mitglieder mit Partnern sowie Interessierte Do., 17.9., 16 Uhr, Gasthaus Hirschenwirt in Rieden, Kaffeekränzchen, dazu Vortrag von Florian und Daniel Szautner zur Bestattungsvorsorge „Eigene Wünsche für die Zeit nach dem Leben festhalten“. (azd)

EBERMANNSDORF

Gymnastikgruppe: Mo., 19-20 Uhr, Nordic-Walking, Treff Neue Kirche.

VdK-Seniorentreff: Do., 10.9., ab 14 Uhr, Klubraum neben Berggasthof, Nichtmitglieder willkommen. (aih)

Gartenbauverein Pittersberg: Mit Kneipp-Verein Schwandorf Sa., 3.10., Ausflug mit Bus zum Weinlesefest in Volkach, anschl. am Quittenlehrpfad Führung mit Verkostung in Astheim. Abfahrt 8 Uhr Kirchplatz Pittersberg, Rückkehr ca. 20 Uhr. Preis pro Person inkl. Fahrt und Verkostung 35 Euro, Nichtmitglieder 40 Euro. Einzahlung gilt als Anmeldung (IBAN: DE 60 75051040 0380 006668 / BIC: BYLADEMISAD / Sparkasse Schwandorf). Ansprechpartner: Andreas Scheibl und Theresia Lorenz. Anmeldeschluss: 10.9.

KÜMMERSBRUCK

JKC: Judo: 17-18.30 Uhr Anfänger bis U12. Karate: 18.30-20.30 Uhr Oberstufe (ab 5. Kyu).



Beeindruckt waren die Oberpfälzer von den Naturerlebnissen am Nil und im Murchinson Falls Nationalpark.

Foto: privat

Grandiose Naturerlebnisse begeisterten

REISE Die faszinierende Tierwelt Afrikas beeindruckte auch die Mitglieder von „Cababana“ sehr. Manches war besonders aufregend.

KÜMMERSBRUCK. „Der Garten Afrikas“ – so hat Winston Churchill Uganda einmal bezeichnet. Die Naturschönheiten des zentralafrikanischen Landes erlebten nun auch die elf Mitglieder des Kümmersbrucker Chores „Cababana“ und weitere Begleiter aus dem Landkreis Amberg-Sulzbach, die mit dem Himbisa-Mukama-Projektchor seit 26. August in Uganda sind.

Im Mittelpunkt der Reise stehen natürlich die beiden großen Open-Air-Konzerte von Projektchor und Orchester, doch das Programm beinhaltet ebenso die Kultur und die Natur. Flora und Fauna haben die Gäste sehr beeindruckt und für weitere Höhepunkte gesorgt, erzählen Manuel und Michael Holzschuh sowie Johanna Sarkowski in ihren Tagebuch-Berichten.

Das „Heilige Wasser“ des Nils

Am Tag nach dem großen Konzert in Kampala machten sich 62 der 63 deutschen Besucher mit dem Bus auf den dreistündigen Weg nach Jinja: Dort entspringt der Nil und der Viktoriasee geht in den Fluss über. Schon auf dem kurzen Fußmarsch durch den Regenwald hinunter zum Nil kam der erste Kontakt mit für die Europäer ungewöhnlich großen Insekten bzw. Spinnen zustande.

Mit kleinen Booten für jeweils etwa 20 Personen geht es zuerst quer über den Nil, um verschiedene Vogelarten zu bestaunen, und anschließend zur Nilquelle. „Der Großteil richtet auf das Aussteigen aus den Booten, aber nach einer Ermahnung des Projektlei-



Das Krokodil war echt.

ters Joseph Wasswa können sich die meisten überwinden, zumindest kurz ihre Hand in das „Heilige Wasser“ zu halten, das sich genau am Übergang des Viktoriasees in den Nil befinden soll“, so Manuel Holzschuh.

Später ging es direkt zum Kulturzentrum Kampala, wo ein traditioneller Tanzabend auf die Gäste wartete. Eine Stunde lang führten die Trommler, Tänzer und Sänger in traditionellen bunten Gewändern durch verschiedene Regionen Ostafrikas.

Nach der letzten Nacht im Pope Paul Memorial Hotel in Masaka ging es in den Murchinson Falls Nationalpark. Bei einem Zwischenstopp im Mabira-Forest unternahmen die Gäste einen kleinen Spaziergang durch den Regenwald. „Wir bekamen unter anderem riesige Urwaldbäume, Heilpflanzen zum Beispiel gegen Malaria, wunderschöne tropische Blüten und riesige Schmetterlinge zu sehen“, berichtet Michael Holzschuh.

Auf der Weiterfahrt passierte es: „Als unser Tourguide von den weit verbreiteten Tse-Tse-Fliegen berichtete, begannen alle 60 Mann wie wild Mückenspray zu sprühen – im Bus!

ERLEBNIS MIT DEM KROKODIL

► **Ein Höhepunkt** bei der Bootsfahrt auf dem Nil im Nationalpark war die Begegnung mit einem Krokodil.

► **„Da der Kapitän** das Boot auf 1,5 Meter an das Krokodil heranzusteuerte, dachten wir alle zuerst, es sei aus Plastik. Wir machten fleißig Fotos und hielten die Handys aus dem Boot, um Freunde und Verwandte mit möglichst beeindruckenden Bildern zu versorgen“, so Michael Holzschuh. Als sich das gigantische Reptil dann bewegte, war der Schock gewaltig und die Hände wurden schleunigst zurück ins Boot geholt.“

Der feine Chemie-Nebel verklebte dem Busfahrer die Augen und wir rutschten in voller Fahrt in den Straßengraben. Der Bus stand dann ziemlich schräg und drohte umzukippen. Mitten im Nationalpark im Regenwald wäre das die Katastrophe schlechthin gewesen, doch zum Glück bewahrten alle Ruhe und der Busfahrer konnte den Bus aus dem Straßengraben lenken“, so Michael Holzschuh.

Alle Erwartungen übertroffen

Für die dreistündige Bootsfahrt auf dem Nil war allen versprochen worden, dass sie viele Tiere sehen würden. Jeder habe daran gezweifelt, bekennt Michael Holzschuh, doch sämtliche Versprechungen seien übertroffen worden. „Riesige Gruppen von Nilpferden, Giraffen, Elefanten, Büffel, Antilopen und verschiedene Vögel waren zu bestaunen.“ Als Höhepunkte beschrieb er die Murchinson Falls (Wasserfälle), bei denen 300 Kubikmeter Wasser pro Sekunde in die Tiefe stürzen, und ein riesiges Krokodil, das nach dem Fressen am Ufer lag.

Die Nacht verbrachten die Gäste im Red Chili Camp, das Natur pur ver-

sprach. „Wie pur sollte uns schon kurze Zeit später deutlich werden. Als eine Gruppe mit dem Guide losging, um ihre Hütte zu beziehen, fanden sie ein gigantisches Nilpferd vor der Tür, das zum Gras ins Camp gekommen war“, erzählte Michael Holzschuh weiter. Die Tiere seien zwar Vegetarier, aber trotzdem äußerst aggressiv. Nach einigen kleineren oder größeren Panikattacken und einem sehr leckeren Abendessen unter klarem Sternenhimmel konnten trotzdem alle gut schlafen, ob in Zelten oder Hütten.

Eine Safari im nördlichen Teil des Murchinson Falls Nationalparks bot weitere besondere Naturerlebnisse. „Keiner habe wirklich daran geglaubt, mit dem lärmenden Bus auch nur ein einziges Tier zu erblicken“, so Johanna Sarkowski. Doch: „Unsere Erwartungen wurden einmal mehr übertroffen und es wechselten sich Wasserbüffel, Elefanten und vor allem viele Giraffen und Antilopenarten ab.“ Auch Nilpferde wurden gesichtet, Vögel – und als absolutes Highlight des Tages schließlich drei sechs Monate alte Löwenbabys, die im Schatten auf die Rückkehr ihrer Mutter von der Jagd warteten. „Sowohl die Landschaft als auch die Flora und Fauna dieses Nationalparks sind höchst beeindruckend und waren sicher ein Höhepunkt unserer Afrika-Reise“, erzählt Johanna Sarkowski.

Noch am gleichen Tag ging es zurück nach Kampala ins luxuriöse Hotel M+J (Mary and Joseph). Dort soll auch der Papst nächstigen, wenn er im November nach Kampala kommt. Die Freude über den ungewohnten Luxus sei in einigen Zimmern jedoch durch Kakerlaken getrübt worden. Die kreischenden Mädels hätten schleunigst Projektleiter Joseph Wasswa zu Hilfe geholt. Dieser habe sich dann „nicht nur als Chorleiter, sondern auch als Lebensretter bewiesen“, so Sarkowski.

Geselligkeit erleben und manch Neues lernen

SENIOREN Vom Seniorennachmittag bei der Kirwa bis zum Computer-Kurs: Vielfältige Angebote warten in Schmidmühlen

SCHMIDMÜHLEN. Bürgermeister und Seniorenbefragte laden die Senioren der gesamten Marktgemeinde Schmidmühlen wieder zu Seniorennachmittagen an den Kirchweihmontagen in Schmidmühlen und Emhof ein. Beginn ist jeweils um 14 Uhr.

Betreut werden die Gäste am heutigen Montag durch die Kirwageinschaft Schmidmühlen im Ochsenwirtsstadt, am 14. September von Schützenverein und Feuerwehr Emhof im dortigen Feuerwehrhaus. Kaffee und Kuchen sind umsonst, jedes

Getränk kostet einen Euro. Für den Kirwamontag in Emhof wird wieder kostenlos ein Bus zur Verfügung gestellt, Abfahrt ist um 13.30 Uhr an der Bushaltestelle Netto, etwa zehn Minuten später am Rasthaus Steinbauer. Die Heimfahrt erfolgt um 17.15 Uhr.

Weiter bieten die Seniorenbefragten des Marktes über das Seniorennetz Amberg-Sulzbach e. V. der Landkreis-Volkshochschule für Interessierte einen Einsteigerkurs „Erste Schritte am PC für aktive Senioren WIN 7 und Office 2013“ an. Der Kurs findet im

EDV-Raum der Erasmus-Grasser Grundschule in Schmidmühlen (1. Stock) statt und zwar Montag und Donnerstag, 5., 8., 12., 15. und 19. Oktober von 13.30 bis 16.30 Uhr. Die Leitung hat Wolfgang Härtl. Die Gebühr beträgt 80 Euro plus 16 Euro für das Lehrbuch. Ein USB-Stick ist mitzubringen oder im Kurs für sechs Euro erwerben. Anmeldung mit Kurs-Nr. U66000MS bis spätestens 20. September bei Christine Werner, Tel. (0 94 74) 14 57 (mit Anrufbeantworter) wegen der Bücherbestellung. Die Mindestteil-

nehmerzahl beträgt drei, maximal acht Personen. Bei Interesse gibt es im Frühjahr Aufbaukurse. Auch eigene Laptops können mitgebracht werden.

Am 15. Oktober, 14.30 Uhr, gibt es einen Vortrag der Polizei zum Thema „Sicher Mobil“, einem Programm für ältere Verkehrsteilnehmer. Am 19. November, 14.30 Uhr, spricht Dr. Michael Doblinger von der Raiffeisenbank Unteres Vilstal über das Thema „Sparen bzw. Geldanlage im Alter“, die Vorträge finden jeweils im Gasthof Lindenhof statt. (ajp)