

## Kameraden geht die Luft nicht aus



Bis jetzt hat die FF Althofen alle Atemschutztests bestanden – im Frühjahr folgt der nächste

EGGENBERGER

Schärfere Auflagen für Feuerwehr-Atemschutztrupps. FF Althofen startete Trainingsprogramm.

WILFRIED GEBENETER,  
MELANIE FANZOTT

In ganz Kärnten werden an die Atemschutztrupps der Feuerwehren seit Kurzem höhere Anforderungen gestellt, was die Kondition der Kameraden betrifft. Alle drei Jahre wird die Fitness der Atemschutztrupps mittels Lungenfunktionstest und Ergometer geprüft. Damit der nächste Test im Frühjahr 2008 auch mit den neuen Auflagen ganz sicher positiv für die Männer der Freiwilligen Feuerwehr (FF) Althofen ausfällt, haben sie als erste im Bezirk ein gemeinsames Fitnessprogramm gestartet.

„Wir haben zwar bis jetzt noch bei keinem Test schlecht abgeschnitten, damit das aber auch so bleibt, wird jetzt trainiert“, sagt Wilhelm Mitterdorfer, Bezirks-



Maurer und Mitterdorfer (von links) beim FF-Training

GEBENETER

beauftragter für Öffentlichkeitsarbeit. Seit zwei Monaten trifft man zehn Althofener Atemschutzträger zweimal pro Woche in der Fitness-Arena der Altisportmedizin im Rehabilitationszentrum Althofen. „Da für die Kosten die freiwilligen Helfer selber aufkommen, ist uns die Fitness-Arena sehr entgegen gekommen“, sagt Mitterdorfer. Ob

am Ergometer, am Laufband oder beim Konditionstraining: Zwei Stunden gezieltes Training lassen auch einen harten Feuerwehrmann in die Knie gehen. „Das Training ist nicht nur für unsere Kondition von Vorteil, die ganzen Strapazen bringen auch mental etwas“, sagt FF-Mann Roland Maurer nach der Laufeinheit. Allerdings ist das Training im Fitnesscenter nicht das einzige Mittel für die FF-Männer, um fit zu bleiben. „Viele spielen aktiv Fußball oder Eishockey oder laufen Marathons“, sagt Mitterdorfer.

Mit den Leistungen ist auch Fitness-Betreuerin und mehrfache Duathlon-Staatsmeisterin, Astrid Kopp, zufrieden: „Die Burschen sind mit vollem Elan bei der Sache. Kondition, Ausdauer und Muskelkräftigung stehen am sechswöchigen Trainingsplan.“

### FÜR SIE DA

**Die St. Veit-Redaktion.**  
(0 42 12) 308 83;  
Karin Hautzenberger (DW 20),  
Melanie Fanzott (DW 23);  
Fax-DW 40; st.veit@kleinezeitung.at;  
Hauptplatz 27a, 9300 St. Veit  
**Sekretariat, Leser- und Abo-Service.**  
(0 46 3) 58 00 (DW 100); Funderstraße 1a, 9020 Klagenfurt

Toooooor auf  
einen Klick

[www.kleinezeitung.at/sport](http://www.kleinezeitung.at/sport)

Meine Kleine.  
**KLEINE  
ZEITUNG**  
www.kleinezeitung.at