

**Vor Ort**

**Anwohnerparken an der Universität**

**Bilk.** Anwohner der Christophstraße hatten in der Bezirksvertretung 3 (u.a. Bilk) und im Beschwerdeausschuss den wachsenden Parksuchverkehr rund um die Universität beklagt. In diesem Bereich nutzen viele Uni-Mitarbeiter die kostenlosen Parkplätze. Die Verkehrsverwaltung legte gestern nun der Bezirksvertretung eine mögliche Lösung des Problems vor: In der Christophstraße (nördlich der Universitätsstraße), Birkenhof, Kastanienhof und Wiesbadener Straße wird ein Bewohnerparkgebiet eingerichtet – dies soll montags bis sonntags ganztägig gelten. Kunden und Besucher dürfen in dem Gebiet dann nur höchstens zwei Stunden parken und eine Parkscheibe auslegen. A.V.

**Baugerüst an der Brehmstraße bleibt**

**Düsseltal.** Seit mehr als ein Jahr ist das Gebäude Rethelstraße 171 (Filiale Stadtparkasse, Ecke Brehmplatz) eingestürzt. Die Bezirksvertretung 2 hatte im März nachgefragt, da dort nicht gebaut wurde und das Gerüst Fußgänger störe. Jetzt kam die Info der Verwaltung, das Gerüst müsse bleiben, die Natursteinfassade sei nicht mehr verkehrssicher. Sie müsse von den Eigentümern ausgetauscht werden. Einen Zeitplan für die Arbeiten gebe es noch nicht. A.V.



An der Gladbacher Straße in Unterbilk sind - wie an vielen Standorten - vier Scheinakazien erkrankt und müssen gefällt werden. Foto: Melanie Zanin

# Immer mehr kranke Bäume

**UNTERBILK** Stadt muss zur Sicherheit 165 Bäume fällen. Klimawandel schuld an Pilzbefall.

Von Annic Völkel

Das Ergebnis ist nicht gut: Das Gartenamt muss sehr kurzfristig 165 Bäume stadtweit fällen lassen. Dies ist das Ergebnis der jährlichen Baumkontrolle. Gestern gab die Stadt die aktuellen Zahlen bekannt, zum Vergleich: Vor einem Jahr hatten die speziell geschulten Mitarbeiter des Gartenamtes „nur“ 51 Bäume ausgemacht, die entfernt werden müssen.

Die Kontrollen haben gezeigt, dass immer mehr Bäume mit holzzerstehenden Pilzen befallen sind. Verursacht werde dies auch durch den Klimawandel, erläutert Volker Paulat vom Amt für Kommunikation.

Er ergänzt: „Wird es wär-

mer und feuchter, gedeihen die Pilze.“ Sie verringern die Festigkeit des Holzes, der Baum wird zur Gefährdung für Passanten und Dinge. Und hier ist es Aufgabe der Stadt, für die Verkehrssicherheit zu sorgen.

**Kastanien und Scheinakazien sind besonders anfällig**

Pilze können bei verletzten oder geschwächten Bäumen mit Sporen über Wunden an Stamm, Krone oder über die Wurzel eindringen. Der Prozess der Holzzerstörung bis zum Absterben des Baumes ist abhängig von der Baum- und der Pilzart. Einige Pilze kommen nur auf einer Baumart vor (zum Beispiel der Birkenporling). Andere besiedeln ein breites Spektrum an Baumarten, etwa der Lackporling, der an fast allen heimischen Baumarten auftreten kann. Eine Bekämpfung des Pilzbefalls oder eine „Heilung“ des Baumes davon ist nicht möglich.

Die befallenen Bäume werden durch Fachfirmen im Auftrag der Stadt gefällt. In den meisten Fällen werden die Lücken mit neuen Pflanzen gefüllt. Bevor diese gesetzt werden, werden Stumpf und Wurzeln des Vorgängers entfernt.

Bäume müssen in allen zehn Stadtbezirken gefällt werden. Sie stehen an Straßenrand, auf Spielplätzen oder Schulhöfen. Oft sind es Einzelbäume, die morsch oder gar abgestorben sind. Erneut müssen an der Kettwiger Straße u.a. vor dem „Düsselstrand“ neun Kastanien gefällt werden. Auch viele Scheinakazien sind erkrankt. Beide Baumarten gehören nicht mehr zum so genannten Zukunftsbaumkonzept, das die Stadt für die Neupflanzungen verfasst hat. Volker Paulat: „Wir werden uns von der Kastanie als Stadtbaum wohl leider verabschieden müssen.“

**BRUTZEIT**

**SICHERHEIT** Die Fällungen können nach Ansicht der Experten nicht erst nach der Brutzeit der Vögel im Herbst stattfinden. Die Bäume werden jedoch auf Niststandorte hin überprüft, damit keine Nester zerstört oder brütende Vögel gestört werden.

# Positives Signal für Ausbau des Hafens

**REISHOLZ** Verkehrsgutachten wird den Anliegern noch vor den Ferien vorgestellt.

Von Helga Meister



Rainer Schäfer, Neuss-Düsseldorfer Häfen. Archiv-Foto: Andreas Bischof

Verkehrswissenschaftler der Firma IVV aus Aachen haben ihr Verkehrsgutachten zum Ausbau des Reisholzer Hafens fertiggestellt. Der Tenor: Die Infrastruktur für die Entwicklung dieses Hafens südlich der Straße Am Trippelsberg reicht aus. Noch vor der Sommerpause wird das Gutachten im Rathaus Benrath, im Planungsausschuss und in einer frühzeitigen Bürgerbeteiligung vorgestellt.

**Bebauungsplan:** Er ist der nächste Schritt. Dazu ist nach Auskunft von Verkehrsdezernent Stephan Keller das Verkehrsgutachten ein wichtiger Baustein. Zeitgleich wird die Entwicklungsgesellschaft gegründet, um die Grundstücke zu bündeln.

**Machbarkeitsstudie:** Sie wird von der Stadttochter IDR und den Neuss-Düsseldorfer Häfen finanziert.

**Reduzierung der Hafenanlage:** Im Jahr 2011 gingen die Pläne noch von 108 Hektar aus. Sie wurden immer wieder abgespeckt, nicht zuletzt wegen der Kritik aus der Bevölkerung. Nun sollen es nur noch 35 Hektar sein. Rainer Schäfer, Geschäftsführer der Neuss-Düsseldorfer Häfen, hofft, dass diese Fläche ausgewiesen wird.

**Zwei Bauabschnitte:** Bei 160 000 Containern liegt der Minimalausbau, in der zweiten Ausbaustufe sollen es 320 000 Container sein, wobei der zweite Bauabschnitt in der zweiten Reihe parallel zum Rhein liegen soll. Eine wallartige Grünanlage wird als Puffer-

zone zur Wohnbebauung geplant.

**Vorteil für den Hafenausbau:** Die Laster müssen nicht mehr über die Reisholzer Wertstraße und Am Trippelsberg/Paul-Thomas-Straße durch das Industriegebiet kurven, sondern gelangen direkt von der Straße Am Trippelsberg in den Hafen.

Der springende Punkt im Verkehrsgutachten liegt für Schäfer darin, dass keine neue Erschließung notwendig ist. Allenfalls ein paar zusätzliche Lichtzeichenanlagen seien nötig.

**Radweg:** Er führt zukünftig in einem Bogen an dem Hafenanrandbereich vorbei. Das Künstlerhaus allerdings wird verschwinden.

Die Bahnhöfe der IDR und der Deutschen Bahn reichen mit ihren vorhandenen Zugängen bis zu 400 Metern aus.

**Finanzierung:** Das Projekt ist nicht im Bundesprogramm ausgewiesen, aber im Konzept des Landes NRW. Für das Land gilt der Reisholzer Hafen als besonders förderwürdig.

20 Stadtleben

**STADTMENSCHEN**

Zusammengestellt von Andreas Krüger (Tel. 0211-83382-2384)



**Super-Talent Sieger stellt neues Album vor**

Viele erinnern sich noch an **Freddy Sahin-Scholl**. Bei der RTL-Castingshow „Das Supertalent“ begeisterte der Sänger, weil er in komplett unterschiedlichen Tonlagen sang. Im Finale sang er den Song „Carpe Diem“ im Duett mit sich selbst, die Supertalent-Jury und das Publikum waren völlig aus dem Häuschen. Damit holte er sich den Titel. Im vergangenen Monat erhielt er die „Goldene Schallplatte“ für über 100 000 verkaufte Einheiten seines Debütalbums Carpe Diem. Im Hyatt Regency Hotel im Hafen stellt Sahin-Scholl jetzt sein neues Album „For You“ vor und sprach über sein bewegtes Leben, was alles über ihn hereingebrochen ist, seit er bei „Das Supertalent“ gewonnen hat.

**Das französische Dorf ist zurück auf der Kirmes**

Das Französische Dorf, viele Jahre beliebter Treffpunkt auf



Freddy Sahin-Scholl stellte im Hyatt Regency Hotel sein neues Album „For You“ vor, das ab Juni im Handel erhältlich ist. Foto: Melanie Zanin

der größten Kirmes am Rhein, kehrt zurück auf die Oberkaseler Rheinwiese. Zum Jubiläumsjahr des St. Sebastianus Schützenvereins von 1316 baut Oscar Bruch jr. das Dorf aus zehn individuell gestalteten Häuschen vor dem Riesenrad Bellevue auf.

Fast 20 Jahre lang, 2009 zum letzten Mal, war das Französische Dorf mit seinen gastronomischen Angeboten als beschaulicher „Rückzugsort“ ein stilles Highlight im Kirmestriebel. Nun wird es, mit dem 15 Meter hohen Eiffelturm im Zentrum, erneut Treffpunkt und Ruhepol mit französischem Flair sein.

**Christian Lindner wird nun ein Jonges**

Die Düsseldorfer Jonges bekommen mit **Christian Lindner**, dem FDP-Bundesvorsitzenden und Fraktionschef im Düsseldorfer Landtag prominenten Zuwachs. „Ich lebe doch in Düsseldorf. Da möchte ich doch ein Jong sein“, sagt er.

# EMS-Test: „Eine effektive Geschichte“

Halbzeit beim Acht-Wochen-Experiment: Training unter Strom. Experten über Effekte und angebliche Risiken.

Von Juliane Kinast

„Können wir noch einen hoch?“ Trainer Tim Koritki grinst, die Hand schon am Rädchen. Der grüne Balken auf dem Display wird breiter. 60 Prozent. Eine gelbe Anzeige zählt herunter, bis der nächste Impuls kommt. Dann blinkt eine rote 15 auf. 15 Sekunden Strom nonstop! Die Bauchmuskeln ziehen sich zusammen, das Atmen fällt schwer. Die Hände zucken. Halbzeit beim Acht-Wochen-Selbsttest des Trainings aus der Steckdose. Das fühlt sich inzwischen schwer effektiv an. Die Experten aber streiten sich darüber.

Nach vier Trainingseinheiten unter Strom, bei denen jetzt kräftig der Schweiß fließt, hat sich der Magen an das ständige Kontrahieren der Bauchmuskeln gewöhnt – und der Kopf daran, nicht mehr die volle Kontrolle über den Körper zu haben. Ausfallschritt mit seitlicher Drehung. Breitbeinig in die Knie gehen und dann auf die Zehenspitzen. Oberkörper nach vorne und Arme nach oben ausstrecken. Alles kein Problem mehr. Bei Bauch, Rücken, Gesäß und Beinen darf Tim Koritki jetzt ruhig mal auf 60 bis 70 Prozent hochdrehen – ein guter Wert, sagt er.

Aber bringt es wirklich etwas? Die WZ hat nachgefragt bei Dr. Michael Behringer vom Institut für Trainingswissenschaft und Sportinformatik an der Deutschen Sporthochschule in Köln. Und er stellt erst einmal fest: „Ich kann mit EMS-Training tatsächlich posi-

tive Effekte in der Muskulatur erzeugen.“ Auf sehr natürliche Weise, weil schließlich die Muskeln auch vom Gehirn durch Stromreize angesteuert werden. „Es ist eine effektive Geschichte“, so Behringer.

Das sieht Dr. Ulrich Keil vom Cardio-Centrum Düsseldorf kritischer: Die wissenschaftlichen Studien zur Wirkung von EMS überzeugten ihn bislang nicht. Und auch im Profisport finde es quasi keine Anwendung – Keil betreut zahlreiche Profisportler, darunter Eishockey- und Fußballspieler sowie Marathonläufer. Und: Ein Training der Koordinationsfähigkeit ebenso wie psychische Effekte von klassischem Sport blieben aus.

**Forscher sagt: Intensität muss langsam gesteigert werden**

Gestritten wird in Fachkreisen auch über angebliche Risiken des EMS – Nierenschäden etwa werden der Methode immer wieder vorgeworfen. Dr. Behringer aus Köln sagt dazu: Die Dosis macht das Gift. Und im Prinzip kann der Stromimpuls, der in den Muskel schießt, nun einmal enorm hochgeregelt werden. „Dann kann es zu Mikroschädigungen im Muskel kommen“, erklärt der Forscher. Und dadurch würden Stoffe frei, die von den Nieren abgebaut werden müssen – Creatinkinase.

Das treibe den berüchtigten CK-Wert in die Höhe. Nach einem klassischen intensiven Training liege der bei 300 bis 400 – bei Tests an der Sporthochschule mit EMS zusätzlich



Nein, man steht beim EMS-Training nicht bloß da – wie WZ-Reporterin Juliane Kinast und Trainer Tim Koritki zeigen.

sei er bei Probanden auf bis zu 30 000 geklettert. Bestätigte Berichte über ein Nierenversagen gibt es laut Behringer aber nicht. Und: So hohe Werte träten für gewöhnlich nur bei der ersten EMS-Einheit auf, wenn sie übertrieben werde. Sein Tipp: „Langsam die Intensität steigern! Wenn der Körper eine Chance hat, sich anzupassen, ist das Training unproblematisch.“

Bisherige Berichte: <http://bit.ly/1Uas4JR> <http://bit.ly/10x19HH>



Der Trainer regelt die Intensität der Stromimpulse insgesamt, aber auch Arme, Brust, Bauch, Rücken, Gesäß und Beine einzeln. Fotos: Melanie Zanin