

Startseite (/) / Klimmzüge gehören zur sportlichen Morgenroutine

Klimmzüge gehören zur sportlichen Morgenroutine

Gabi Weber-Urban



Sportlich, neugierig, engagiert, politisch interessiert und immer aktiv: Der 93-jährige Walter FischerGB-Foto: Schmidt

Zahlreiche Menschen schauen sorgenvoll auf das Alter und fragen sich, wie dereinst der Alltag bewerkstelligt werden kann, in welchem Umfang Einsamkeit und Krankheit zur Belastung werden, wie es mit der Eigenbestimmung aussehen wird. Damit befasst sich, vorausschauend, auch der 93-jährige Walter Fischer aus Herrenberg und ist zugleich ein personalisiertes Beispiel dafür, dass körperliche und geistige Frische bis ins hohe Alter erhalten bleiben können.

Der agile Ruheständler zog vor vier Jahren aus seinem Haus in Kayh aus und lebt seither im Mehrgenerationenhaus Stadtwerk in Herrenberg allein in seiner Wohnung – jedoch keineswegs einsam. Seine vielfältigen Interessen, sein Engagement, seine Neugier und seine Lebensweise hielten ihn fit und gesund.

Seinen Tag startet Walter Fischer mit einem kurzen Frühsport. Der rüstige Rentner beginnt mit Qigong-Übungen, die er, wenn irgendwie möglich, auf dem Balkon absolviert. Anschließend folgen ein paar Klimmzüge an der Reckstange. „Maximal schaffe ich noch drei“, bekennt Walter Fischer und ergänzt. „Früher waren es mehr. Aber ich bleibe dran.“

Dieser Kraftübung folgen zwei Joggingrunden um die Galerie des Hauses, gefolgt von einem Schlussspurt zum Briefkasten. Dabei kommt er, nach eigenem Bekunden, richtig außer Atem. Mit dem „Gäubote“ in der Hand geht er über die Treppe – „Den Aufzug benutze ich nur in besonderen Fällen“ – zurück in seine Wohnung. Eine Tasse Kaffee, ein Müsli und die ausgiebige Lektüre des „Gäubote“ runden sein Morgenritual ab.

Im Sommer absolvierte der 93-Jährige erfolgreich einen Kraulkurs

Walter Fischer versorgt sich selbst und erledigt seinen Haushalt allein. Zum Einkaufen fährt er mit dem Rad. „Ich habe kein E-Bike. Ich will mich bewegen, denn es gibt einen direkten Zusammenhang zwischen körperlicher und geistiger Beweglichkeit, den ich mir zu Nutzen machen will“, begründet er seinen Entschluss. Seine Einkäufe verstaut er in Packtaschen, die der Tüftler eigenhändig zurechtgemacht hat. „Ich war zeitlebens kein Sportler und auch nie Mitglied in einem Sportverein, allerdings wurde ich von Kind an zum Wandern und zur Bewegung angehalten“, bekennt der agile 93-Jährige, der die Augen offen hält, beobachtet und hinterfragt. So stellte er bei seinen häufigen Besuchen im Freibad fest, dass andere Badegäste wesentlich besser und effizienter kraulen können als er selbst und führte dies selbstkritisch auf mangelnde Technik zurück. Um Abhilfe zu schaffen, meldete er sich zu einem Kraulkurs im Herrenberger Hallenbad an, den er in diesem Sommer – als ältester Teilnehmer – mit Erfolg absolvierte.

Im Mehrgenerationenhaus engagierte er sich beim Einrichten der Werkstatt und ist Mitglied im „Arbeitskreis Grün“. Walter Fischer initiierte den Bau einer Trockenmauer auf dem Grundstück und beteiligt sich an deren Aufbau. Persönliche Zukunftswünsche hat der engagierte Tüftler wenig. Ein Herzensanliegen ist für ihn jedoch die Stabilisierung des Klimas. 1984 stattete er das Dach seines Wohnhauses mit einem Wärmekollektor aus. Nach seinem Eintritt in den Ruhestand organisierte er, gemeinsam mit seinem Freund Wolfgang Verse, Gruppen zum Selbstbau von Wärmekollektoren, die ihre Anlagen gemeinsam aus Einzelbestandteilen zusammenbauten und installierten.

Insgesamt 100 solcher Anlagen gingen in den nächsten drei Jahren in Betrieb. „Im Arbeitskreis „Energie“ der Lokalen Agenda 21 beteiligte sich der rührige Klimaschützer an der von Hermann Sautter vorgeschlagenen Einrichtung bürgerfinanzierter Solardächer auf mehreren Schulen in Herrenberg, die mit über 400 kW seit 20 Jahren Strom ins Stadtnetz liefern und CO₂ einsparen, und sich insgesamt zu einem Erfolgsmodell entwickelt haben.

Für die Zukunft wünscht sich Walter Fischer eine schnelle Umstellung auf erneuerbare Energien, um „das Klima vor dem Kippen zu bewahren“. Fischer möchte erreichen, dass in Herrenberg ein sogenanntes „virtuelles Kraftwerk“ etabliert wird. Dazu sollen die Stadtwerke den überschüssigen Strom von privaten Anlagen in einigen großen Speichern „zwischenlagern“ und während der Nacht zu einem angemessenen Preis zurückliefern. So bleiben alte und neue private Anlagen auch ohne Subventionen rentabel.

Gesellschaftliche und politische Themen stoßen bei Walter Fischer auf reges Interesse. Mit Spannung verfolgte er den Wahlkampf in den USA. Von 1958 bis 1970 war er dort beruflich tätig. Seine drei Söhne wurden in dieser Zeit geboren. 1973 trat Fischer der SPD bei, war Vorsitzender des SPD-Ortsvereins Herrenberg, mehrmals wurde er in den Kayher Ortschaftsrat gewählt. Heute noch ist er Ehrenvorsitzender des SPD-Ortsvereins.

Walter Fischer ist ein unermüdlicher Sucher und Denker. Sein Interesse an philosophischen Themen wurde durch Carl Friedrich von Weizsäcker geweckt. Seine Publikationen hat er „verschlungen“. „Er war mein philosophischer Guru“, fasst Walter Fischer zusammen und leitet daraus ein weiteres Wunschziel ab. Der langjährige Kommunalpolitiker wünscht sich, dass die Gesellschaft sich auf Frieden,

Gerechtigkeit und Bewahrung der Umwelt besinnt, drei Grundprinzipien, die miteinander verschränkt sind und sich gegenseitig bedingen.

Walter Fischer will sich auch in Zukunft mit wichtigen Themen beschäftigen. In Bezug auf sein persönliches Leben stellt er dankbar fest: „Ich hab einfach unglaublich Glück gehabt.“ GABI WEBER-URBAN

ZUM ARTIKEL

Erstellt: 11. November 2020, 00:00 Uhr

Lesedauer: ca. 3min 29sec

 (/Nachrichten/Klimmzuege-geh hoeren-zur-sportlichen-Morgenroutine-65087.html?bPrint=true)

 (<https://de.facebook.com/sharer.php?u=https://www.gaeubote.de/Nachrichten/Klimmzuege-geh hoeren-zur-sportlichen-Morgenroutine-65087.html>)

 (<https://twitter.com/intent/tweet?text=https://www.gaeubote.de/Nachrichten/Klimmzuege-geh hoeren-zur-sportlichen-Morgenroutine-65087.html>)

Ihre Mitteilung an uns



The advertisement is a yellow rectangular box with a white border. At the top, it says "McMakler" in bold black text. Below that, "Immobilienwert berechnen" is written in a larger, bold black font. In the center, there is a white semi-circular arc with a blue house icon containing a white question mark. To the left of the arc is "200.000 €" and to the right is "850.000 €". At the bottom, there is a dark blue button with the white text "Kostenlose Bewertung a".

Anzeige

