

108. Ausgabe

unabhängig - unparteiisch - unpolitisch

Oktober 2025

**TRAUNREUTER**

**STADT  
BLATT**

**OKTOBER**



[www.traunreuter-stadtblatt.de](http://www.traunreuter-stadtblatt.de)

Herausgeber: Werbe- und Verlagsagentur RediX GbR



Ein Haus bauen

Eine neue Sprache lernen, eine Familie gründen, einen Baum pflanzen. Es gibt so viel zu tun und so viel zu erleben. Unsere vielen aktiven NABU-Mitglieder schützen, was ihnen wichtig ist: die Natur. Deswegen schaffen sie Quartiere für Meisen, Mehlschwalben und Mauersegler.

WIR SIND, WAS WIR TUN. DIE NATURSCHUTZMACHER\*INNEN

[www.NABU.de](http://www.NABU.de)

Ausgabe  
November 2025  
Redaktionsschluss  
17. Oktober  
Erscheinung am  
3. November

04

TRAUNREUTER KIRTA

05

AKTUELLES AUS  
STADT UND LAND

11

GESUND IN DEN HERBST

15

JUNGE TRAUNREUTER

16

ARCHIV

22

KULTUR & BILDUNG

24

CHIEMGAUER  
WANDERHERBST

27

VEREINSLEBEN

30

FUNDSTELLE

# editorial

LIEBE LESER,

ich höre bei Gesprächen immer wieder die eine Standardaussage: „Früher war alles besser.“ Klingt abgedroschen. Weiß doch jeder, dass dieser Ausspruch oft romanisierender Gedanken entspringt und nicht wirklich der Wahrheit entspricht. Diese Auffassung existiert zu jeder Zeit, in jeder Stadt, jeder Gemeinde, jedem Land und bei jedem Generationswechsel. Es ist wie eine lästige Fliege, die man einfach nicht wegscheuchen kann. Aber vielleicht ist es einfach auch gut, wenn man Erinnerungen in Rosa taucht. Dann haben sie weniger Wucht.

Was war früher tatsächlich besser in Traunreut und was nicht? Macht eine gedankliche Strichliste oder fragt die Familie, Freunde. Das Stadtzentrum war belebter, der Stadtplatz schöner und es gab ein Volksfest. Dafür gab es keinen Bauernmarkt, keinen Stadtlauf, keine Konzerte im Freibad und keine Kirta. Es gab keine Fahrradwege, keinen Stadtbus, keine Realschule und viel weniger Möglichkeiten der Kinderbetreuung, um einige Beispiele zu nennen. Es war alles zentraler, aber dafür war das Angebot auch überschaubarer. Die Kanststraße ist zu einer Flaniermeile geworden, in der man sich gerne aufhält. Gerade in den letzten Jahren hat sich in Traunreut unglaublich viel getan. Ich habe mir eine kleine Notiz an den Arbeitsplatz gelegt: „Zwischen dem Traum von morgen und dem Bedauern des Gestern liegt die Gelegenheit von heute.“ Sollten wir diese nicht beim Schopfe packen und entsprechend der Anforderungen heutiger Zeit, so unter anderem das höhere Verkehrsaufkommen oder die Digitalisierung, weiter in die Gestaltung und Aufbau der Stadt investieren statt unsere Energie an gestern zu verschwenden?

## UMFRAGE

BITTE UM UNTERSTÜTZUNG DURCH TEILNAHME

Das Stadtblatt wird an alle Haushalte - **die Werbung akzeptieren** - im Stadtgebiet Traunreut inkl. Weißbrunn, Traunwalchen, Matzing, Oderberg, Hörzing, Hölzl, Anning, Stein/ Fasananjäger, Hohenester, St. Georgen, Palling, Freutmoos, Altenmarkt, Aiging verteilt.

Sollten Sie diese oder die kommende Ausgabe November, die ab 3. November erscheint, nicht erhalten, geben Sie uns bitte die Adresse (Name freiwillig) per Email an [redaktion@traunreuter-stadtblatt](mailto:redaktion@traunreuter-stadtblatt.de) (oder wenn nicht möglich telefonisch 08621/ 50 98 51 - Anrufbeantworter) Bescheid.

## IMPRESSUM

### Herausgeber

RediX GbR Werbe- und Verlagsagentur  
Matovina & Matovina

Hauptstr. 13, 83352 Altenmarkt a.d. Alz  
Tel.: 08621/ 50 98 51 | Fax.: 08621/ 62 830  
[redaktion@traunreuter-stadtblatt.de](mailto:redaktion@traunreuter-stadtblatt.de)

### Anzeigenleitung / Kundenbetreuung

Dominik Matovina, Tel.: 0160/ 653 46 75  
[matovina@traunreuter-stadtblatt.de](mailto:matovina@traunreuter-stadtblatt.de)

### Redaktionsleitung

Henriette Matovina Mag. Art.  
[h.matovina@traunreuter-stadtblatt.de](mailto:h.matovina@traunreuter-stadtblatt.de)

**Auflage:** 10.000 Exemplare

**Verteilung:** Haushalte und Auflagestellen  
im Gemeindegebiet Traunreut, Altenmarkt,  
Palling, Freutmoos, Aiging und Herbsdorf

Traunreuter Stadtblatt im Internet:

[www.traunreuter-stadtblatt.de](http://www.traunreuter-stadtblatt.de)  
[www.facebook.com/TraunreuterStadtblatt](https://www.facebook.com/TraunreuterStadtblatt)  
[www.instagram.com/TraunreuterStadtblatt](https://www.instagram.com/TraunreuterStadtblatt)

### Wichtiger Hinweis für alle Anzeigenkunden & Leser!

Alle von der Werbe- und Verlagsagentur RediX GbR gestalteten Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Ihre Verwendung in anderen Medien außerhalb des „TRAUNREUTER STADTBLATT“ kann nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages erfolgen. Dies ist auch dann der Fall, wenn

bestehende Materialien des Kunden weiterverarbeitet wurden. Ebenso sind Fotos und Textmaterial ohne schriftlicher Erlaubnis nicht zur weiteren Veröffentlichung zu verwenden. Wir bitten alle Anzeigenkunden, diverse Medien und Leser diese Vorgaben zu befolgen, da bei Zuwiderhandlung in jedem Fall rechtliche Schritte wegen Urheberrechtsverletzung eingeleitet werden. Für eingesendetes Material übernehmen wir keine Haftung.

Titelblatt © Agentur RediX GbR



## TRAUNREUTER KIRTA SETZT AUF GESELLIGKEIT UND TRADITION

Text, Foto: Stadt Traunreut

Am 16. Oktober beginnt die zweite Traunreuter Kirta. Bis zum 26. Oktober verwandelt sich der Marktplatz jeweils von Donnerstag bis Sonntag – mit Ausnahme des Kirchweihsonntags – sowie erstmals auch am Kirchweihmontag in einen Treffpunkt für die Bürgerinnen und Bürger der Stadt Traunreut und der umliegenden Gemeinden. Nach dem großen Erfolg im vergangenen Jahr setzt die Stadt Traunreut auch heuer wieder auf eine Mischung aus Volksfeststimmung und regionaler Kultur.

Ein besonderer Akzent liegt diesmal auf dem Kirchweihmontag, 20. Oktober, der erstmals als „Tag der Betriebe“ gestaltet wird. Dazu lädt Erster Bürgermeister Hans-Peter Dangschat herzlich ein: „Der große Zuspruch im letzten Jahr hat gezeigt, wie sehr die Menschen das gesellige Zusammenkommen auf der Kirta schätzen. Am Kirchweihmontag möchten wir dieses Miteinander nochmal betonen und laden deshalb alle Betriebe, Vereine und Behörden ein, miteinander unbeschwerte Stunden zu verbringen sei es beim Mittagstisch oder nach Feierabend“.

Musikalisch beginnt der „Tag der Betriebe“ um 11.30 Uhr mit dem Staufenburg Trio aus dem Chiemgau und dem Salzburger Land. Zisch, Posaune, Harfe und Gesang sorgen für stimmungsvolle Klänge. Das Trio wird an diesem Tag von Schülerinnen und Schülern der Musikschule Traunwalchen unterstützt. Ab 17 Uhr übernimmt die Martal Musi und verwandelt den Abend in ein schwungvolles Tanz- und Feiernvergnügen.

Auch an den anderen Tagen dürfen sich die Gäste auf ein abwechslungsreiches Programm freuen: Zum Auftakt mit dem traditionel-



len Bieranstich am Donnerstag, 16. Oktober, spielt das Alpenblick Quintett mit Oberkrainer-Sound, am Freitag folgt dann die Band Traunsound, die mit Austropop, Schlagern und aktuellen Hits für Partystimmung sorgen wird. Am „Tag der guten Nachbarschaft“, am 23. Oktober, spielt das Onkel Bazi Orchester für die benachbarten Gemeinden und Kommunen aus der Region auf. Am letzten Kirta-Tag, am 26. Oktober, findet auch heuer wieder der Kirta-Hoagascht mit Auftritten der Trachtenkinder, Trachtenjugend sowie den Aktiven statt. Der Kinderchor, die Aktiven-Musi sowie die Blaskapelle Traunwalchen gestalten diesen Tag musikalisch.

*Tischreservierungen sowie weitere Informationen gibt es unter [www.traunreuter-kirta.de](http://www.traunreuter-kirta.de). Auch wer sich spontan entscheidet, ist willkommen – Plätze ohne Reservierung sind ebenfalls vorhanden.*

EUROPASTADT  
TRAUNREUT

TRAUNREUTER  
KIRTA  
2025

PRINZIPAL  
SAUSIM & STRUBE

16. - 26. Oktober  
Do. - So. + Kirchweihmontag | Kirchweihsonntag geschlossen

WWW.TRAUNREUTER-KIRTA.DE

## GROSSES INTERESSE AM TAG DER OFFENEN TÜR IM k1

Viele kleine und große Besucherinnen und Besucher kamen zum Tag der offenen Tür am Sonntag, 21. September, in das Traunreuter k1, um einen Blick hinter die Kulissen des bekannten Kultur- und Veranstaltungszentrums zu erhalten.

Neben kreativen Workshops konnten die Gäste auch Künstlerinnen und Künstlern über die Schulter schauen und sich an verschiedenen Darbietungen erfreuen. Höhepunkt für die Kinder war eine eigene Zaubershow, die neben den Mitmachaktionen für große Begeisterung sorgte.

## 764 ANMELDUNGEN BEIM FERIENPROGRAMM

Mit 57 Veranstaltungen hat die Stadt Traunreut auch in diesem Sommer wieder ein abwechslungsreiches Ferienprogramm auf die Beine gestellt.

Besonders großen Zuspruch fanden der Ausflug in den Bayern-Park, die Trekkingtour mit den „Bayernkamelen“ und das Projekt „Bauernhof erleben und begreifen“, bei dem Butter und Mozzarella hergestellt wurden. Aber auch die Schnuppertage bei den örtlichen Vereinen wie Feuerwehr und THW oder der beliebte Radioworkshop, der dieses Mal zu den Stadtwerken in Traunreut führte, begeisterte die Ferienkinder. Vielen Dank allen Beteiligten, die am Ferienprogramm der Stadt Traunreut mitgewirkt haben.

## SAISONSTART TRAUNREUTER HALLENBAD

Seit Donnerstag, den 18.09.2025 ist das Franz-Haberlander-Freibad geschlossen. Wir blicken auf eine erfolgreiche Freibadsaison ohne größere Zwischenfälle zurück. Vielen Dank für den zahlreichen Besuch.



Text: Stadt Traunreut, Foto: Reinhard Winkler

Ab Montag, den 06.10.2025 öffnet das Hallenbad in Traunreut seine Türen.

Öffnungszeiten sind Montag, Mittwoch, Donnerstag

und Freitag von 16:00 bis 21:30 Uhr sowie Samstag und Sonntag von 08:00 bis 21:30 Uhr. Dienstag bleibt das Bad geschlossen.

Die Badezeit beträgt zwei Stunden. Letzter Einlass ist eine Stunde vor Schließung. Weitere Infos unter [www.stadtwerke-traunreut.de](http://www.stadtwerke-traunreut.de).



## AUS DEM STADTLIBEN

EUROPASTADT  
TRAUNREUT

### BÜRGERVERSAMMLUNGEN IM OKTOBER

Auch 2025 finden wieder ortsteilbezogenen Bürgerversammlungen statt. Nach einer Information des Ersten Bürgermeisters Hans-Peter Dangschat über aktuelle Entwicklungen können Bürgerinnen und Bürger ihre persönlichen Anliegen vorbringen. Die erste Bürgerversammlung im Traunreuter k1 am 1. Oktober stieß auf sehr großes Interesse.

### DIE NÄCHSTEN TERMINE:

06. Oktober 2025: Carl-Orff-GS Traunwalchen, 19 Uhr  
13. Oktober 2025: Sonnenschule Sankt Georgen, 19 Uhr  
22. Oktober 2025: Virtuell, [www.traunreut.de](http://www.traunreut.de), 19 Uhr

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Fragen können gerne bereits im Vorfeld eingereicht werden. Alle Infos unter [www.traunreut.de](http://www.traunreut.de)

### DONNERSTAG, 6. NOVEMBER: TELEFONISCHE BÜRGERSPRECHSTUNDE MIT HANS-PETER DANGSCHAT

Bei der telefonischen Sprechstunde haben Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, ihre Anliegen direkt mit dem Ersten Bürgermeister zu besprechen.

Hans-Peter Dangschat ist am 6. November von 17 bis 19 Uhr wieder unter 08669 857-334 erreichbar. Sollte der Erste Bür-

germeister bereits im Gespräch sein, ruft er kurz später zurück.

### ERSTER HEADLINER FÜR DAS BERGFLEAIR OPEN AIR 2026 STEHT FEST: WINCENT WEISS KOMMT NACH TRAUNREUT

Der deutsche Popstar kommt am Freitag, 7. August 2026 zum Bergflair Open Air. Bekannt für Hits wie „Musik Sein“, „Feuerwerk“ und „Wer wenn nicht wir“, verspricht Weiss im Rahmen seiner „Sommertour 2026“ einen Abend voller Gefühl, Energie und Mitsingmomente. Der Vorverkauf ist bereits gestartet. Tickets sind ab sofort für 73 Euro (ermäßigt 63 Euro für Kinder von 6 bis 13 Jahren) erhältlich – über Reservix, Eventim, Ticketmaster sowie unter [www.bergflair-openair.de](http://www.bergflair-openair.de). Das Bergflair Open Air findet nächstes Jahr vom 6. bis 8. August 2026 statt.

### SITZUNGSTERMINE

08. Oktober 2025: Kulturausschuss – Sitzungssaal im Rathaus  
09. Oktober 2025: Hauptausschuss – Sitzungssaal im Rathaus  
14. Oktober 2025: Werkausschuss – Sitzungssaal im Rathaus  
15. Oktober 2025: Bauausschuss – Sitzungssaal im Rathaus  
20. Oktober 2025: Verkehrsausschuss – Sitzungssaal im Rathaus  
30. Oktober 2025: Stadtrat – k1 | Kultur- und  
Veranstaltungszentrum

[www.traunreut.de/stadt-und-buerger/strassensperrungen/](http://www.traunreut.de/stadt-und-buerger/strassensperrungen/)

## FERIEN DAHEIM – UND DOCH DIE WELT ENTDECKT



Nachwuchsreporter bei den Traunreuter Stadtwerken.



Auch in Bayern kann man auf Kamelen reiten: Die Kinder vom Traunreuter Ferienprogramm haben es ausprobiert.

Mit 57 Veranstaltungen hat die Stadt Traunreut auch in diesem Sommer wieder ein abwechslungsreiches Ferienprogramm auf die Beine gestellt. Die Resonanz war groß: 764 Anmeldungen zeigen deutlich, wie gefragt spannende, lehrreiche und fröhliche Ferientage bei den Traunreuter Kindern waren.

Besonders großen Zuspruch fanden der Ausflug in den Bayern-Park, die Trekkingtour mit den „Bayernkamelen“ und das Projekt „Bauernhof erleben und begreifen“, bei dem Butter und Mozzarella hergestellt wurden.

Aber auch die Schnuppertage bei den örtlichen Vereinen wie Feuerwehr und THW oder der beliebte Radioworkshop, der dieses Mal zu den Stadtwerken in Traunreut führte, begeisterte die Ferienkinder.

Ebenfalls ein Highlight war die Fahrt zu den Bavaria Filmstudios, die gemeinsam mit einer Fe-

riengruppe der Nachbargemeinde Chieming realisiert wurde.

„Die Begeisterung der Kinder war überall spürbar. Sie haben Neues ausprobiert, sich gegenseitig unterstützt und einfach Freude gehabt“, sagt die Rathausmitarbeiterin Nadine Stadler, die das Programm organisierte, und bei mehreren Ausflügen selbst mit dabei war. Zufrieden stellt sie fest: „Wir hatten keine Unfälle oder Verletzungen, das ist das Wichtigste.“

Auch Erster Bürgermeister Hans-Peter Dangschat zieht eine positive Bilanz: „Das Ferienprogramm ist eine Institution in unserer Stadt, die jedes Jahr sehnsüchtig erwartet wird. Es freut mich, dass so viele Kinder das Programm angenommen haben und so neue Hobbys und Fähigkeiten entdecken oder neue Eindrücke sammeln konnten. Diese besonderen Ferienmomente prägen und bringen unsere jungen Bürgerinnen und Bürger weiter.“

Zugleich richtet Bürgermeister Dangschat ein großes Dankeschön an alle Mitwirkenden: „Ich möchte mich herzlich bei den Vereinen, Institutionen und Einzelpersonen bedanken, die wieder so kreative Angebote gemacht haben. Danken möchte ich auch den Mitarbeitenden der Stadtverwaltung, die das Programm koordiniert haben, sowie allen Helferinnen und Helfern.“

Das Traunreuter Ferienprogramm ist ein Erfolgsmodell, das Vielfalt, Gemeinschaft und Freude in die Ferien bringt.



Einmal in eine andere Rolle schlüpfen: In den Bavaria Filmstudios kommen die Kleinen ganz groß raus. (Foto: Stefanie Gampert-Straßhofer)

Text, Foto: Stadt Traunreut

**VERKAUFSOFFENER  
SONNTAG  
IN TRAUNREUT**

**12.10.**

**12.00-17.00 Uhr**

**JAHRMARKT  
UND WEITERE AKTIONEN  
FÜR GROSS UND KLEIN**

## VdK-ORTSVERBAND TRAUNWALCHEN ZU GAST BEI BSH



Der VdK-Ortsverband Traunwalchen unternahm in diesem Sommer einen besonderen Ausflug: Eine Werksbesichtigung bei der BSH Hausgeräte GmbH in Traunreut. Das Interesse war so groß, dass die Teilnehmerzahl schnell erreicht war – sogar eine Warteliste wurde eingerichtet.

Die Gäste wurden von Herrn Manfred Rupp, ehemaliger Segmentleiter der Herdmontage, kompetent durch die Produktionshallen begleitet. Mit großem Fachwissen erläuterte er die einzelnen Arbeitsschritte und ging dabei geduldig auf alle Fragen der Gruppe ein.

Im Anschluss lud die BSH ins Cooking Competence Center ein. Dort wartete eine köstliche Stärkung: Von Espresso bis Latte Macchiato konnten die Gäste verschiedene Kaffeespezialitäten genießen, begleitet von einer Auswahl an frisch gebackenem Kuchen. In entspannter Atmosphäre bot sich so noch einmal Gelegenheit zu angeregten Gesprächen und einem rundum gelungenen Ausklang des Ausflugs.

Der VdK-Ortsverband Traunwalchen bedankt sich herzlich beim Standort Traunreut der BSH Hausgeräte GmbH für die spannenden Einblicke in die Produktion und die große Gastfreundschaft.

Text, Foto: Angelika Zunhammer

## TERMINE FÜR SENIOREN IM OKTOBER

**09.10. | 14.30 Uhr Oktoberfest** im Gemeindegarten, Veranstalter: Evangl. Paulusgemeinde, Offener Kreis

**14.10. | 14.00 Uhr Seniorentreff/ Seniorencafe** im Mehrgenerationenhaus  
Sie haben Fragen oder benötigen Hilfe? Sie möchten einfach mal in netter Runde ein Gespräch führen und ein bisschen "ratschen"?

**14.10. | 14.00 Uhr Gemütliches Kaffeetrinken, Besuch vom Pallinger Vogelzweitscherer** im Pfarrsaal, Kath. Kirche

**15.10. | 14.30 Uhr „Bunte Blätter im Herbst“** im Cafe des Pur Vital, Veranstalter: Frauenkreis der evang. Paulusgemeinde Traunreut

**wöchentlich donnerstags - 14.00 - 17.00 Uhr**  
Seniorencafé Vergissmeinnicht, Traunwalchner Str. 1, 2. Stock, Aufzug vorhanden, Evang.-Luth. Gemeindeverein Traunreut

EUROPASTADT  
TRAUNREUT

### BUNTER SENIORENNACHMITTAG IM HEIMATHAUS TRAUNREUT

Mit Kaffee und Kuchen und musikalischer Unterhaltung mit den Jungbläsern Traunwalchen, Hans Zunhammer und der Banater Singgruppe.

Erster Bürgermeister  
Hans-Peter Dangschat  
und Quartiersmanagerin  
Nathalie Bickel informieren  
über Angebote für  
Seniorinnen und Senioren  
in der Stadt Traunreut.



Hans-Peter Dangschat  
Erster Bürgermeister



Nathalie Bickel  
Quartiersmanagerin

**3. NOVEMBER 2025 | 14 - 17 UHR**  
Wichernstraße 5, 83301 Traunreut

EUROPASTADT  
TRAUNREUT

## BÜRGERVERSAMMLUNG VIRTUELL

**19:00  
Uhr**

**22. Oktober**  
[www.traunreut.de](http://www.traunreut.de)  
Social Media |

## FREUNDSCHAFT MIT ZUKUNFT

Delegation aus Traunreut beim Stadtfest der Partnerstadt Virovitica

Text, Foto: Stadt Traunreut

Seit 1998 verbindet Traunreut und die kroatische Stadt Virovitica eine enge Partnerschaft und eine lebendige Freundschaft. Jüngstes Beispiel: Der Virovitica-Tag, der am 13. August gefeiert wurde, und zu dem auch eine Delegation aus Traunreut eingeladen war.

Im Stadttheater der Partnerstadt, flankiert von Ministern aus Zagreb und hochrangigen Gästen, betonte Virovitas Bürgermeister Ivica Kirin die Kraft der kommunalen Zusammenarbeit. Bemerkenswert häufig fiel dabei der Name seines Amtskollegen aus Oberbayern: Hans-Peter Dangschat, Erster Bürgermeister der Stadt Traunreut. Kirin sprach offen darüber, dass er die Entwicklung Traunreuts genau beobachte und sich von der konsequenten Stadtplanung des Öfteren inspirieren lasse. „Bei Hans-Peter Dangschat habe ich mir schon die eine oder andere Anregung geholt“, bekannte er in seiner Festrede.

Dass Virovitica nach Traunreut blickt, ist für Dangschat Auszeichnung und Verpflichtung zugleich. Der Traunreuter Bürgermeister beherrscht die Balance zwischen Tradition und Innovation – eine Haltung, die auch in Kroatien aufmerksam registriert wird. Die Erfahrungen aus Traunreut liefern Bürgermeister Kirin wertvolle Impulse, insbesondere bei den Infrastruktur- und Bauprojekten, aber auch bei touristischen Angeboten, an denen in Virovitica zurzeit gearbeitet werden.



Zwei, die sich verstehen: Erster Bürgermeister Hans-Peter Dangschat und Ivica Kirin, Bürgermeister der Partnerstadt Virovitica.

„Freundschaft zeigt sich nicht nur in festlichen Momenten, sondern vor allem auch darin, dass wir voneinander lernen“, findet auch Erster Bürgermeister der Stadt Traunreut Hans-Peter Dangschat. „Städtepartnerschaften sind nicht nur gelebte Vergangenheit, sondern Investitionen in die Zukunft.“

**Klück**  
Ihr Frischemarkt

**IN TRAUNREUT**

Traunwalchner Straße 2  
Telefon (0 86 69) 22 62  
info@edeka-traunreut.de  
www.edeka-traunreut.de

## FREUNDSCHAFT MIT ZUKUNFT

### Delegation aus Traunreut beim Stadtfest der Partnerstadt Virovitica

**Der Ortsverband der Traunreuter CSU feierte kürzlich sein traditionelles Sommerfest im Sportheim in St. Georgen. Zu diesem Anlass wurden auch langjährige Mitglieder geehrt. Für die Bewirtung sorgte in bewährter Manier Ivica Moslavac.**

Zu Beginn begrüßte geschäftsführender Vorsitzender Hans Jobst alle anwesenden Mitglieder und freute sich, dass so viele gekommen sind. Erster Vorsitzender und erster Bürgermeister der Stadt Traunreut Hans-Peter Dangschat schloss sich der Begrüßung an und bedankte sich für das so zahlreiche Erscheinen bei den Gästen. Nach dem Essen und einen gemütlichen Ratsch folgten die Ehrungen.

Geehrt wurden für 25-jährige Mitgliedschaft Stadtrat Hans Jobst. Seit 30 Jahren sind Christian Gerer, Anton Fischer und Georg Angerer bei der CSU. 45 Jahre hält Peter Palfi den Ortsverband die Treue.

Eine besondere Ehrung gab es für Altbürgermeister Franz Parzinger. Er ist seit 50 Jahren Mitglied der CSU. Parzinger gründete gemeinsam mit MdB a.D. Dr. Peter Ramsauer den Ortsverband der Jungen Union Traunwalchen. Anschließend war Parzinger nach dem Zusammenschluss der Ortsverbände Traunwalchen mit Traunreut mehrere Jahre Ortsvorsitzender der Jungen Union. Franz Parzinger war 20 Jahre Kreisvorsitzender der „CSA“ (Christlich Soziale Arbeitnehmer-Union) und war mehrere Jahre in der Kreisvorstandschaft der „JU“ und der „CSU“ tätig. Von 1990 bis 2010 war der Altbürgermeister stellvertretender Orts-

vorsitzender der CSU Traunreut. Franz Parzinger kann auf eine bewegte, kommunalpolitische Vergangenheit zurückblicken. So war er 12 Jahre Stadtrat und ebenso lange Sportreferent. Im Kreistag gestaltete er 18 Jahre die politische Arbeit mit, 6 Jahre davon als Fraktionsvorsitzender der CSU und 6 Jahre als Sprecher der Bürgermeister. 12 Jahre regierte er als erster Bürgermeister die Stadt Traunreut. Rudolf Netopil und Franz Jaksch wurden ebenso für 50-jährige Mitgliedschaft geehrt. Für 55 Jahre wurde Paul Engelsberger geehrt. Stolze 65 Jahre ist Meinrad Bernhofer Mitglied bei der CSU.

Dangschat bedankte sich bei allen Geehrten für die langjährige Treue zur CSU. Ein besonderer Dank galt auch all denen, die zum guten Gelingen des Sommerfestes beigetragen haben. Bis spät in die Nacht hinein wurde noch gefeiert.

*von links: Geschäftsführerin Monika Glück, geschäftsführender Vorsitzender und Stadtrat Hans Jobst 25 Jahre CSU, Christian Gerer 30 Jahre CSU, Altbürgermeister Franz Parzinger 50 Jahre CSU, 1. Ortsvorsitzender und 1. Bürgermeister Hans-Peter Dangschat.*



Amerang & Traunreut

# FACHTIERARZTPRAXIS

Liebe Tierbesitzer,

nach der erfolgreichen Renovierung und Modernisierung unserer Praxisräume in Traunreut freuen wir uns sehr, Ihnen weitere Neuigkeiten mitteilen zu können:  
Ab dem 01. Oktober 2025 gelten in unserer Praxis in Traunreut neue Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag & Donnerstag: 15:00 – 18:00 Uhr

Mittwoch & Freitag: 09:00 – 12:00 Uhr

Bitte beachten Sie: Behandlungen erfolgen während der Öffnungszeiten nach Terminvereinbarung. Damit möchten wir Ihnen noch mehr Flexibilität und Planungssicherheit bei der Versorgung Ihrer Tiere bieten. Selbstverständlich stehen wir Ihnen auch weiterhin mit unserem gesamten Leistungsspektrum, moderner Ausstattung und unserem erfahrenen Team in gewohnter Qualität zur Seite.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!  
Ihr Team der Fachtierarztpraxis Amerang & Traunreut

Kantstraße 28 | 83301 Traunreut | Tel: 08669 – 90 17 30 | [traunreut@tierarztpraxen-chiemgau.de](mailto:traunreut@tierarztpraxen-chiemgau.de)

## ERLEBNIS BAUERNHOF IN DER TRAUNPASSAGE

Rückblick und Vorausschau auf den verkaufsoffenen Sonntag



Es roch nach Milch, Butter und Käse – an diesen beiden Augusttagen in der Traunpassage. Das Traunreuter Einkaufszentrum verwandelte sich

in einen kleinen Erlebnis-Bauernhof: Zusammen mit den Bäuerinnen Heidi Kaiser und Agnes Baumann lernten die kleinen Besucher wie man Milch weiter verarbeiten kann, etwa zu Mozzarella.

Mit dabei war das bekannte Schweinchen Peppa, in dessen große Arme sich die Kinder nur zu gern kuschelten.

Auch lebendige Hasen waren an diesen beiden Aktionstagen in der Traunpassage und ließen sich geduldig streicheln.

Eine lebensgroße Kuh lud dazu ein, das Melken zu probieren. Zur nächsten großen Veranstaltung lädt das Traunreuter Einkaufszentrum am verkaufsoffenen Sonntag, den 12. Oktober, ein: dann ist wieder die „Blaulicht-Familie“ zu Gast auf dem Parkplatz der Traunpassage. Hilfsorganisationen präsentieren sich mit moderner Ausrüstung, die man hautnah erleben kann.

Text, Foto: TP/cs





# Sonntagshopp´n mit Blaulichtfamilie

**Shoppern, staunen, mitmachen!**

Sonntag, 12. Oktober // 12 – 17 Uhr

Aktionstag in Kooperation mit der Freiwilligen Feuerwehr, dem THW und weiteren Hilfsdiensten mit ihren Einsatzfahrzeugen. Kurzum, tolle Aktionen zum Mitmachen am verkaufsoffenen Sonntag.

[www.traunpassage.com](http://www.traunpassage.com)



## VON KOPF BIS FUSS GESUND UND FIT IN DEN HERBST

### Wie wir mit Bewegung, Ernährung und alten Heilmethoden gesund und fit bleiben

Mit dem Herbst kommt nicht nur eine neue Jahreszeit – sondern auch eine Reihe gesundheitlicher Herausforderungen. Die Temperaturen fallen, die Tage werden kürzer, die Sonnenstunden seltener. Für unseren Körper bedeutet das Umstellung: Das Immunsystem wird mehr gefordert, der Stoffwechsel verändert sich, und viele Menschen verspüren eine gewisse Antriebslosigkeit. Gleichzeitig nimmt die Ansteckungsgefahr durch Erkältungs- und Grippeviren zu. Wer jetzt nicht auf sich achtet, riskiert nicht nur einen Schnupfen, sondern langfristig sinkende Energie, Müdigkeit und eine höhere Infektanfälligkeit.

Doch so trüb der Herbst auch erscheinen mag: Er bietet auch die Chance, Körper und Geist gezielt zu stärken – mit einem Mix aus moderner Fitness, bewusster Ernährung und traditionellen Heilmethoden. Neue Trends wie Matcha, Immun-Bowls oder Hybrid-Fitness treffen auf bewährte Ansätze wie Schröpfen und saisonale Ernährung. Wer sich informiert und aktiv wird, kann die kalte Jahreszeit nicht nur gesund überstehen, sondern sie sogar als persönlichen „Neustart“ nutzen.

### Ernährung: Immunpower vom Teller

Ein zentrales Element der Gesundheitsvorsorge im Herbst ist die Ernährung. Jetzt geht es darum, den Körper mit allen notwendigen Mikronährstoffen zu versorgen – und ihn gleichzeitig durch warme, bekömmliche Kost zu unterstützen. Denn während im Sommer leichte Salate und kalte Smoothies dominieren, verlangt der Organismus bei kühleren Temperaturen nach anderen Nährstoffen.

Besonders wertvoll sind nun saisonale Lebensmittel wie Kürbis, Rote Bete, Pastinaken, Rosenkohl oder Grünkohl. Sie liefern neben wichtigen Vitaminen wie A, C und E auch sekundäre Pflanzenstoffe, die entzündungshemmend wirken und die Immunabwehr stärken. Dazu kommen ballaststoffreiche Hülsenfrüchte, Nüsse und fermentierte Produkte, die der Darmflora guttun – und damit indirekt auch dem Immunsystem, denn rund 70 % unserer Immunzellen sitzen im Darm.

Ein aktueller Ernährungstrend ist der verstärkte Griff zu sogenannten „Superfoods“ – dabei stehen Matcha, Ingwer, Kurkuma oder auch fermentierte Getränke wie Kombucha hoch im Kurs. Besonders Matcha, das intensiv grüne Pulver aus gemahlene Grünteelblättern, gilt als natürlicher Energie-Booster. Es enthält Antioxidantien wie EGCG, wirkt leicht anregend durch Koffein, aber ohne die typischen Nebenwirkungen von Kaffee – dank der beruhigenden Aminosäure L-Theanin.



### NEUERÖFFNUNG Heilpraktiker Praxis Mehl eröffnet in der Marienstraße am 1. Oktober

Neu in der Marienstr. 6 in Traunreut: ab 1. Oktober heißt Sie Heilpraktikerin Anna Mehl in ihrer Praxis für Frauenheilkunde, Darmgesundheit und präventive Medizin herzlich willkommen!

Am 18. Oktober von 10 - 14 Uhr haben Sie die Gelegenheit im Rahmen eines Tages der offenen Tür die Räumlichkeiten zu besichtigen und sich bei einem persönlichen Gespräch rund um die Angebote der Praxis zu informieren.

Alles zu den Schwerpunkten, Methoden und Terminen auf [www.hp-praxis-mehl.de](http://www.hp-praxis-mehl.de)

Sauber  
g'spart!

Mit Gas, Ökostrom  
und Wärme.

esb.de

**ESB**  
ENERGIE SÜDBAYERN

© Martin Bolle

Allerdings ist auch hier Maßhalten angesagt: Matcha ist gesund, aber kein Wundermittel. Wer täglich ein oder zwei Tassen genießt, profitiert von seiner Wirkung – übermäßiger Konsum hingegen kann zu Reizungen führen, vor allem bei empfindlichen Personen. Wichtig ist zudem, auf geprüfte Bio-Qualität zu achten, da minderwertiger Matcha mit Schadstoffen belastet sein kann.

Ergänzt wird die herbstliche Ernährung idealerweise durch sogenannte „Immunity Bowls“ – bunte Schalen aus Gemüse, Hülsenfrüchten, gesunden Fetten und Kräutern. Sie vereinen Geschmack, Vielfalt und Nährstoffdichte – und sind zudem einfach zuzubereiten. Wer auf Zucker, Weißmehl und stark verarbeitete Lebensmittel verzichtet und stattdessen auf natürliche Zutaten setzt, schafft die ideale Basis für ein starkes Immunsystem.

### Bewegung: Neue Fitnesskonzepte für dunkle Tage

Moderne Apps und Fitnessuhren bieten eine Vielzahl von Funktionen, die uns dabei unterstützen, unsere Ziele zu erreichen und einen aktiven Lebensstil zu fördern. Sie zeichnen tägliche Aktivitäten auf, einschließlich Schritte, zurückgelegte Distanzen und Kalorienverbrauch. Sie ermöglichen es, den Fortschritt über Zeit zu verfolgen. Leistungen in verschiedenen Bereichen, wie Gewicht, Muskelmasse oder Ausdauer, können so dokumentiert und analysiert werden. Moderne Fitnessuhren sind oft mit Sensoren ausgestattet, die Herzfrequenz, den Schlaf und andere Gesundheitsparameter überwachen.

Indem wir diese Technologien nutzen, können wir unsere Gesundheit von Kopf bis Fuß im Frühling und darüber hinaus aktiv unterstützen.

Ein weiterer Schlüssel zur Herbst-Gesundheit liegt in der Bewegung. Auch wenn es draußen kälter wird – der Körper braucht Aktivität, um gesund zu bleiben. Bewegung stärkt das Herzkreislauf-System, verbessert die Durchblutung und aktiviert die körpereigene Abwehr. Doch gerade in der dunklen Jahreszeit fällt es vielen schwer, sich zum Sport zu motivieren.

Hier setzen moderne Fitnesskonzepte an. Ein wachsender Trend sind Hybrid-Modelle, die das klassische Training im Fitnessstudio mit digitalen Angeboten kombinieren. Viele Stu-



dios bieten inzwischen Online-Kurse oder interaktive Plattformen an, über die man zu Hause trainieren kann – ideal für trübe Abende oder regnerische Wochenenden. Dazu kommen spezialisierte Angebote wie Functional Training, Indoor Cycling, EMS (Elektro-Muskel-Stimulation) oder Mobility-Kurse, die auf kleinem Raum und in kurzer Zeit effektiv sind.

Ein weiterer Trend ist die Nutzung von Wearables und Fitness-Apps. Ob Smartwatch, Schrittzähler oder digitale Trainingspläne – sie helfen dabei, den Überblick über Fortschritte zu behalten und motivieren durch Feedback. Auch Challenges oder gemeinsame Trainingsziele mit Freunden können helfen, dranzubleiben.

Neben dem klassischen Training ist es im Herbst wichtig, die alltägliche Bewegung nicht zu vernachlässigen. Spaziergänge an der frischen Luft, Treppensteigen statt Aufzug, kurze Dehneinheiten am Schreibtisch – all das hält den Kreislauf in Schwung. Wer sich täglich mindestens 30 Minuten moderat bewegt, tut seinem Körper bereits viel Gutes.

**SQUASH**  
 KEINE MITGLIEDSCHAFT NÖTIG  
\* Der Preis bezieht sich auf die Spielzeit  
1/2 Stunde / Court

# Live-fitness-Kurse

Pilates - Rückenschule - Stepaerobic - Body-ART - Thai-Bo - ZUMBA - YOGA  
 Spinning-Indoorcycling - Strong Nation - Bauch-Beine-Po u. v. m.  
(Keine Mitgliedschaft erforderlich)

# SPORTINSEL

Trostberger Str. 9 - 83301 Traunreut - Tel.: 08669/ 92 11  
[www.die-sportinsel.de](http://www.die-sportinsel.de)



Wichtig ist, realistisch zu bleiben: Niemand muss im Herbst einen Marathon laufen oder sechs Mal pro Woche ins Fitnessstudio gehen. Entscheidend ist die Regelmäßigkeit – und der Spaß an der Sache. Denn nur wer Freude an der Bewegung hat, bleibt langfristig dabei.

### Schröpfen: Alte Heilkunst neu entdeckt

Neben Ernährung und Bewegung setzen viele Menschen auf alternative Heilmethoden, um die eigene Gesundheit zu stärken. Besonders im Herbst, wenn Verspannungen, Müdigkeit und Infekte zunehmen, suchen viele nach ergänzenden Ansätzen. Eine Methode, die derzeit ein Comeback erlebt, ist das Schröpfen.

Beim Schröpfen werden gläserne oder moderne Vakuum-Cups auf die Haut gesetzt, um durch Unterdruck die Durchblutung anzuregen. Ursprünglich stammt diese Technik aus der traditionellen chinesischen Medizin, wurde aber auch in Europa seit Jahrhunderten angewendet. Ziel ist es, muskuläre Verspannungen zu lösen, den Lymphfluss zu verbessern und das Immunsystem zu stimulieren.

Viele Patient:innen berichten nach einer Schröpfbehandlung von einem gesteigerten Wohlbefinden, besserem Schlaf oder einer Linderung chronischer Beschwerden. Besonders in Kombination mit Massagen oder Akupunktur kann das Schröpfen seine Wirkung entfalten. In der Naturheilkunde wird es oft zur Prävention eingesetzt – etwa um den Energiefluss zu fördern oder „Schlacken“ auszuleiten, wie es in der traditionellen Sprache heißt.

Wissenschaftlich ist die Wirkung von Schröpfen noch nicht umfassend belegt – viele Effekte basieren auf Erfahrungsberichten oder kleinen Studien. Dennoch spricht wenig dagegen, es als ergänzende Maßnahme zu nutzen – sofern es von geschultem Personal durchgeführt wird. Wer Vorerkrankungen hat, sollte vorab Rücksprache mit einem Arzt oder Heilpraktiker halten.

### Ganzheitlich denken: Körper und Geist in Balance bringen

Gesundheitsvorsorge im Herbst bedeutet mehr als nur Vitamine zu schlucken oder ein paar Übungen zu machen. Es geht um einen ganzheitlichen Ansatz, der Körper, Geist



**NEUERÖFFNUNG IN TRAUNREUT**  
FRAUENHEILKUNDE  
DARMGESUNDHEIT  
PRÄVENTIVE MEDIZIN

**01.10.2025**

Hereinspaziert am Tag der offenen Tür  
am 18.10.2025 | 10:00 - 14:00 Uhr

Heilpraktiker Praxis Mehl  
Marienstr. 6  
D-83301 Traunreut  
+49 (0)160 675 475 9  
[www.hp-praxis-mehl.de](http://www.hp-praxis-mehl.de)  
[www.instagram.com/anna\\_mehl\\_heilpraktikerin](https://www.instagram.com/anna_mehl_heilpraktikerin)





**Malteser**  
...weil Nähe zählt.

**Wie dürfen wir Ihnen helfen?**

- ✓ Hausnotruf
- ✓ Menüservice
- ✓ Fahrdienst
- ✓ Ausbildung in Erster Hilfe
- ✓ Alltagsbegleitung bei Pflegegrad

**Malteser Hilfsdienst** [malteser-traunstein.de](http://malteser-traunstein.de)

Schulbegleitung | Herzschwachen-Krankentrassen  
Krankentransport | Katastrophenschutz | Smitätsdienst  
Trostberger Tafel | Schulsmitätsdienst | Malteser Jugend

**Rufen Sie uns an:**  
**☎ 0861 98 66 00**



**ACTIVE Fit**  
Dein Fitness und Gesundheitsstudio  
**EINFACH BESSER TRAINIEREN**  
[www.activefit-traunreut.de](http://www.activefit-traunreut.de)



Schmerzanalyse - Schmerztherapie - Bewegungstherapie  
Faszienmassage - Osteopressur - Gua-Sha - Schröpfen



**Roland Zangl**  
Zwischen Körper und Geist



Auch bei uns zu finden

Tel.: 0151 / 581 050 36 | Hochgernstr. 25 | 83301 Traunreut  
[www.zwischen-koerper-und-geist.de](http://www.zwischen-koerper-und-geist.de)

und Seele in Einklang bringt. Dazu gehört auch der Umgang mit Stress, der in der dunklen Jahreszeit oft zunimmt.

Dauerstress schwächt das Immunsystem, fördert Entzündungen und macht anfälliger für Infekte. Deshalb ist es wichtig, regelmäßige Auszeiten einzuplanen – sei es durch Meditation, Atemübungen, ein warmes Bad oder bewusste Ruhephasen. Auch der Schlaf sollte nicht unterschätzt werden: In der dunklen Jahreszeit ist ein stabiler Schlaf-Wach-Rhythmus besonders wichtig für Regeneration und Abwehrkraft.

Achtsamkeit im Alltag, der bewusste Umgang mit Medien, die Pflege sozialer Kontakte und das Wahrnehmen eigener Grenzen tragen wesentlich zur seelischen Gesundheit bei. Denn körperliches Wohlbefinden und psychisches Gleichgewicht sind eng miteinander verbunden – gerade in der kalten Jahreszeit.

### Entspannung als Schlüssel zur Gesundheit: Yoga, Meditation und Atemübungen im Herbst

Neben Bewegung und Ernährung spielt auch die bewusste Entspannung eine zentrale Rolle für unsere Gesundheit – insbesondere im Herbst, wenn die äußeren Bedingungen oft trüb und herausfordernd sind. Der Wechsel von warm zu kalt, das frühe Dunkelwerden und der Jahreszeitenumbruch beeinflussen nicht nur den Körper, sondern auch die Psyche. Viele Menschen erleben in dieser Zeit vermehrt Stress, Schlafstörungen oder Konzentrationsprobleme. Deshalb ist es wichtig, auch gezielt für Ausgleich zu sorgen.

Yoga zählt zu den beliebtesten ganzheitlichen Bewegungsformen und ist weit mehr als reines Stretching. Die Kombination aus sanfter Bewegung, bewusster Atmung und geistiger Fokussierung wirkt nachweislich stressreduzierend und stärkt gleichzeitig Körper und Geist. Gerade im Herbst, wenn wir uns oft verspannt und müde fühlen, kann eine regelmäßige Yoga-Praxis helfen, innere Ruhe zu finden und den Energiefluss zu harmonisieren. Schon 15 bis 30 Minuten am Tag – sei es am Morgen zum Wachwerden oder abends zur Entspannung – können eine spürbare Wirkung entfalten.

Auch Meditation und Atemübungen gewinnen in der Gesundheitsvorsorge zunehmend an Bedeutung. Sie bieten einfache Werkzeuge, um dem oft hektischen Alltag etwas entgegenzusetzen. Besonders wirkungsvoll sind sogenannte Achtsamkeitsmeditationen, bei denen man sich auf den Atem oder auf körperliche Empfindungen konzentriert, ohne zu urteilen. Studien zeigen, dass regelmäßige Meditation Stresshormone senkt, die Schlafqualität verbessert und sogar das Immunsystem stärken kann.

Atemtechniken, wie z. B. die tiefe Bauchatmung oder die Wechselatmung aus dem Yoga (Nadi Shodhana), können helfen, das vegetative Nervensystem zu regulieren. In nur wenigen Minuten pro Tag lassen sich so Spannungen abbauen und der Parasympathikus – der für Ruhe und Erholung zuständige Teil unseres Nervensystems – aktivieren. Gerade in hektischen oder emotional belastenden Phasen kann bewusste Atmung zu mehr Gelassenheit führen.

In Kombination mit Bewegung, ausgewogener Ernährung und einem bewussten Lebensstil bilden Yoga, Meditation und Atemübungen ein starkes Fundament für ganzheitliche Gesundheitsvorsorge im Herbst. Sie helfen nicht nur dabei, körperliche Symptome wie Verspannungen oder Unruhe zu lindern, sondern fördern auch Resilienz – also die Fähigkeit, gelassen mit Herausforderun-

gen umzugehen. Genau das, was wir in der dunkleren Jahreszeit besonders brauchen.



### Goldener Immun-Booster – Kurkuma-Ingwer-Drink mit Zitrone & Honig

#### WIRKUNG:

Kurkuma: entzündungshemmend & antioxidativ

Ingwer: regt Kreislauf & Verdauung an, stärkt das Immunsystem

Zitrone: liefert viel Vitamin C

Honig: antibakteriell, beruhigend für Hals & Schleimhäute

Pfeffer & Öl: verbessern die Aufnahme von Curcumin aus Kurkuma

#### ZUTATEN (FÜR 2 GLÄSER):

300 ml Wasser, 1 TL frischer, fein geriebener Ingwer (oder ½ TL getrocknet), ½ TL Kurkuma-Pulver (alternativ 1 TL frisch gerieben), Saft einer halben Bio-Zitrone, 1 TL Honig (nach Geschmack), 1 Prise schwarzer Pfeffer, ½ TL Kokosöl oder Olivenöl; wer's schärfer mag, gibt noch eine Prise Cayennepeffer dazu.

#### ZUBEREITUNG:

Wasser erhitzen, aber nicht zum Kochen bringen (ideal: ca. 70–80 °C). Ingwer, Kurkuma, Pfeffer und Öl ins heiße Wasser geben und gut verrühren. Etwa 5 Minuten ziehen lassen, dann durch ein feines Sieb in Gläser abgießen. Sobald der Drink leicht abgekühlt ist (unter 40 °C), den Zitronensaft und den Honig hinzufügen.

#### TIPP:

Am besten morgens auf nüchternen Magen oder nach dem Sport trinken. Für eine cremigere Variante kannst du 100 ml Pflanzendrink (z. B. Hafer oder Mandel) hinzufügen – dann wird's ein „Goldene Milch“-Light.

## EIN NACHHALTIGES HAUS FÜR DIE ZUKUNFT

### Richtfest für die neue Kita Mariä Geburt in Traunwalchen

Mitte April haben die Bauarbeiten für die neue Kita begonnen – jetzt wurde an der Kapellenstraße in Traunwalchen das Richtfest gefeiert. Zimmerermeister Markus Huber sprach den traditionellen Richtspruch, eine Delegation der Blaskapelle Traunwalchen sorgte für musikalische Untermalung und Erster Bürgermeister Hans-Peter Dangschat ging in einer kurzen Ansprache auf die Bedeutung dieser Baumaßnahme ein, bevor bei einer gemeinsamen Brotzeit mit den beteiligten Baufirmen gefeiert wurde.



Das Gebäude fügt sich durch die Holzbauweise optisch sehr gut in Traunwalchen ein.



Im Inneren der neuen Kita sind schon die verschiedenen Räume zu erkennen.

Auch eine nachhaltige Bauweise sowie die Harmonie mit dem bisherigen Ortsbild spielen bei diesem Projekt eine große Rolle

„Diese neue Kita ist ein wichtiger Meilenstein für Familien in Traunwalchen, da sie erstmals die Möglichkeit haben werden, ihre Kinder direkt hier auch in einer Krippe unterzubringen.“, betonte Erster Bürgermeister Hans-Peter Dangschat. „Bisher mussten die Kinder zum Kindergartenstart oft wieder Einrichtung wechseln“.

Das soll sich in einem knappen Jahr ändern. Die Fertigstellung der neuen Kita ist für Juli 2026 geplant. Auf einer Grundfläche von 720 m<sup>2</sup> entstehen bis dahin insgesamt 87 Betreuungsplätze – 75 im Kindergarten, 12 in der Krippe, aufgeteilt in drei Kindergarten- und eine Krippengruppe. Träger der neuen Kita wird der Katholische Kitaverband Traun-Alz, der auch schon für den bisherigen Kindergarten in Traunwalchen zuständig ist.

für die Stadt Traunreut. „Es ist uns sehr wichtig, etwas zu schaffen, das sich optisch gut in den Ort einfügt, die Traditionen aufgreift und gleichzeitig mit einem sehr hohen Energiestandard in die Moderne weist“, erläuterte Hans-Peter Dangschat.

Errichtet wird die Kita in Holz-Massiv-Bauweise: Wände aus Brettsperrholz, massive Holzdecken sowie ein traditioneller Pfetten- und Sparrendachstuhl prägen das Gebäude. Auf einer Stahlbetonbodenplatte aufbauend, wächst ein Haus, das Stabilität und Nachhaltigkeit vereint. Die Fassade wird teils mineralisch verputzt, teils mit Holz verschalt, Sonnenschutz bieten moderne Raffstores.

Auch energetisch setzt der Bau Maßstäbe: Eine Photovoltaikanlage mit 95 Modulen und einer Spitzenleistung von 42 Kilowatt wird künftig Strom für den Eigenbedarf liefern. Ergänzt wird sie durch eine Luft-Wärmepumpe mit 27 Kilowatt Heizleistung. Mit einem Primärenergiebedarf von nur 46 kWh pro Quadratmeter und Jahr erreicht der Neubau den Effizienzhausstandard 40 und gilt somit als ein Vorzeigeprojekt für Energieeffizienz, die dank guter Dämmung und moderner Anlagentechnik erreicht wird.



Erster Bürgermeister Hans-Peter Dangschat bedankte sich bei den beteiligten Baufirmen für ihren Einsatz.



Eine Delegation der Blaskapelle Traunwalchen spielte die Arbeiter zur Brotzeit ins Gebäude.

Text, Foto: Stadt Traunreut

**Camping, Chaos & Krawall**  
Der 13. Fall für den Eberhofer!  
Ab 18. Oktober

**Grütter Buch + Spiel**  
83301 Traunreut • Kantstraße 4  
Tel 08669 - 85 05 05 • Fax 85 05 07  
Internetshop: [www.gruetter-buch.de](http://www.gruetter-buch.de)

Rita Falk  
**APFEL-STRUDEL-ALIBI**  
Ein Scherenschnitt  
SPIEGEL  
Bestseller-Autorin  
dth

978-3-823-26-445-7 | 18,00 € (10)

Vom 01.10. bis 31.10.2025 erhalten Sie  
**10% RABATT** auf alle Stoffe!

**Staudinger Heimtextilien**

- Vorhänge
- Stoffrollos
- Plissees
- Eckbank polstern
- Vorhangstangen

Untermeggenthal 1  
84529 Tittmoning  
Tel. 0 86 23 / 6 95  
[www.gardinen-staudinger.de](http://www.gardinen-staudinger.de)

Foto: Sonniges Deutschland GmbH

*75 Jahre - SPAR Klück*



ca. 1955

## *Edeka Klück, Traunwalchener Straße, Traunreut*



## ABENTEUER IM WALD – WALDERFORSCHER UNTERWEGS



Im Rahmen des Ferienprogramms der Stadt Traunreut gingen der Verein frei-verwurzelt e.V. dieses Jahr zum ersten Mal mit den Walderforschern auf Abenteuerreise in die Natur. An drei Terminen in den Sommerferien machten sich rund 20 Kinder mit Anja und Kathi auf den Weg in den Wald. Zuerst wanderten wir gemeinsam, betrachteten und bestimmten Tiere, Spuren, Pilze, Knochen und Pflanzen.

ende gestalteten die Kinder gemeinsam ein Mandala, reflektierten ihre Erlebnisse und verabschiedeten sich mit der Yogahaltung „Baum“.

Die Begeisterung der Kinder war groß – ob beim Spielen, Forschen oder Bauen. Ein herzliches Dankeschön gilt den Familien für ihr Vertrauen sowie der Jugendsiedlung gGmbH, die ihre Feuerstelle zur Verfügung stellte.

Die Walderforscher-Tage waren ein voller Erfolg und haben eindrucksvoll gezeigt: Der Wald ist ein echter Abenteuer- und Lernort für Kinder.

Deshalb möchten wir die Walderforscher in Zukunft auch in den anderen Ferien anbieten. Termine und bald auch die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es auf unserer Homepage: [www.frei-verwurzelt.org](http://www.frei-verwurzelt.org) und auf Facebook und Instagram.

Text, Foto: Frei verwurzelt

Am Waldplatz angekommen, konnten die jungen Forscher\*innen ihrer Kreativität freien Lauf lassen: Es wurde geschnitzt, gesägt, mit Wolle gebastelt, Naturwindspiele und Baumgesichter gestaltet, Lager gebaut und mit digitalen Mikroskopen geforscht. Mittags wanderten die Gruppen zur Jugendsiedlung, wo die Kinder begeistert beim Kochen mithalfen. Über dem offenen Feuer entstand ein leckeres Kartoffelgulasch mit Stockbrot, und als süße Nachspeise gab es Marshmallows.

Nach dem gemeinsamen Essen und Aufräumen ging es noch einmal zurück in den Wald, um die Projekte des Vormittags abzuschließen. Als Nachmittagsverpflegung gab es Obst. Zum Tages-



STADTWERKE  
TRAUNREUT

[www.stadtwerke-traunreut.de](http://www.stadtwerke-traunreut.de)

## ERFOLGREICHER FLOHMARKT 21.09.2025



Am Sonntag den 21.09.25 veranstaltete der kath. Kindergarten Blumenwiese in seinem großen Garten zum ersten Mal einen Flohmarkt für Kinderartikel wie Bekleidung und Spielzeug.

Bei herrlichem Wetter konnten die Interessenten und Einkäufer durch die Marktstände gehen, sich mit Kaffee/Kuchen und Getränken versorgen und die Kleinen konnten ausgiebig auf den Klettertürme/Schaukeln und Rutschen spielen. Einige Jungs nutzten die neuen Fußballtore für gemeinsame Spiele.

Es war ein entspannter Nachmittag und die Einnahmen von Standgebühr und des Kaffee und Kuchenverkaufs kamen den Kindergartenkindern zugute.

Text, Foto: Kindergarten Blumenwiese



## SICHER IM WASSER – ERFOLGREICHER ANFÄNGERSCHWIMMKURS

der Walter-Mohr-Realschule Traunreut

**Drei Tage, 13 Kinder, ein Ziel: Schwimmen lernen. Im Freibad Traunreut fand vom 21. bis 23. Juli ein kompakter Anfängerschwimmkurs statt, bei dem Kinder und Jugendliche der Deutschklasse, der 5. Klasse und 6. Klasse Erfahrungen im Wasser sammelten – mit großem Erfolg.**

Unter der Leitung von Herrn Schrobenauser, Herrn Schallinger, Frau Betz und Frau Hohenleitner wurde täglich lang geübt. Der Kurs begann mit einfachen Wassergewöhnungsübungen, gefolgt von Gleit- und Tauchübungen bis hin zu den ersten Schwimm-

bewegungen. Leider spielte das Wetter nicht richtig mit, die Schüler waren aber mit riesen Eifer dabei. Viele hatten anfangs noch großen Respekt vor dem Wasser. Aber schon am zweiten Tag war die Entwicklung deutlich zu sehen – plötzlich wollten alle gar nicht mehr aus dem Becken. Bereits am zweiten Kurstag wagten sich einige der Kinder sogar schon ohne Schwimmhilfen ins tiefe Wasser. 7 Teilnehmer konnten am Ende des Kurses das Frühschwimmerabzeichen „Seepferdchen“ ablegen oder bereits über 50m schwimmen.

Text, Foto: Walter-Mohr-Realschule, Fachschaft Sport

## KINDERKLEIDERBASAR IN DER MITTELSCHULE

am 18. Oktober von 9 - 12 Uhr, Einlass für Schwangere ab 8.30 Uhr

Am 18. Oktober von 9 bis 12 Uhr dreht sich beim Kinderkleiderbasar in der Aula der Mittelschule Traunreut wieder „Alles rund ums Kind“.

Gut erhaltene Herbst-/Winterkleidung Gr. 50 – 176, Schuhe, Bücher, Kindersitze, Hochstühle, Spielsachen, Fahrräder, Schlitten und vieles mehr – Kommen Sie vorbei und machen Sie echte Schnäppchen! Einlass für Schwangere gegen Vorlage des Mutterpasses bereits um 8:30 Uhr.

Der Basar wird ehrenamtlich von einem engagierten Team organisiert und durchgeführt. Der Erlös, der sich aus der geringen Gebühr von jeweils 10 % des erzielten Verkaufspreises für Käufer und Verkäufer zusammensetzt, kommt dem Förderverein Freunde der Mittelschule Traunreut e.V. zugute.

### Verkaufen – So einfach funktioniert!

Wenn Sie gut erhaltene und saubere Herbst/Winterkleidung, Schuhe, Spielsachen, Zubehör usw. verkaufen möchten, erhalten Sie ab dem 4. Oktober unter Tel. 01515/9111466 (Fr. Graf) bzw. 0173/4536446 (Fr. Rinio) eine Verkäufernummer.

Das Etikett mit der Verkäufernummer, dem Preis sowie der Größe (bei Kleidung) befestigen Sie gut sichtbar an allen Teilen (bitte keine Stecknadeln oder Klebe-Etiketten verwenden). Pro Verkäufer werden insgesamt 40 Teile und 1 Paar Schuhe angenommen. Bitte bringen Sie Ihre Sachen am Freitag, 17. Oktober zwischen 15 und 17 Uhr in einem/einer mit der Verkäufernummer beschrifteten

Karton/Kiste an der Mittelschule vorbei.

Die Sachen werden vom Team aufgebaut und am Samstag zum Verkauf angeboten. Samstag Nachmittag von 16:30 bis 17:30 Uhr holen Sie dann die nicht verkaufte Ware ab und erhalten das eingemommene Geld für die verkauften Gegenstände (abzüglich 10 % Gebühr, die gespendet werden).

Infos zum Förderverein der Mittelschule und der kostenlosen Mitgliedschaft auf [www.mittelschule-traunreut.de](http://www.mittelschule-traunreut.de).

Wir fotografieren  
Ihr/e Kind/er  
kostenlos  
Für ein kleines  
Familienshooting  
bis 5 Personen  
berechnen wir  
nur 40€

**KINDERAKTION**  
+ family

**15.10.**  
- **15.11.**

Termine  
08669-2471

[www.foto-gastager-de](http://www.foto-gastager-de)

## DIETRICH-BONHOEFFER-PREIS FÜR REALSOZIAL

der Walter-Mohr-Realschule Traunreut

Am 17. Juli waren einige Schülerinnen und Schüler des Projekts „RealSozial“ zur Verleihung des Dietrich-Bonhoeffer-Preises eingeladen, der alle zwei Jahre von der Förderstiftung des Diakonischen Werks Traunstein ausgeschrieben wird. 16 Vorschläge für soziale Projekte von Kindern und Jugendlichen aus den Landkreisen Altötting, Mühldorf, Traunstein und dem Berchtesgadener Land standen zur Wahl, sieben davon wurden ausgezeichnet. Zu unserer Freude gehörten auch wir zu den Preisträgern.

Andreas Karau, der Geschäftsführer des Diakonischen Werkes, verdeutlichte in seiner Rede den Sinn des Preises. Mit dem Dietrich-Bonhoeffer-Preis sollen junge Heranwachsende geehrt werden, die „sich aus der Masse hervorheben, weil sie sich auffallend sozial engagieren, couragiert handeln und mutig die Stimme erheben“. Das galt zum Beispiel für eine Gruppe der FOS/BOS Traunstein, die mit dem Projekt „650 Jahre jüdisches Leben in Traunstein“ einen ersten Preis gewann. Aber auch Jugendliche, die sich seit Jahren für die Tafel in Trostberg engagieren, erhielten den Preis. Und schließlich bekam auch Julia Knottke, die zwei Jugendrotkreuz-Gruppen in Palling gegründet hat und diese leitet, Anerkennung für ihr großartiges Engagement.

„Die größte Torheit ist es, nichts zu tun, nur weil man wenig tun kann.“ – Dieser Satz von Dietrich Bonhoeffer trifft bestimmt auch auf unser Schulprojekt RealSozial zu. Denn es sind die vielen kleinen Taten, die das Projekt erfolgreich machen und dazu beitragen,

dass die Welt ein kleines Stückchen besser wird. Die Schülerinnen und Schüler, die sich hier engagieren, erhielten einen zweiten Platz und damit 250 Euro für ihr Wirken. Das Geld soll unter anderem für Fahrtkosten verwendet werden.

Stellvertretend für die sehr vielen fleißigen Helferinnen und Helfer soll hier das Engagement der an der Preisverleihung beteiligten Schülerinnen und Schüler aufgezeigt werden.

**Lisa Lex (8c):** Wöchentliche Leerung der Pfandflaschenboxen für die jeweiligen sozialen Projekte, Engagement für die Katzenobhut in Baumburg und die Tafel in Traunreut | **Corinna Kaiser (8c):** Planungs- und Organisationsteam, Übergabe des Spendenschecks an die Kinderkrebshilfe Berchtesgadener Land und Traunstein, Engagement für die Tafel Traunreut | **Valentin Wallner (7a):** Bau eines „Kamins“ für die Pfandflaschenboxen | **Noel Schenker (7b):** Engagement für die Tafel Traunreut | **Fabienne Ociecka (7b), Leonie Bösch (7b):** Ganztägiger Kuchenverkauf beim Maibaumaufstellen für das Tierheim in Traunstein | **Lea Werner (7d) und Catharina Theuschl (7d):** Engagement für die Katzenobhut Baumburg und die Tafel in Traunreut

Text, Foto: Walter-Mohr-Realschule



**KINDER  
KLEIDER & SPIELZEUG  
BASAR**

**Samstag, den 11.10.2025**  
von 9<sup>30</sup> - 11<sup>30</sup> Uhr

**im Pfarrheim in Traunwalchen**  
(Frauenbrunnstraße 8, 83374 Traunwalchen)  
*mit Kaffee- & Kuchenverkauf*

Annahme: Freitag, 10.10.25 17<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup> Uhr  
Verkauf: Samstag, 11.10.25 9<sup>30</sup> - 11<sup>30</sup> Uhr  
Abholung: Samstag, 11.10.25 14<sup>00</sup> - 14<sup>30</sup> Uhr

Schwangere dürfen mit einer Begleitperson bereits ab 9 Uhr eintreten!

Verkauft werden gut erhaltene Kinderkleidung (Herbst/Winter), sowie Schuhe, Kinderwagen, Autositze, Spielzeug, Hochstühle, Kinderbücher, usw., jedoch keine größeren Möbelstücke u. Schränke!!

**Verkäufernummern gibt es ab 26.09.2025 unter:**  
Tel: 0152/06686610 (NUR per WhatsApp)  
(solange der Vorrat reicht)

**Käufer & Verkäufer werden jeweils mit 10% vom ausgezeichneten Preis belastet!**  
Der Erlös kommt dem Kindergarten Traunwalchen zu Gute. Verantwortlich für die Durchführung des Marktes ist der Elternbeirat des Kindergarten Traunwalchen. Wir können keine Haftung bei Diebstahl, verfaulten oder nicht identifizierbarer Ware übernehmen! Garantiesprüche werden von unserer Seite nicht gewährt.  
Der Verkauf findet von PRIVAT AN PRIVAT statt.

**Begegnung & Gespräche  
zu Allerheiligen**

27./28. Okt. 15.00 - 16.00 Uhr  
29./30./31. Okt. 9.00 - 10.00 Uhr

**Waldfriedhof  
Traunreut**

Kommen Sie einfach vorbei –  
wir freuen uns auf Sie!

Offenes Ohr  
Offenes Herz

## PROJEKTWOCHE ALLTAGSKOMPETENZEN SCHULJAHR 2024/25

Die etwas andere Art zu lernen an der Walter-Mohr-Realschule Traunreut

Wie seit nunmehr vier Jahren fand auch gegen Ende des letzten Schuljahres für alle Schülerinnen und Schüler der siebten Jahrgangsstufe die vom Kultusministerium für alle bayerischen Schulen verpflichtend vorgeschriebene „Projektwoche Alltagskompetenzen“ statt. Von Anfang an dabei waren die Sportlehrkräfte, welche auch dieses Mal wieder voller Elan halfen. Sie gingen ein Thema an, das immer mehr an Bedeutung gewinnt – das Schwimmen, das leider immer mehr Kinder und Jugendliche nur mehr schlecht oder sogar gar nicht mehr beherrschen, obwohl es so immens wichtig ist. Die Schülerinnen und Schüler erhielten in dieser Woche die Gelegenheit, unterschiedliche Schwimmbadzeichen abzulegen. Herzlichen Dank an Fr. Hohenleitner, Fr. Seitlinger und Fr. Schwägerl, die sich vom Regenwetter nicht abhalten ließen, diesen wichtigen Workshop zu leiten.

Ebenso praktisch ging es im Workshop von Fr. Helfmeyer zu – und das war im wahrsten Sinne des Wortes ein WORK-Shop, denn sie legte mit den tatkräftigen Schülerinnen und Schülern einen Bienen- und Insektengarten vor dem Schulgebäude an. Hier galt es zunächst, die Grasnarbe großflächig zu entfernen und unzählige Schaufeln Erde abzutragen, denn der Boden für viele Blühpflanzen muss durchlässig und „mager“ sein, also wenige Nährstoffe enthalten. Nur dann können viele Blumen, die für Bienen und andere Insekten Nektar bereithalten, gut gedeihen. Da es zum Projektstart am Montag kräftig regnete, waren die Erdarbeiten eine echte Herausforderung und den fleißigen Helfern wurde einiges an Durchhaltevermögen abverlangt. Das wunderbare Ergebnis ist jedoch Lohn für alle Mühen. Sogar ein spezieller Hummelkeller entstand und es bleibt spannend, ob dieses besondere, vor Nässe geschützte und mit duftendem Heu ausgepolsterte Erdnest im nächsten Jahr tatsächlich als Brutplatz für ein neues Hummelvolk angenommen wird. Volle Unterstützung bei diesem Mammutprojekt kam von Fr. Decke-Reindl, Fr. Eder, Fr. Altmann, Hr. Pöfinger und außerdem vom Bauhof Traunreut, der nicht nur Sand lieferte, uns die Gerätschaften auslieh und tolle Findlinge setzte, sondern zum Schluss auch noch viele Schubkarren Erde abtransportierte.

Künstlerisch aufgegriffen wurde das Thema „Insekten“ im Workshop der Kunstlehrkräfte Fr. Strählhuber und Fr. Bettina Schinko, die eine Ausstellung von bizarren Insektenbildern mit den Kindern gestalteten und auch plastische Werke erschufen, welche nun in der Aula zu bewundern sind.

Während die Kinder bei der Gartenarbeit ziemlich schmutzig wurden, ging es im Workshop von Fr. Klaus-Joeger um die Körperpflege. Hier erfuhren die Schülerinnen und Schüler, wieviel Chemie in vielen teuren Kosmetikprodukten steckt und stellen anschließend mit rein natürlichen Zutaten ein duftendes Körperpeeling her, das sie mit nach Hause nehmen durften. Genau das Richtige, um ohne Chemie den Schmutz von der Garten-

arbeit wieder abzuwaschen.

Um unsere tägliche Ernährung ging es beim Besuch eines Bauernhofes, auf dem die Kinder selbst Mozzarella und Butter herstellen – und essen – durften. Der direkte Kontakt zu den Tieren, die uns unsere Lebensmittel liefern, war für viele ein ganz besonderes Erlebnis. Begleitet und betreut wurden die Schülerinnen und Schüler hier von Hr. Hahn, Fr. Schinko, Fr. Helfmeyer, Fr. Friedl, Fr. Meyer, Hr. Tierhoff und Hr. Schrobrenhauser.

Ebenfalls von Anfang an dabei in der Woche der Alltagskompetenzen ist die Fachschaft Werken. In diesem Jahr boten die Werklehrer Hr. Mihaly und Hr. May den Kurs „Heimwerken“ an und nutzten diesen, um den Schülerinnen und Schülern zu zeigen, wie man eine Wand streicht, Ecken spachtelt, Dübel setzt und vieles mehr. Zuvor ging es aber erst einmal in den Baumarkt, denn auch die richtige Auswahl von Arbeitsmaterialien will gelernt sein. Praktischer Nebeneffekt dieses Kurses: Die Wände in den Werkräumen sind jetzt wieder strahlend weiß! Vielen Dank für den tatkräftigen Einsatz!



Während des praktischen Arbeitens in Werkräumen mag dem einen oder anderen wohl das Wasser im Mund zusammengelaufen sein, denn gleich nebenan befindet sich die Schulküche – und aus dieser duftete es während der ganzen Woche herrlich nach frisch gebackenem Kuchen. Fr. Haschek und Hr. Grundner sind bereits ein eingespieltes Team, wenn es darum geht, mit den Kindern zu backen und natürlich ist dies einer der beliebtesten Workshops der Projektwoche – dürfen die Kinder ihre selbst gebackenen Köstlichkeiten doch anschließend auch gleich aufessen.



Wer in der Küche bäckt, muss irgendwann auch einmal das Geschirr spülen und die Tücher waschen – doch wie funktionieren Waschmittel eigentlich? Dieser Frage ging Chemielehrerin Fr. Witteck in ihrem Kurs nach. Unterstützt wurde sie dabei von Fr. Schober. Anhand praktischer Beispiele und Versuche erfuhren die Kinder viel über Wasch- und Reinigungsmittel, die man zwar täglich nutzt, über deren Funktionsweise und umweltgerechte Handhabung man sich im alltäglichen Gebrauch jedoch wohl selten Gedanken macht.

Insgesamt gab auch in dieser Projektwoche wieder ein buntes, lehrreiches und praktisches Programm und ich möchte mich ganz herzlich für die Unterstützung bedanken.

Text, Foto: Walter-Mohr-Realschule

## VHS KURSE IM OKTOBER

Anmeldung und Auskünfte bei der vhs Traunreut, Tel: 08669/ 864 80,  
per E-Mail an [info@vhs-traunreut.de](mailto:info@vhs-traunreut.de) oder im Internet unter [www.vhs-traunreut.de](http://www.vhs-traunreut.de).

### DONNERSTAG, 02.10.2025

■ Kochkurs: „Persische Küche „Asch-e Mast“ (Persische Joghurtsuppe)“ mit Najmeh Asadfalsafizadeh, von 18:00 bis 21:00 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

### DIENSTAG, 07.10.2025

■ Kurs: „Steuerrecht für Unternehmer“ mit Michael Benna (Dipl.-Mathematiker, Steuerberater), von 18:30 bis 21:30 Uhr, Rathaus, Rückgebäude, Sitzungssaal 2. OG, Rathauspl. 3, Traunreut.

### MITTWOCH, 08.10.2025

■ vhs Vortrag: „Geschichte, Geschichtsbilder und moderne Fortschrittshymnen“ mit Dr. phil. Stefan Schmitt, von 19:00 bis 20:30 Uhr, Heimathaus, Heimatstube, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 5, Traunreut.

■ Kochkurs: „Karahi, Kheer & Co.: Eine kulinarische Reise nach Indien und Pakistan“ mit Tahir Naeem, von 18:00 bis 22:00 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

### DONNERSTAG, 09.10.2025

■ Kochkurs: „Schlesische Küche - Tradition auf dem Teller“ mit Katarzyna Czarnynoga, von 17:30 bis 21:30 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

### FREITAG, 10.10.2025

■ „Filmnachmittag im Seniorencafé - Tragikomödie“, von 14:30 bis 16:30 Uhr, Seniorencafé, Traunwalchner Str. 1, Traunreut.

■ Führung: „Schloss Pertenstein“ mit Johannes Danner (Heimatspfleger), von 15:00 bis 16:30 Uhr, Treffpunkt: Schloss Pertenstein, Schlossstraße 4, Matzing.

■ Kochkurs: „Spanische Tapas“ mit Sara Schmid, von 18:00 bis 21:30 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

■ vhs Vortrag: „Hilfestellungen bei psychischen Belastungen“ mit Katrin Pletschacher, von 18:00 bis 20:00 Uhr, IG Metall, Kantstraße 11, Traunreut.

### SAMSTAG, 11.10.2025

■ Kurs: „Digital fit: Fotos vom Smartphone an den PC übertragen und sichern“ mit Jonas Gmeiner (Fachinformatiker), von 09:00 bis 12:00 Uhr, VHS, Raum W1, Marienstr. 20, Traunreut.

■ Kurs: „Sondeln mit Metalldetektoren - Kultur, Geschichte und Schätze entdecken“ mit Sidney Vogginger, von 10:00 bis 13:00 Uhr, Treffpunkt: Siegsdorf, OT Eisenärzt, Salinenweg 4, gr. Parkplatz.

■ Seminar: „Gespräche mit der Seele - Das erforschende Schreibtraining auf der Fraueninsel“ mit Susanne Maria Schumacher (Journalistin, Coach), von 09:30 bis 16:30 Uhr, Abtei Frauenwörth auf der Fraueninsel.

■ Besichtigung: „Mühlen-Erlebnisführung Mussenmühle Tacherting“ mit Walburga Huber, von 09:30 bis 11:30 Uhr, Mussenmühle 1, 83342 Tacherting.

### MONTAG, 13.10.2025

■ Kochkurs: „Persische Küche: Hafer-Asch - vegan“ mit Najmeh Asadfalsafizadeh, von 18:00 bis 21:00 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

### MITTWOCH, 15.10.2025

■ vhs Vortrag: „Die Leiden des jungen Werther“ mit Dr. Michael Schmidt, von 18:30 bis 20:00 Uhr, VHS, Coaching-Raum 2, Rathausplatz 7, Traunreut.

■ Besichtigung: „Rund um die Bohne - Kaffeeseminar“ mit Ulrich Niedersteiner (SCAE Barista, Diplom-Kaffeekommerzialist), von 17:30 bis 20:00 Uhr, Baruli Kaffeerösterei, Hauptstraße 1, 83371 Stein an der Traun.

### DONNERSTAG, 16.10.2025

■ Kochkurs: „Strudelküche - salzig und süß“ mit Angela Schreier, von 19:00 bis 22:00 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

■ vhs Vortrag: „Entrümpeln & Ausmisten - wie und warum befreie ich mich von unnötigem Ballast?“ mit Katrin Crone (Architektin und Feng Shui Expertin), von 14:00 bis 16:00 Uhr, Rathaus, Rückgebäude, Sitzungssaal 2. OG, Rathauspl. 3, Traunreut.

### FREITAG, 17.10.2025

■ Wanderung: „Von der Kirche St. Georgen zur Kirche Irsing“ mit Johannes Danner (Heimatspfleger), von 15:00 bis 17:15 Uhr, Treffpunkt: Dorfplatz, St. Georgen.

■ Kochkurs: „Ayurvedisch kochen - Basics“ mit Kerstin Wirth (Ayurveda Gesundheits- und Ernährungsberaterin), von 18:00 bis 21:00 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

■ Seminar: „Wein Basic Seminar“ mit Harald Retzer, von 19:00 bis 23:00 Uhr, Weindpot Retzer, Traunsteiner Str. 11, Erlstätt.

### SAMSTAG, 18.10.2025

■ Kurs: „Word 2016 - Kompakt an einem Tag“ mit Ivo Gerwatowski (IT-Systemkaufmann), von 09:00 bis 16:00 Uhr, VHS, Raum W1, Marienstr. 20, Traunreut.

Workshop: „Salsa - Workshop“ mit Denis Molina Domínguez, von 11:00 bis 13:30 Uhr, Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7.

■ Führung: „Die rumänisch-orthodoxe Kirche Traunreut“ mit Constantin Reinhold Bartok (Pfarrer der rumänisch-orthodoxen Gemeinde), von 14:00 bis 15:30 Uhr, Treffpunkt: Kirche, Siebenbürgener Str. 2, 83301 Traunreut.

### MONTAG, 20.10.2025

■ Kochkurs: „Udon und Tempura - Fisch, Fleisch, Gemüse“ mit Mihoko Hogger-Seki, von 18:00 bis 21:00 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

### MITTWOCH, 22.10.2025

■ vhs Vortrag: „Franz Kafka: In der Strafkolonie“ mit Dr. Michael Schmidt, von 18:30 bis 20:00 Uhr, VHS, Coaching-Raum 2, Rathausplatz 7, Traunreut.

■ vhs Vortrag: „Zeit, Macht und Revolution“ mit Martin Schneider (M. A.), von 19:00 bis 20:30 Uhr, IG Metall, Kantstraße 11, Traunreut.

### DONNERSTAG, 23.10.2025

■ Kochkurs: „Polnische Fleischvariationen“ mit Katarzyna Czarnynoga, von 18:00 bis 21:00 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

### FREITAG, 24.10.2025

■ Seminar: „Wein Sensorik Seminar“ mit Harald Retzer, von 19:00 bis 23:00 Uhr, Weindpot Retzer, Traunsteiner Str. 11, Erlstätt.

■ Kochkurs: „Mexikanische Küche“ mit Sara Schmid, von 18:00 bis 21:30 Uhr, Werner-von-Siemens-Mittelschule, Schulküche (K01), Traunreut.

### SAMSTAG, 25.10.2025

■ Kurs: „Digital fit: Online Banking - einfach und sicher“ mit Louisa Janson (BSc), von 09:00 bis 12:00 Uhr, VHS, Raum W1, Marienstr. 20, Traunreut.

Kurs: „Spiel und Spaß mit Pferden für Kinder (4 bis 10 Jahre)“ mit Magdalena Lauber (Pferdewirtschaftsmeisterin), von 14:00 bis 16:30 Uhr, Treffpunkt: Schloss Pertenstein, Schlossstraße 4, Matzing.

■ Kurs: „No-Make-up Glow Look - typgerecht, dezent und natürlich“ mit Milana Deck (Visagistin, Stylistin, Wellness-/Beautyberaterin), von 13:00 bis 19:00 Uhr, Studio Milana Deck, Ludwig-van-Beethoven-Str. 6a, Traunreut.

■ Workshop: „Zumba® - Workshop“ mit Gudrun Lutzenberger-Mayr (staatl. geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin), von 09:30 bis 11:30 Uhr, Studio für Fitness & Entspannung, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 7.

### SONNTAG, 26.10.2025

■ Kurs: „Differenzierte und ganzheitliche Farbberatung nach 13 Farbtypen“ mit Milana Deck (Visagistin, Stylistin, Wellness-/Beautyberaterin), von 13:00 bis 19:00 Uhr, Studio Milana Deck, Ludwig-van-Beethoven-Str. 6a, Traunreut.

### DIENSTAG, 28.10.2025

■ Kurs: „Filz-Lust - Sitzkissen“ mit Angela Schreier, von 19:00 bis 22:00 Uhr, Heimathaus, Ebertstube, Joh.-Hinrich-Wichern-Str. 5, Traunreut.

### MITTWOCH, 29.10.2025

■ vhs Vortrag: „Bairisch - die Heimat auf der Zunge tragen - Entstehung, Bedeutung und Besonderheiten unserer Mundart“ mit Dr. Ulrich Kanz, von 19:00 bis 21:00 Uhr, VHS, Coaching-Raum 2, Rathausplatz 7, Traunreut.

## Kulturauftakt mit Tiefgang, Tempo und Tutu – das k1 startet in die neue Spielzeit

### Volle Kontrolle - Christine Eixenberger

Samstag, 11.10.2025 | 20.00 Uhr

Christine Eixenberger nimmt in ihrem Solo-Programm „Volle Kontrolle“ mit scharfem Witz und viel Charme die Herausforderungen des Zusammenlebens aufs Korn. Als frisch gebackenes „Wir“ navigiert sie humorvoll durch Beziehungsalltag, Wohnungsknappheit und gesellschaftliche Krisen.

Mit bayerischer Bodenständigkeit und philosophischem Scharfsinn verbindet Eixenberger Tiefgründigkeit mit urkomischen Pointen – klug, scharfzüngig und immer nah am echten Leben.

### Der Weg ist weiter als das Ziel 2.0 - Christoph Strasser

Donnerstag, 23.10.2025 | 19.30 Uhr



Vortrag des Extremsportlers Christoph Strasser, Foto © Lupi Spuma

Christoph Strasser zählt zu den erfolgreichsten Ultra-Radsportlern unserer Zeit. Als mehrfacher Sieger des Race Across America und 24-Stunden-Weltrekordhalter steht er wie kaum ein anderer für körperliche und mentale Ausdauer. In seinem Multivisionsvortrag „Der Weg ist weiter als das Ziel 2.0“ gewährt er persönliche Einblicke in seine Erfolge – und in die Krisen, Selbstzweifel und Rückschläge, die ihn geprägt haben.

Am 23. Oktober 2025 um 19:30 Uhr ist Strasser im k1 Kultur- und Veranstaltungszentrum Traunreut zu Gast und erzählt von einem Leben jenseits des Rampenlichts: offen, reflektiert und voller Motivati-

on. Ein inspirierender Abend über Ausdauer, Mut und die Kraft, sich immer wieder neu herauszufordern.

### Musikalisches Heimspiel mit den „Söhnen Traunreuts“

Freitag, 31.10.2025 | 20.00 Uhr

Der Jazz-Event des Jahres steht bevor: Am 31. Oktober 2025 kehren die „Söhne Traunreuts“ ins k1 zurück. Das Ensemble vereint herausragende Musiker aus der Region, die mit Groove, Spielfreude und musikalischer Klasse das Studiotheater zum Klingen bringen.



Die „Söhne Traunreuts“ im k1, Foto: © Laurentius Fischer

Bekannt für ihre stilvolle Mischung aus Jazzklassikern und modernen Akzenten, verspricht das Konzert auch in diesem Jahr ein besonderes Highlight im Kulturkalender der Stadt zu werden. Das Line-up wird 2025 durch zwei prominente Gäste aus Rosenheim ergänzt: Jelena Lovric (Gesang) und Roland Rost (Klavier) sorgen für zusätzliche musikalische Akzente und bringen frische Impulse in die energiegeladene Formation.

**Karten sind telefonisch unter +49 8669 857-444 (Dienstag bis Freitag, 10 bis 15 Uhr), online unter [www.k1-traunreut.de](http://www.k1-traunreut.de) sowie an der Tageskasse (Dienstag bis Freitag, 11 bis 15 Uhr) erhältlich. Die Abendkasse öffnet in der Regel eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn.**



## Neue Saison 2025|2026

Die Highlights im Oktober



### Mutmacherkonzert

Carmen Lòpez  
02.10.2026 | 20.00 Uhr



### Ballettgala der Ballettschulen

12.10.2025 | 16.00 Uhr



Volle Kontrolle  
**Christine Eixenberger**  
11.10.2025 | 20.00 Uhr



### Der Weg ist weiter als das Ziel 2.0

Christoph Strasser  
23.10.2025 | 19.30 Uhr



### Puppet-Magic Halloween-Show

Dirk Bennert  
25.10.2025  
13.30 Uhr + 15.30 Uhr



Out of Rosenheim  
**Söhne Traunreuts**  
31.10.2025 | 20.00 Uhr

[www.k1-traunreut.de](http://www.k1-traunreut.de)



## CHIEMGAUER WANDERHERBST

**Von Anfang September bis in den späten November lädt der Chiemgauer Wanderherbst Jahr für Jahr zu einer besonderen Entdeckungsreise durch die farbenfrohe Herbstlandschaft ein.**

In dieser Zeit steht eine Vielzahl kostenloser, geführter Wanderungen zur Auswahl, die sämtliche Schwierigkeitsgrade abdecken – von gemütlichen Spaziergängen bis hin zu anspruchsvolleren Touren. Im aktuellen Programm warten zehn abwechslungsreiche Touren, die Naturerlebnis mit spannenden Themenschwerpunkten

verbinden. Dazu gehören Kräuterwanderungen, Einblicke in das Leben auf der Alm, römische Gaumenerlebnisse oder kulinarische Angebote wie der beliebte Kaiserschmarrn-Kurs im Alten Bad Unterwössen. Jeder Termin kombiniert Bewegung an der frischen Luft mit regionaler Kulinarik und authentischen Einblicken in die Kultur und Landschaft des Chiemgaus. Alle Touren werden von erfahrenen Wanderführern aus der Region begleitet, die nicht nur sicher durch die Route leiten, sondern auch interessante Geschichten und Hintergründe zur Region vermitteln.

### Grassauer & Rottauer Schmankerlpirsch

Vergessene Pfade im Demelfilz - Begleitet von Irmgard Frisch führt die Tour auf wunderbaren Wald- und Moorwegen zu einem versteckten, kleinen Mooree. Hier lohnt es sich, kurz zu verweilen und die Natur wirken zu lassen. Danach geht es schon zurück zur Demeihütte. Dort warten ein kühles Erfrischungsgetränk und eine wohlschmeckende bayrische Brotzeit mit regionalen Produkten. Bei passender Witterung ist ein traumhafter Sonnenuntergang garantiert.

**Aller Termine unter: [www.chiemsee-chiemgau.info](http://www.chiemsee-chiemgau.info)**

Treffpunkt: Demei Hütte, Hochreit 6 - Pfeil nach „links“ am Tor folgen.

Uhrzeit: 16:00 Uhr

Länge / Höhenmeter / Dauer: 4,5 km / 50 hm/ ca. 2 Std. (+ 1,5 Std. Einkehr)

Kontakt und Anmeldung: Tourist-Information Waging am See, Tel: +49 (0) 8681 313, E-Mail: [info@waginger-see.de](mailto:info@waginger-see.de)

## Kräuterwissen und Küchenkunst

Genusswandern zum Kräutergarten vom Forsthaus Adlgaß - Diese Wanderung führt ein kleines Stück um den Falkenstein bis zum Paulöder Kreuz. Von hier aus geht es zum beschaulich liegenden Forsthaus Adlgaß Permakultur-Kräutergarten von Theresa. Sie plaudert aus dem Nähkästchen über die perfekte Verwendung von Kräutern in der Küche und gibt echte Profi-Rezepte zum Nachkochen mit an die Hand. Nach der kostenfreien Kräuter-Brotzeit geht es mit der Dorflinie zurück zum Ausgangspunkt.

**Aller Termine unter: [www.chiemsee-chiemgau.info](http://www.chiemsee-chiemgau.info)**

Treffpunkt: Wanderparkplatz Falkenstein, Falkensteinweg 24

Uhrzeit: 13.00 Uhr

Länge / Höhenmeter / Dauer: 5 km / 100 hm / ca. 2 Std. (+ 1,5 Std. Einkehr)

Kontakt und Anmeldung: Tourist-Information Inzell, Tel.: +49 (0) 8665 98850 oder E-Mail: [info@inzell.de](mailto:info@inzell.de)

## Chiemsee-Panorama-Wanderung

Kunst und Natur im Einklang - Eine lebendige Entdeckungsreise über 7 km und 20 Hm führt Sie durch Chieming, Stöttham und Schützing, wo Kunst, Geschichte und Natur auf magische Weise verschmelzen. Die Geschichte der Sommerfrische und der Chiemsee-Maler verzaubert, atemberaubende Ausblicke laden zum Genießen ein und das Kneipp Becken in Stöttham sorgt für Erfrischung. Ein gemütlicher Zwischenstopp im Hofcafé und die charmante Begleitung durch die Gästeführer Hubert Steiner und Claudia Lorenz-Berthold machen diese kostenlose Tour zu einem unvergesslichen Erlebnis.

**Aller Termine unter: [www.chiemsee-chiemgau.info](http://www.chiemsee-chiemgau.info)**

Treffpunkt: Heimathaus Chieming, Hauptstr. 20b

Uhrzeit: 9.00 Uhr

Länge / Höhenmeter / Dauer: 7 km / 20 hm / ca. 3 Std. (+ 1 Std. Einkehr)

Kontakt und Anmeldung: Tourist-Information Chieming, Tel.: +49 (0) 8664 988 647 oder per E-Mail an [info@chieming.de](mailto:info@chieming.de)

© Chiemgau Tourismus e.V.

## Wo Natur auf Schmiedekunst trifft

Kunstvoll geformt, von der Natur inspiriert: Diese schöne Rundwanderung startet an der Glockenschmiede und führt durch den Märchenpark über die Thorau durch abwechslungsreiche Landschaft mit herrlichen Ausblicken. Nach einer gemütlichen Rast mit mitgebrachter Brotzeit geht es über den Thorau-Steig zurück zur Glockenschmiede, wo eine spannende Führung durch das Museum den Tag abrundet.

**Aller Termine unter: [www.chiemsee-chiemgau.info](http://www.chiemsee-chiemgau.info)**

Treffpunkt: Parkplatz Glockenschmiede Museum, Ruhpolding | Uhrzeit: 9.00 Uhr

Länge / Höhenmeter / Dauer: 8,5 km / 500 hm / ca. 4 Std. (+ 1 Std. Führung)

Kontakt und Anmeldung: Tourist-Info Ruhpolding, Tel.: r +49 (0) 8663 8806-0 oder per E-Mail [tourismus@ruhpolding.de](mailto:tourismus@ruhpolding.de)

## INFORMATION

- Die Anmeldung ist bis zum Vortag bei der jeweiligen Tourist-Information oder online erforderlich und möglich.
- Teilnehmerzahlen sind auf 15 Personen begrenzt.
- Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Für Ausrüstung und eventuelle Schäden haften die Teilnehmer selbst.
- Kinder unter 14 Jahren können nur in Begleitung einer/s Erwachsenen teilnehmen.
- Witterungsbedingt können die Touren geändert oder abgesagt werden.
- Die Teilnahme an den Touren ist kostenlos. Verkostungen sind bei allen Touren gratis.
- Eventuell anfallende Transferkosten, Getränke und Einkehr auf Selbstzahlerbasis. Zeitangaben ohne Gewähr.



© Chiemgau Tourismus e.V.



## Zwischen Wiesen, Moor und Ewigkeit

Ein naturnaher Weg zum Abschalten, Entdecken und Genießen - Der Rundweg beginnt beim Museum Salz & Moor am Mostrand und führt über den Bienen- und Waldtierweg zum Wassertretbecken in Rottau. Von dort geht es entlang des Rottauer Bachs bis zur Bahnlinie und am Fuße des Westerbuchbergs auf den sogenannten Ewigkeitsweg. Dieser schlängelt sich durch die Moorlandschaft zurück zum Ausgangspunkt. Die Strecke bietet Natur, Erholung und Einblicke in die Tier- und Pflanzenwelt. Zum Ausklang lädt das Museum Salz & Moor zu einer Brotzeit in entspannter Atmosphäre ein.

**Aller Termine unter: [www.chiemsee-chiemgau.info](http://www.chiemsee-chiemgau.info)**

Treffpunkt: Museum Salz & Moor, Klaushäusl 11

Uhrzeit: 9.00 Uhr

Länge / Höhenmeter / Dauer: 12,5 km / 12 hm / ca. 3,5 Std. (+ 1 Std. Einkehr)

Kontakt und Anmeldung: Tourisinformation Grassau, Tel. +49 (0) 8641 697 960 oder per E-Mail an [hallo@grassau.de](mailto:hallo@grassau.de)

## Spurensuche mit der Linse

Die herbstliche Natur im Fokus - Vom Wanderparkplatz Almau führt die Route auf den Osterbuchberg – vorbei an traditionellen Bauernhöfen, farbenprächtigen Blühwiesen, Wegkreuzen und kleinen Kapellen. Unterwegs lädt die Natur dazu ein, besondere Details wie Pflanzen, Steine, Tiere oder kulturelle Elemente mit dem Smartphone festzuhalten. Am Ende der Wanderung werden die gesammelten Eindrücke auf einem Bildschirm gemeinsam betrachtet und ausgewertet - ein Naturerlebnis mit geschärftem Blick für das Wesentliche.

**Aller Termine unter: [www.chiemsee-chiemgau.info](http://www.chiemsee-chiemgau.info)**

Treffpunkt: Wanderparkplatz an der Achenbrücke Osterbuchberg

Uhrzeit: 9.30 Uhr

Länge / Höhenmeter / Dauer: 4 km / 140 hm / ca. 2,5 Std. (+ 1 Std. Einkehr)

Kontakt und Anmeldung: Tourist-Information Übersee, Tel.: +49 (0) 8642 295 oder per E-Mail an [info@uebersee.co](mailto:info@uebersee.co)

## GLEICH ZWEI VERANSTALTUNGEN IN DEN SOMMERFERIEN Erntezeit bei den“ Kraut und Raum Buam“ des Gartenbauvereins Traunwalchen

Zu Ferienbeginn erfuhren die Junggartler, wie man Karotten ausdünt, damit sie genügend Platz haben, um sich weiterzuentwickeln.

Da die Rote Beete prächtig gewachsen war, wurde sie schon geerntet und, bei kleinen Kostproben, ihre Verwendung für z. B. Rüben-Pesto oder Schokokuchen mit roter Beete getestet. Nach dem Ausputzen von Unkräutern war das Beet wieder etwas geordneter und bereit für die letzte Wachstumsphase.

Am Ferienende hieß es für die Nachwuchsgärtner Kartoffeln ernten! Mit viel Elan ging es ans Beet, um die leckeren Knollen aus der Erde bzw. unter dem Heu hervorzuholen. Mit einem Ergebnis von 11 kg Kartoffeln war es ein tolles Erlebnis für die jungen Gärtner, die nun für ihrer Arbeit belohnt wurden!

Text, Fotos: Gartenbauverein Traunwalchen



## Kranzbinden mit Gräsern beim Gartenbauverein Traunwalchen

In gemütlicher Runde traf sich eine kleine Gruppe Frauen des Gartenbauvereins Traunwalchen bei Floristin Frau Gerlinde Schroll, um gemeinsam Kränze aus getrockneten Gräsern zu binden. Mit viel Freude und einer großen Portion Kreativität entstanden individuelle Naturkränze.

Im Mittelpunkt stand das Arbeiten mit verschiedenen getrockneten Gräsern – von einfachem Seegras bis hin zu verschiedenen getrockneten Getreidesorten. Die Teilnehmerinnen hatten ihr Material aus dem eigenen Garten mitgebracht oder beim letzten Spaziergang gesammelt. In lockerer Runde wurde gebunden, geschnitten, und gewickelt – jeder mit ganz eigenem Stil und Gespür für Form und Farbe – mal schlicht, mal verspielt, aber immer mit Liebe zum Detail - perfekt geeignet als herbstliche Türdekoration oder stilvoller Wand schmuck.

Neben dem Basteln blieb auch Zeit für Austausch, Tipps und geselliges Beisammensein. Der Abend war ein voller Erfolg – und sicherlich nicht der letzte seiner Art!

Text, Fotos: Gartenbauverein Traunwalchen



## KICKBOXER DES TUS TRAUNREUT WIEDER ERFOLGREICH



Die WKO Ringsports-Weltmeisterschaft fand am 1. und 3. August 2025 im Barnsley Metrodome in England statt. Bei der spannenden dreitägigen Veranstaltung kämpften Kampfsportler aus aller Welt um die prestigeträchtigen WKO-Weltmeisterschaftsmedaillen und -titel. Bei den sechs gleichzeitig laufenden Ringen trat eine breite Palette von Teilnehmern an, von kleinen Kindern bis zu erfahrenen Erwachsenen, die sorgfältig ausgewählt wurden, um faire und spannende Kämpfe zu gewährleisten.

ten. Mehr als 20 Länder und 2000 Sportler kämpften bei dem Turnier.

Das Stadion war voller begeisterter Fans, die von Anfang bis Ende mitfieberten. Viele Kämpfer konnten sich über den Gewinn von Weltmeisterschaftsmedaillen freuen und errangen damit unvergessliche Siege in ihrer Kampfsportkarriere. Auch zwei Sportler der Abteilung Kickboxing des TuS Traunreut reisten nach England um sich zu messen. Anouk Issmer und Kirill Krauer nahmen mit stolz teil und begannen somit die Sommerferien mit unbeschreiblichen Erlebnis.

Kirill Krauer kämpfte in vier Disziplinen des K1 in verschiedenen Gewichts- und Altersklassen und gewann nach vielen, zum Teil sehr harten, Kämpfen 1x Gold, 2x Silber, und 1x Bronze. Mit diesem Erfolg konnte er sich den Weltmeistertitel sichern.



Anouk Issmer kämpfte in zwei Disziplinen des Low Kick. Nach sehr harten Kämpfen schaffte sie es bis ins Finale, wo sie sehr knapp nach Punkten einer englischen Sportlerin unterlag. Sie wurde 2fache Vize-Weltmeisterin.

Stolz kehrten die zwei Kickboxer nach Traunreut zurück, wo sie sich bereits auf das nächste Turnier vorbereiten.

Text, Foto: Kickboxing Tus Traunreut

## UNSERE U12- UND U14-SPIELER SIND INS TRAININGSLAGER IN TSCHECHIEN ANGEKOMMEN!

Text, Foto: Basketball Traunreut

Im Fokus steht in dieser Woche vor allem die konditionelle Vorbereitung. Die Kinder absolvieren täglich drei Trainingseinheiten – zwei draußen in der wunderschönen Berglandschaft und eine abends in der Halle.

Zwischen den intensiven Trainingseinheiten ist auch für Abwechslung gesorgt: Schwimmen, Bowling und weitere Freizeitaktivitäten bieten perfekte Erholung und jede Menge Spaß.

Wir freuen uns sehr auf eine spannende Woche voller Basketball, Teamgeist und unvergesslicher Erlebnisse.



## FUNCTIONAL FITNESS – TRAINING FÜR JEDERMANN



Functional Fitness zeichnet sich durch vielseitige Übungen aus, die den ganzen Körper fordern. Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit werden gleichermaßen trainiert. Mit einfachen, aber effektiven Bewegungen – von Sprüngen über Zug- und Druckübungen bis hin zu Läufen – wird der Körper fit für den Alltag und gleichzeitig leistungsfähiger für sportliche Herausforderungen. Das Schöne: Mitmachen kann jeder – ganz unabhängig von

Alter, Vorerfahrung oder Fitnesslevel. Jede Übung lässt sich individuell anpassen, sodass sowohl Einsteiger als auch erfahrene Athleten auf ihre Kosten kommen.

### Indoor & Outdoor – maximale Flexibilität

Unsere neue Location macht das Training noch abwechslungsreicher. Bei Regen geht es einfach nach drinnen, bei schönem Wetter nach draußen auf die Terrasse – und wer Lust hat, hängt gleich noch eine Laufeinheit auf der Tartanbahn an. Besonders abends ist das Training auf der Terrasse ein Highlight: sportlich aktiv sein und dabei den Sonnenuntergang genießen – mehr Motivation geht nicht!

### Neuanschaffungen für noch mehr Abwechslung

Damit keine Langeweile aufkommt, wurde auch in neues Equipment investiert: Sandsäcke, Springseile und Plyo-Boxen für Sprungübungen erweitern das Training und sorgen für noch mehr Spaß und Intensität.

### „fit4all“ – die neue Abteilung des TuS Traunreut

Unter dem Namen „fit4all“ entsteht die neue Abteilung des TuS Traunreut: ein vielseitiges Sportangebot, das alle Generationen anspricht. Schon jetzt gibt es neben den Functional Fitness Kursen auch Reha Sport. Zukünftig sollen weitere Kurse folgen – von

Kindersport über Prävention bis hin zu ergänzenden Gesundheitsprogrammen.

### Kommt vorbei und macht mit!

Ob jung oder alt, Einsteiger oder Sportler mit Erfahrung – bei uns ist jeder herzlich willkommen. Functional Fitness macht nicht nur stark und fit, sondern auch unglaublich viel Spaß, besonders in der Gruppe. Neue Gesichter sehen wir in unseren Kursen immer gern.

## KURSZEITEN

für jedes Bedürfnis das richtige Angebot

Montag, Mittwoch &/oder Freitag, 9 Uhr: FamilyFit – Kinder \*dürfen\* mitgebracht werden, sie können im Bällebad spielen und die Eltern anfeuern.

Dienstag, 18 Uhr PowerFit

Donnerstag, 17:45 Uhr PowerFit

(Mittwoch, 19:15 Uhr – optional, wenn genügend Teilnehmer zusammenkommen.)

Samstagvormittag: Squaterday – der Kurs für motivierte Athleten, die auch an Wettkämpfen teilnehmen möchten. Trainiert wird u.a. für das X Letics Extreme Event in München/Erding 2026. Danach soll es gemeinsam zum HYROX gehen.

## NEUE LOCATION:

Traunring 116, Eingang über die Terrasse  
 Email: [functional-fitness@tus-traunreut.de](mailto:functional-fitness@tus-traunreut.de)  
[fit4all@tus-traunreut.de](mailto:fit4all@tus-traunreut.de)  
 Instagram: [tus\\_traunreut\\_fitness](https://www.instagram.com/tus_traunreut_fitness)

**Bleibt fit und aktiv – wir freuen uns auf euch!**



## SONDERVERTEILSTELLEN

Das Traunreuter Stadtblatt finden Sie zusätzlich zur Haushaltsverteilung unter anderem an folgenden Auflagestellen:

- BaTu Restaurant, Finkensteiner Straße
- Bäckerei Frizz, Traunring
- Bäckerei Kotter, Rathausplatz
- Bäckerei Bachmaier, Traunpassage
- Blumengalerie, Marienstraße
- Buch + Spiel Grütter, Kantstraße
- Bürobedarf Sommerauer, Rathausplatz
- Café Arte, Kantstraße
- City Friseur, Traunapassage
- DASMAXIMUM, Fridtjof-Nansen-Str.
- Edeka Klück, Traunwalchener Str.
- Edeka Curraj, Altenmarkt
- Foto Gastager, Rathausplatz
- Mehrgenerationenhaus, Kantstraße
- Gasthaus Dorfwirt, St. Georgen
- Gasthaus Martini, Stein a. d. Traun
- Getränke Winkler, Gewerbegebiet
- Hotel Mozart, Kantstraße
- ig Metall, Kantstraße
- Instyle by Gerer, Rathausplatz
- k1, Munastraße
- Kaufland, Gewerbegebiet
- Mediamarkt, Waginger Straße
- Metzgerei Trinkberger, Stein a. d. Traun
- Opel Günther, Trostberger Straße
- Pur Vital, Adalbert-Stifter-Straße
- Rathaus Traunreut, Südtiroler Straße
- SmartphoneXpress, Traunreut
- Sparkasse Traunreut, Kantstraße
- Sparkasse Traunreut, Rathausplatz
- Stadtbücherei, Rathausplatz
- Steuerring Anna Bratzew, Kantstraße
- Tankstelle Wurm, Altenmarkt
- Tanzschule Heartbeat, Gewerbegebiet
- The Rock, Kantstraße
- Tierarztpraxen im Chiemgau, Kantstraße
- TuS Traunreut, Jahnstraße
- Traunpassage, Werner-von-Siemens Straße
- Weltladen, Werner-von-Siemens-Straße
- VHS, Marienstraße

### RATHAUS TRAUNREUT

**Rathausplatz 3**  
MO - FR 8.30 - 12 Uhr  
MO 14 - 16.30 Uhr | DO 14 - 18.00 Uhr

### STADTBÜCHEREI | Rathausplatz 14

DI/ MI 12.00 – 18.00 Uhr  
DO/ FR 10.00 – 18.00 Uhr  
SA 10.00 – 13.00 Uhr, MO geschlossen

### WERTSTOFFHOF TRAUNREUT

**Kolpingstr. 5**  
MO - FR 8 - 12 Uhr  
MO 13 - 15 Uhr | DI/ DO 13 - 16 Uhr  
FR 13 - 18 Uhr | SA 8 - 13 Uhr

### STÄDTISCHES HALLENBAD

**Adalbert-Stifter-Straße 17a**  
MO, MI-FR 16 - 21.30 Uhr,  
SA, SO 8 - 21.30 Uhr, DI geschlossen

### DASMAXIMUM KunstGegenwart

**Fridtjof-Nansen-Str. 16**  
April-Sept. SA, SO 12-18 Uhr  
Okt.-März SA, SO 11-16 Uhr  
Gruppen nach VB

### k1 | Munastraße 1

k1 | Ticketkasse: DI - FR 11 - 15 Uhr

### VHS | Marienstraße 20

MO bis DO 8 - 12 Uhr | 14 - 17 Uhr  
FR 8 - 12 Uhr

### TRAUNREUTER TAFEL

**J.-H.-Wichern-Straße/ Eingang Egerweg**  
MO/ MI/ FR 15 - 16 Uhr | außer Feiertage

### KLEIDERKAMMER

**Traunwalchner Str. 1**  
DO 8.30 – 11.30 Uhr

### KLEIDERKAMMER der kath. Pfarrei Traunreut | Rathausplatz 1b

10.10., 8.30 - 11 Uhr: Annahme  
31.10., 8.30 - 11 Uhr: Ausgabe

### TRAUNREUTER BRÜCKE

**kath. Pfarrei, Rathausplatz 1b**  
Tel. 08669 / 2270, Ansprechpartner: Pfarrbüro, Mo – Fr 8 - 11 und 15 - 17 Uhr

### TRAUNREUTER WELTLADEN

**Werner-von-Siemens-Straße 32**  
MO bis FR 10 - 13 Uhr  
DO - FR 15 - 18 Uhr | SA 10 - 12 Uhr

### SBK | Werner-von-Siemens-Str. 200

MO - DO 9 - 17 Uhr | FR 9 - 15 Uhr

### HYPOVEREINSBANK | Kantstraße 8

MO - FR 9 - 12 Uhr | 14 - 16 Uhr  
DO 14 - 17 Uhr

### KREISSPARKASSE | Kantstraße 18

MO - FR 8.30 - 12.30 Uhr  
MO/ DI/ DO/ FR 14 - 16.30 Uhr

### RAIFFEISENBANK

**Rathausplatz 5**  
MO - FR 8.30 - 12 Uhr + 14 - 17 Uhr  
Mittwoch Nachmittag geschlossen

### SPARDA-BANK

**Dr.-Joh.-Heidenhain-Str. 4**  
MO - FR 9.00 - 13 Uhr, MI geschlossen  
DI/ DO 14 - 18 Uhr

### VOLKSBANK | Rathausplatz 12

MO - FR 8.30 - 12.30 Uhr + 14 - 16.30 Uhr  
Mittwoch Nachmittag geschlossen

### APOTHEKEN NOTDIENST

**Sa 04.10. St. Georg-Apotheke, Permanederstr. 23, Traunstein**

**So 05.10. Alz-Apotheke, Herzog-Ludwig-Str. 7, Trostberg**

**Sa 11.10. Pauer`sche-Apotheke, Maxplatz 5, 83278 Traunstein**

**So 12.10. Marien-Apotheke, Tittmoninger Str. 1, Palling**

**Sa 18.10. Stern Apotheke, Martin-Niemöller-Str. 2a, Traunreut**

**So 19.10. Apotheke am Stadtpark, Bahnhofstr. 9a, Traunstein**

**Sa 25.10. Apotheke im Praxiszentrum, Wasserburger Str. 1, Traunstein**

**So 23.10. Löwen-Apotheke, Lehemeistr. 2, Traunreut**

**So 26.10. Sonnen-Apotheke, Bahnhofstr. 2, Altenmarkt**

### Apotheken-Notdienstfinder:

Festnetz: 0800 00 22 833  
Handy: 22833 | www.apotheken.de

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117**  
**Rettungsdienst 112**

**Giftnotruf München 089/ 19240**

**Klinikum Traunstein 0861/ 7050**

**Klinikum Trostberg 08621/ 87-0**

**Krisendienst Psychiatrie 0800-6553000**

**kostenfrei, tägl. 0 - 24 Uhr erreichbar**

Anzeigen, Redaktions- und Terminabgabeschluss für die  
November - Ausgabe ist der  
Erscheinungstermin

▶ 17. Oktober 2025  
▶ 3. November 2025





## Bewegen mit Freude

Spendenaktion – TuS Traunreut

ein neues Satteldach für die TuS-Halle und die Kadlec-Halle!

In den letzten Jahren hat die Dichtheit des Daches der TuS und Kadlec Halle massiv gelitten. Es kommt vermehrt zu Wassereintrüben. Es ist deshalb dringend erforderlich das Dach der TuS-Halle zu erneuern und das Dach der Kadlec-Halle zu sanieren.

Die Kosten belaufen sich auf insgesamt 892.500,- €. Von diesen Kosten bekommen wir 565.621,- € gefördert. Unser Eigenanteil beträgt rund 326.878,- €.

***Unterstützen Sie uns mit Ihrer Spende!***

***Wir sagen jetzt schon ein herzliches Vergelt's Gott im voraus!***

*Ihr TuS Traunreut – Der Sportverein im Herzen des Chiemgaus´ s*



QR-Code scannen  
und ONLINE spenden!

---

Oder ganz klassisch Spenden per Überweisung an die Kreissparkasse Traunstein-Trostberg

Verwendungszweck: Dachsanierung TuS-Halle

IBAN: DE97 7105 2050 0000 2747 04 BIC: BYLADEM1TST

WENN DIE  
KATASTROPHE KOMMT,  
SIND WIR BEREIT.  
KOMM, HILF MIT!



112

**Freiwillige Feuerwehr**  
Im Katastrophenfall unverzichtbar!

Unwetter und Großbrände kommen jahrein, jahraus. Rücksichtslos und zerstörerisch fallen sie über Städte und Dörfer her und hinterlassen eine Spur der Verwüstung. Um in solchen Situationen zu retten, was zu retten ist, sind wir präsent – ehrenamtlich, bayernweit und jederzeit. Helfen Sie mit, dass dies so bleibt und treten Sie Ihrer Freiwilligen Feuerwehr bei. Informationen hierzu erhalten Sie unter [www.ich-will-zur-feuerwehr.de](http://www.ich-will-zur-feuerwehr.de) oder bei Ihrer Gemeindeverwaltung.

[www.ich-will-zur-feuerwehr.de](http://www.ich-will-zur-feuerwehr.de)