

Die Methusalems im Fitnesscenter

Baden Für Hanspeter Ritz (96) und Jack Seiler (95) gibt es fürs Training keine Altersgrenze

VON ROMAN HUBER (TEXT)
UND ALEX SPICHALE (FOTOS)

Es herrscht emsiges Treiben an diesem Mittwochmorgen im Fitnesscenter Baden bei Armin Vock. Mehrere Senioren und Seniorinnen arbeiten an ihrer Fitness. Sie wissen es: Im Alter muss man erst recht seine Gelenke und Muskeln betätigen. Zwei Trainingsteilnehmer fallen besonders auf. Sie absolvieren zwar ihre Übungen wie alle andern, doch dürften sie einiges älter sein: Hanspeter Ritz (96) und Jack Seiler (95). Beide sind seit längerem Urgrossväter. Sie trifft man hier jeden Montag- und Mittwochmorgen. Seit gut 20 Jahren lassen sie kaum ein Training aus.

Beide waren von Beruf Elektroingenieure und standen noch in Diensten der Brown Boveri und Company (BBC), wenn auch nicht in derselben Abteilung. Sie treffen sich an der Bahnhofstrasse im ersten Stock jedoch nicht etwa, um in Erinnerungen zu schwelgen, sondern um zu trainieren. Nicht verbissen, auch wenn es manchmal etwas strenger geht, als man wahrhaben will, vielmehr mit Elan und einer nachahmenswerten Konsequenz.

Training vertreibt Kopfweh

«Wissen Sie, andere gehen jeden Morgen mit dem Hund spazieren. Ich gehe zweimal ins Fitness», sagt Hanspeter Ritz, der auch unter Schweiß seinen Humor nicht verliert. Das Training ist für ihn Lebenselixier: «Manchmal habe ich Kopfweh, wenn ich aufstehe. Doch wenn ich die ersten Übungen gemacht habe, verfliegt es, bevor ich es merke», sagt er. Er nimmt sein Frottiertuch vom Sitz der Beinpresse und geht weiter, denn jetzt kommt die Bauchmuskulatur dran. Die Übungen, die den Rücken stärken, seien für ihn besonders gut, bemerkt er. Und er erzählt von seiner früheren Tätigkeit im Verein Hobbygärtner Allmend-Münzlihausen. Heute ist er Ehrenmitglied dieser Gilde und meint schelmisch «aber nicht mehr aktiv», weil das Unkraut für ihn inzwischen sehr weit unten wachse.

Bei den Armübungen ist er etwas zurückhaltender, denn die «Schultern seien etwas kaputt», sagt Ritz und fügt an, dass bei einem älteren Chassis eben das eine oder andere nicht mehr so sei wie es mal war. Er selber war zuvor in der Männerriege des Stadtturnvereins, zuletzt in der Gymfit-Riege. Doch in seiner Altersklasse sei er zuletzt der Einzige gewesen. «Ich war nie ein grosser Sportler», erzählt Ritz von früher. Ein bisschen Schwimmen und Skifahren habe dazu gehört. Er arbeitete bei der BBC und hatte dort die Schaufelfabrik geführt. «Die Qualität der Turbinen stand bei mir im Vordergrund», erzählt er von seinem Job.

Kontakt mit Gleichgesinnten

Ritz schätzt den Kontakt, den er hier hat, wenn auch das Training im Vordergrund stehe. Er lebt zwar noch im eigenen Haushalt, sei aber froh, dass ihn eine Partnerin unterstütze, auch wenn er alles noch selber erledigen könne. Seine Ehefrau habe er vor über 20 Jahren verloren, erzählt er.

Jack Seiler wohnte früher in Oberrohrdorf, doch schon seit einiger Zeit lebt er zusammen mit seiner Frau im Altersheim



Hanspeter Ritz stärkt Arm- und Schultermuskulatur.



Jack Seiler hält seine Oberschenkelmuskulatur in Form.

in Fislisbach. Es würde zweifellos vielen Bewohnern im Altersheim besser gehen, wenn sie sich etwas sportlich betätigen würden, meint er beinahe etwas vorwurfsvoll. Manchmal stimme es ihn nachdenklich, wenn er sehe, wie einige Menschen dasitzen, als würden sie nur noch auf das Ende warten. Seine Frau sei leider nicht mehr so mobil, doch früher seien sie viel zu Fuss unterwegs gewesen und auch auf Reisen. Heute gehen sie täglich nach draussen, wobei seine Frau auf den Rollator angewiesen sei.

Er müsse dann rechtzeitig auf den Bus, weil um 11.30 Uhr Mittagessen sei, schickt er dem Gespräch voraus. Er absolviert die Übungen mit Elan, wenn auch er für den Sport früher nicht allzu viel übrig hatte. Der Beruf habe es so mitgebracht, sagt Seiler. Er war während mehrerer Jahrzehnte für die BBC als Elektroingenieur in Mittel- und Südamerika tätig. Im Fokus stand der Turbinenverkauf und somit der Aufbau von Kundenkontakten. Es sei eine fantastische Zeit gewesen, gerät Seiler ins Schwärmen. Vor allem in Mexiko, wo er den BBC-Standort aufbauen konnte und massgebend zur Elektrifizierung beigetragen habe. Auch seine Familie lebte damals

«Andere gehen am Morgen mit dem Hund spazieren. Ich gehe ins Fitness.»

Hanspeter Ritz aus Baden

mit ihm in Mexiko. Die Gasturbinen waren der Verkaufsschlager. So habe die BBC viel zum Aufbau der örtlichen Automobilindustrie beigetragen, erinnert sich Seiler.

Auch Jack Seiler hat erst nach der Pensionierung so richtig zum Sport gefunden. «Ich spielte früher Tennis», erzählt er, allerdings aus Freude und nie leistungsorientiert. Er schätzt das Training im Fitnesscenter. Heute absolviert er die Übungen selbstständig, zu Beginn sei er froh gewesen um die Fachbegleitung von Armin Vock.

Keiner denkt ans Aufhören

Etwas mehr als eine Stunde trainiert Seiler, und das zweimal die Woche. «Und danach fühle ich mich keineswegs wie erledigt», sagt er mit Genugtuung. Topfit, diesen Eindruck hinterlässt er auch, wenn man ihn an den Trainingsgeräten sieht. Einzig die Augen wollen nicht mehr so richtig, «Makula-Degeneration», fügt er

«Und danach fühle ich mich keineswegs wie erledigt.»

Jack Seiler aus Fislisbach

hinzu. Doch dafür gebe es heute eine grosse Palette an Hörbüchern, fährt Seiler im gleichen Atemzug fort, «von Jeremias Gotthelf bis zum modernen Krimi», er habe eben ein breites Interesse.

Inzwischen ist es kurz vor elf Uhr. Hanspeter Ritz und Jack Seiler haben ihr Pensum erfüllt. So unauffällig sie an diesem Morgen gekommen sind und ihre Übungen absolviert haben, gehen sie auch wieder von dannen, mit leicht feuchter Stirn und einem zufriedenen Lächeln im Gesicht. Da war an diesem Morgen nur der Journalist, der mit seinen Fragen ihnen etwas mehr Pausen ermöglichte. In ihren Antworten war ein wenig Stolz dabei, im Wissen, dass sie hier im Fitnesscenter zu den Methusalems gehören. Schaut man ihnen beim Training zu, so bleibt einem bei stiller Bewunderung nur der Wunsch, dass sie ihrem Hobby noch lange nachgehen dürfen. Ans Aufhören jedenfalls denken sie noch lange nicht.

MONTAGS-
PORTRÄT

NACHRICHTEN

WOHLENSCHWIL

Hochwasserschutzkonzept für den Laubisbach

Im Nachgang zu den Überschwemmungen vom Juni 2016 hat der Gemeinderat laut Mitteilung das Fachbüro Niederer+Pozzi Umwelt AG mit der Ausarbeitung des Hochwasserschutzkonzeptes Laubisbach mit Lösungsvarianten beauftragt. Dies wurde in Zusammenarbeit mit dem Departement Bau, Verkehr und Umwelt Aargau beschlossen. Im unteren Teil des Laubisbaches, beim Durchlass in Vorderdorf Büblikon, bestehe ein Kapazitätsproblem, und weiter oben im Seilstück, ein Erosionsproblem. Als beste Variante betreffend dem Hochwasserschutz entschied man sich für eine Retention (Rückhaltebecken) und bei der Erosions-

strecke im Steilstück für ein Raubettgerinne mit Bockrampen. Die Kosten werden durch den Bund mit 35 Prozent und die restlichen 65 Prozent zu 60 Prozent durch die Gemeinde und zu 40 Prozent durch den Kanton finanziert. (AZ)

FISLISBACH

Mit 84 km/h durch Tempo-50-Bereich gefahren

Die Regionalpolizei Rohrdorferberg-Fislisbach hat im März drei Geschwindigkeitskontrollen durchgeführt: an der Oberrohrdorfer-, der Badener- und an der Mellingerstrasse. Die Übertretungsquote lag bei den Kontrollen bei 19,96, 3,33 sowie bei 3,69 Prozent. Die höchste gemessene Geschwindigkeit betrug im 50-km/h-Bereich 84 km/h. (AZ)

BRIEFE AN DIE AZ

Wo nehmen wir die Batterien her?

az vom 19.4.: Die Stadt soll auf Elektrobusse setzen

Der Artikel nennt eine von der ABB entwickelte Ladetechnologie. Diese ermöglicht eine Nachladung der Bordbatterie mit 600 Kilowatt in nur 15 Sekunden. Ferner kann diese an den Endstationen und auch im Busdepot innerhalb vier bis fünf Minuten vollständig aufgeladen werden. Sicherlich, Ladestationen mit einem solchen Leistungsvolumen sind durchaus realisierbar! Die Leserschaft würde es jedoch ausserordentlich interessieren, wo wir heute denn eine solche

Batterie hernehmen? In Baschiffen vielleicht?

ALFRED WASSER, WÜRENLINGEN

Nein zur Kürzung des Schulpflege-Lohns

az vom 15.4.: Schulpflegepräsident tritt wieder an – trotz weniger Lohn Die Verkleinerung der Schulpflege von sieben auf fünf Mitglieder wurde vom Wettinger Gemeinderat und Schulpflege gebilligt und vom Einwohnerrat genehmigt. Die Volksabstimmung erfolgt am 21. Mai. Die Kürzungen der Entschädigung waren ebenfalls von Gemeinderat und Schulpflege gemeinsam besprochen und im Konsens festgelegt worden. Dementsprechend

lautete der Antrag des Gemeinderates an den Einwohnerrat. So weit, so gut. Der Antrag aber aus dem Rat, für das 30-Prozent-Pensum des Präsidenten die vorgeschlagene Entschädigung zusätzlich noch um ein ganzes Drittel zu kürzen und für die 15-Prozent-Pensen der vier Mitglieder zusätzlich noch um 20 Prozent, diese «Lösung» war weder mit den Betroffenen besprochen noch mit dem tatsächlichen Arbeitsumfang abgeglichen. Dennoch hat sie der Einwohnerrat angenommen. Ein solches Vorgehen zeugt nicht von sorgfältigem Stil in Demokratie und Umgang mit Menschen.

MARIE LOUISE REINERT, EVP-EINWOHNERRÄTIN, WETTINGEN