

Wo schon Max Schmeling Kraft tankte

Bis zum Beginn des Zweiten Weltkrieges galt Leba als Geheimtipp für Prominente. Heute ist das Ostseebad mit seinen breiten Stränden, klarer Luft und mächtigen Wanderdünen nicht nur bei polnischen Sommergästen beliebt

VON MICHAEL JUHRAN

Was tun, wenn man sich ausgebrannt und am Ende seiner Kräfte fühlt? Auch Max Schmeling stand vor dieser Frage, als er vor gut 85 Jahren, am 19. Juni 1936, nach zwölf kräftezehrenden Runden den erbitterten Boxkampf gegen den bislang unbezwungenen Amerikaner Joe Louis gewonnen hatte. Wenige Tage nach seiner Rückkehr aus den Vereinigten Staaten mit dem Luftschiff „Hindenburg“ wählte er Leba als den Ort, an dem er seinen Kopf wieder freimachen und seinen Körper nach den harten Faustschlägen seines Kontrahenten regenerieren wollte.

Schmeling und seine Frau Anny Ondra folgten damit einer Reihe von Prominenten, wie dem Tiefseetaucher Hans Hass oder dem Afrikaforscher Hans Domburg, die das Seebad für sich entdeckten. Die expressionistischen Maler Max Pechstein und Karl Schmidt-Rottluff fanden rund um Leba ihre Traumlandschaft, die sie in vielen Werken kraftvoll in Szene setzten. Auch Regisseur Gustav Gründgens brachte Leba in die Schlagzeilen, als er dort im Sommer 1938 einen Spielfilm nach Fontanes Roman „Effi Briest“ drehte.

Mit welcher Begeisterung der Ausnahmeboxer Max Schmeling 1936 begrüßt wurde, weiß Guide und Ahnenforscher Mariusz Baar zu berichten. „Hunderte Sportbegeisterte umschwärmten Max Schmeling am Strandbad, standen Schlange für ein Autogramm und applaudierten den Kampfschilderungen.“ Max und Anny wohnten damals im direkt an der Ostsee gelegenen Kurhaus, das sinnbildlich wie sein berühmter Gast bereits harte Kämpfe gegen Sturmfluten überstanden hatte. Als elegantes „Hotel Neptun“ thront es heute in neuem Glanz über dem feinsandigen, weißen Strand und begeistert jeden Fischgourmet mit delikaten Dorschgerichten. Max



Das Hotel, in dem Max Schmeling und seine Frau Anny 1936 wohnten, thront über dem feinsandigen Strand von Leba

FOTOS (2): MICHAEL JUHRAN

Schmeling kehrte mehrfach an diesen Ort zurück, an dem er unbeschwert einige seiner glücklichsten Tage mit seiner geliebten Frau Anny verbracht hatte. Ein handsigniertes Foto aus dem Jahr 1994 neben der Bar des Hotels erinnert an seinen letzten Besuch.

Wie der Boxer entfaltet auch die Natur rund um Leba zeitweise brachiale Kräfte. Nur wenige Kilometer entfernt breitet sich im Slowinski Nationalpark auf 500 Hektar eine riesige Dünenlandschaft aus. Im Herbst und Winter von stürmischen Westwinden getrieben, begraben die Wanderdünen unbarmherzig Wald- und Sumpfbereiche unter sich.

Während Pechstein und Schmidt-Rottluff aus künstlerischer Sicht das Licht, die Farben und die



Ein handsigniertes Foto des Ausnahmeboxers aus dem Jahr 1994 neben der Bar des Hotels erinnert an seinen letzten Besuch

Natur rund um Leba faszinierten, fand Schmeling als Hobbyjäger an der Heidelandschaft Gefallen. Als

der Boxer sich weigerte, der NSDAP beizutreten, sich von seiner slowakischen Frau und seinem jüdi-

schen Trainer zu trennen, fiel er bei den Nazis in Ungnade. Ruhe vom politischen und gesellschaftlichen Treiben in Berlin suchend, kaufte er 1937 nur 120 Kilometer von Leba entfernt ein Anwesen samt Wald, wo er ungestört seiner Passion nachgehen konnte. Sieben Jahre lang konnte er mit Anny die entspannte Abgeschiedenheit des Gutes in Ponickel (heute Ponikla) genießen, in dessen Ausbau das Paar einen Großteil der Ersparnisse aus der Boxerkarriere steckte. 1945 mussten beide ihr Anwesen verlassen, das in den Folgejahren verfiel. Vom Wohnhaus des Paares stehen heute lediglich kleine Überreste.

Auch in Stettin trifft man auf Spuren Max Schmelings. Wenige Monate nach seiner Geburt wurde der kleine Max in Stettin getauft und

verbrachte eine kurze Zeit bei den Großeltern väterlicherseits, bevor er mit Mutter Amanda nach Hamburg zog.

Als aufstrebender Profiboxer und später als Geschäftsmann kehrte er in den 1930er-Jahren oft nach Stettin zurück, wo er sich mit Bekannten, Geschäftspartnern und Freunden gern im Restaurant „Weinstube Wilhelm Ohlen“ am Paradeplatz 30 traf und 1938 Mitgesellschafter wurde. Das restaurierte Schloss der Pommerschen Herzöge und die Jakobskathedrale mit einem wunderbaren Rundblick vom Turm sind nur zwei der vielen Argumente, die alte Hansestadt als letzte Station auf der Schmeling-Spurensuche in Pommern zu besuchen. Zwölf Kilometer weiter ist man bereits wieder auf deutschem Boden.

INFO

Polens Ostseeküste

Anreise

Mit dem Flugzeug bis Danzig, von dort etwa zwei Stunden mit dem Mietwagen. Mit dem eigenen Pkw auf der E28 circa vier Stunden (305 Kilometer) ab deutscher Grenze über Stettin, Koszalin und Slupsk

Unterkunft

zum Beispiel in Leba im Neptun Hotel, ab 199 Euro pro Nacht für ein Zimmer, www.neptunhotel.pl/de

Slowinzischer Nationalpark

Kostenpflichtiger Eintritt von Mai bis September für 6 Złoty (14 Euro), <https://slowinski.pn.pl>; Vom Eingang des Parks fahren E-Mobile bis zu den Dünen.

Mehr Infos

www.szczecin.pl
www.polen.travel

Verzicht kein Muss: Herzranke sollten Reisen gut planen

Menschen mit Herzerkrankungen müssen nicht aufs Reisen verzichten. Aber sie sollten ihren Urlaub gut planen und Rücksprache mit dem behandelnden Arzt halten, sagt die Deutsche Herzstiftung.

Grundsätzlich empfiehlt die Stiftung, nicht zu verreisen, wenn die körperliche Leistungsfähigkeit stark eingeschränkt ist. Zudem sollten bestimmte Erkrankungen und Eingriffe am Herzen eine bestimmte Zeit zurückliegen. So sollte eine Aufdehnung der Herzkranzgefäße, das Einsetzen eines implantierbaren Defibrillators oder eines Herzschrittmachers zu Reisebeginn ein bis zwei Wochen zurückliegen und etwa doppelt so lange ein Herzin-

farkt oder eine Operation am Herzen.

Bei der Auswahl des richtigen Urlaubsziels sei es sinnvoll, eine Klimazone zu wählen, an die der Körper schon gewohnt sei. Sehr hohe Temperaturen könnten bei vorbelasteten Menschen andernfalls zum Beispiel zum Kreislaufkollaps führen, Aufenthalte in großen Höhen den Herzmuskel zu stark belasten sowie tropische oder arktische Klimata das Herz-Kreislauf-System. Optimale Reisezeiten seien daher etwa das Frühjahr oder der Herbst.

Am Urlaubsort angekommen sollten Herzpatienten sich zunächst eingewöhnen, Bergtouren oder ausgiebige Sonnenbäder meiden.

Leichte bis mittlere Belastungen seien hingegen in Ordnung – allerdings nicht in der Mittagshitze. Auch beim Schwimmen müsse Vorsicht walten: Beim plötzlichen Einstieg ins kalte Wasser oder dem Ausstieg drohten sonst Kreislaufprobleme. Patienten, die den Gerinnungshemmer Marcumar einnehmen, sollten ihre Gerinnung aufgrund der sich ändernden Essgewohnheiten im Urlaub häufiger prüfen.

Besser aufs Reisen verzichten sollten Menschen mit Brustenge oder Luftnot bei geringen Belastungen wie zum Beispiel Treppensteigen, wiederholtem Schwindel oder plötzlichen Bewusstlosigkeiten. *tmn*



Kälte und Hitze meiden: Herzranke sollten bei der Wahl ihres Urlaubsortes darauf achten, dass der Körper bereits an die Klimazone gewöhnt ist

FOTOS: CHRISTIN KLOSE/DPA-TMN

REISE DEUTSCHLAND

REISETIPP der Woche



Hotel-Restaurant **PANORAMA**

Inh.: Jessica Frankenbach e.K.
D-54550 Daun/Vulkaneifel
Rosenbergstraße 26

Tel. 0 65 92 - 93 40
www.hotelpanorama.de

facebook.com/Wellnesshotel.Panorama.Eifel
instagram/hotel_panorama_daun



Familiengeführtes Haus, moderne Zimmer, Bar mit Ginothek, 450 m² große Wellnessanlage mit Tecaldarium, Dampfbädern, finnischer Sauna, Erlebnisduischen; Hallen-

★★★★

Im Restaurant – zwischen Wiesen, Wald und Wolken – verwöhnen wir Sie mit einer regionalen Genießerküche.



Angebot für Sparfüchse (So.-Fr.): 5x Übernachtung/Frühstücksbuffet, 4x Halbpension (4-Gang-Menü), kostenlose Nutzung der Wellnessanlage im Rahmen der gesetzlich gültigen Vorgaben
ab 441,- € p.P./DZ Panorama
zzgl. Kurtaxe (1,- € p.P./Tag)



Flughafentransfer

und Clubreisen
bequem - zuverlässig - preiswert
Alle Flughäfen zu Festpreisen
Firma Monica Braun
Tel. 02 28 / 377 89 311

Global denken, regional handeln.
Jetzt Naturschutzprojekte fördern!

NatureLife-Spendenkonto:
IBAN: DE 22 6005 0101 0002 2090 29

NatureLife-International
Stiftung für Umwelt, Bildung und Nachhaltigkeit

www.naturelife-international.org


NATURELIFE-INTERNATIONAL

REISE EUROPA

Kostenfreies Storno möglich!

Sommerparadies im Tirols (1250 m)

Romantische ***Pension,
Nähe Badese, Atrium, Kabel-TV,
Sauna, Balkon

Krösbacher Hof KG, Claudia Lübberts

Brochweg 12 · 6100 Mösern bei Seefeld
Tel. 0043-650-4753001 · www.kroesbacherhof.at



1 Woche ÜF
230 € p.P.

Paris, Mont Parnasse, kl. gemütliche Wohnung, max. 2 Pers., für kurze Aufenthalte zu vermieten. ☎ 0228/462366

Für ein besseres Leben. Für Mensch und Tier.
www.provieth.de | 0431. 248 28-0