

Auf dem Trail ist René Bonn der Schnellste

185 Kilometer in 24 Stunden: Biolandwirt aus Kasdorf ist Deutscher Meister

Von unserem Mitarbeiter Winfried Ott

■ **Kasdorf.** René Bonn ist ausgesprochen vielseitig. Er verdient seinen Lebensunterhalt als Landwirt, engagiert sich im Umweltschutz und ist zudem ein Ausdauersportler, der extreme Herausforderungen liebt. Nun darf seine Heimatgemeinde Kasdorf stolz auf „ihren“ Deutschen Meister sein: René Bonn gewann kürzlich den 24-Stunden-Traillauf im sauerländischen Arnsberg und damit den DM-Titel.

Rund 300 Teilnehmer hatten sich auf den 4,1-Kilometer-Rundkurs mit je 130 zu überwindenden Höhenmetern begeben, den der Kasdorfer Extremsportler 45-mal zurücklegte und somit insgesamt 185 Kilometer lief. Im September hatte er gegen sehr starke Konkurrenz an den Deutschen Meisterschaften im Ultratrail teilgenommen und mit über 65 Kilometer mit 2600 Höhenmetern einen achten Platz belegt.

René Bonn erblickte im Mai 1991 im Nastätter Krankenhaus das Licht der Welt und wuchs auf dem elterlichen Bauernhof in Kasdorf auf. Er besuchte die Realschule in Nastätten und machte sein Abitur am Gymnasium St. Goarshausen. Nach einem Freiwilligen ökologischen Jahr studierte er Bioenergie in Rottenburg am Neckar. Hier nutzte der Bachelor of



Die vom Ausdauersport begeisterten „Kettenhunde“ haben René Bonn diese Erinnerung an das Transcontinental-Radrennen geschenkt, das der Kasdorfer Landwirt 2018 absolvierte. Die 3792 Kilometer führten ihn in zehn Tagen von Belgien nach Griechenland durch 16 Länder.

Foto: Winfried Ott

Science und Bioenergieingenieur die Nähe zur Läuferhochburg Tübingen, um seine Ausdauer zu trainieren und sich läuferisch weiterzubilden.

Erst im September hatte der vielseitige René Bonn im Dorfgemein-

schaftshaus seiner Heimatgemeinde in einer gut besuchten Vortragsveranstaltung des Heimatpflegevereins Blaues Ländchen und seines Fachausschusses Natur, Umwelt, Nachhaltigkeit über „Ökologische Landwirtschaft als praktischer Insektenschutz“ gesprochen. Dabei hatte er seine Zuhörer mit dem Bekenntnis überrascht, er sei während seiner Schulzeit immer schwach im Sportunterricht gewesen. Inzwischen aber habe er seine Begabung für Ausdauersportarten entdeckt, mit dem Laufen begonnen und mit 18 Jahren seinen ersten Marathon absolviert. Der „steilste 100-km-Lauf der Welt“ brachte ihn nach 34 Stunden ans Ziel. Dabei erlebte er nach eigenem Bekunden eine „emotionale Achterbahnfahrt“.

2013 fuhr René Bonn mit dem Rad nach Schweden zu einem Auslandssemester und kehrte im Winter über Norwegen zurück. Bei Temperaturen um minus 25 Grad war dies auch für einen Extremsportler kein einfaches Unterfangen. Wegen einer Knieverletzung durfte der Kasdorfer zwei Jahre lang keinen Sport treiben. Dann riet ihm ein Arzt zum Radfahren. Dieses vermittelte dem jungen Mann ein Gefühl von Unabhängigkeit und Freiheit. Er fuhr oft mehrere Hundert Kilometer täglich und bekannte: „Ich mag lange

Strecken. Das hat etwas Meditatives“, sagt er. Im Juli 2018 startete er beim Transcontinental-Radrennen, das ihn in mehr als zehn Tagen durch 16 Länder führte. Über 3792 Kilometer und steile Bergketten mit 4200 Höhenmetern ging es von Belgien nach Griechenland. Der junge Kasdorfer wurde Fünfter unter den 249 Teilnehmern.

Ausgerechnet in diesen turbulenten Tagen übernahm René Bonn den elterlichen Hof. Den landwirtschaftlichen Familienbetrieb hatten Dietmar und Inge Bonn schon 1986 auf biologisch-dynamischen Anbau umgestellt. Beide sind inzwischen Rentner, arbeiten aber noch tüchtig im Familienbetrieb mit. Der Biohof mit 60 Rindern hat sich auf Mutterkuhhaltung verlegt, schlachtet selbst und hält einen eigenen Zuchtbull. Es gibt eine eigene Backstube, und im von Mutter Inge bewirtschafteten großen Hofladen „Kikeriki“ findet man auch Milchprodukte, viele Getrei-

desorten, Naturkost, Wein, Tee und Öle.

Der Betrieb baut auf 65 Hektar Land auch Leinen, Linsen, Buchweizen und alte Getreidearten wie Emmer für Hofladen und Backstube an. Tag und Nacht geöffnet ist ein Selbstbedienungsstand mit Kartoffeln direkt an der Ortsdurchfahrt. Mit Stolz versichert der junge Landwirt, dort habe bisher noch nie Geld in der für jedermann zugänglichen Kasse gefehlt.

Fuhr René Bonn früher wöchentlich zwischen 500 und 1000 Kilometer mit einem seiner Fahrräder, so hat er dies aus zeitlichen Gründen inzwischen eingestellt und trainiert wöchentlich rund zehn Stunden Laufen. Schließlich hat er für das neue Jahr drei ehrgeizige Ziele: Im März startet ein Marathon in Kandel zur Vorbereitung auf Wibolt, einen 320-Kilometer-Lauf von Wiesbaden nach Bonn über den gesamten Rheinstein. Hauptziel aber soll „Tor des Geants“ in Oberitalien werden. Dort ist eine Laufstrecke über 350 Kilometer mit extrem vielen Höhenmetern zu absolvieren. Blicke noch zu erwähnen, dass der sportbegeisterte Landwirt Mitglied der „Kettenhunde“ ist, einem Verein für Radsport und Triathlon. Bei den Wettbewerben startet er allerdings für die Vereinigung von Läufern und Gehern (VLG) Eisenbach.

Das ist Trailrunning

Trailrunning ist Laufen auf Pfaden und unbefestigten oder wenig befestigten Wegen durch die Natur. Das Gelände reicht vom Wald über den Trampelpfad am Flussufer bis zu Pfaden im Hochgebirge. Quelle: Runners' World

Auch Nastätter nicht närrisch

NCC und Romo-Team sagen alle Termine ab

■ **Nastätten.** Wie geht es weiter mit den Planungen für die Fastnacht 2021/22? Mit der Beantwortung dieser Frage ließen sich der Vorstand des Nastätter Carneval Clubs (NCC) und der Romo-Organisation Zeit, doch am Ende war es auch hier unvermeidlich: Alle geplanten Veranstaltungen und der Rosenmontagszug sind abgesagt. Die NCC-Vorsitzende Pauline Sauerwein: „Wir mussten das jetzt entscheiden, denn sonst wäre es für die Planungen des Rosenmontagszuges sowieso zu spät gewesen.“ Man war schon längere Zeit im Austausch mit anderen Karnevalsvereinen und hatte in den vergangenen Wochen besorgt die Entwicklung durch die Corona-Regeln und die Virusmutante Omikron beobachtet. Es mischten sich immer stärker skeptische Töne in die Gespräche, auch mit dem Nastätter Romo-Organisationsteam. Rundum sagten Karnevalsvereine ihre närrischen Veranstaltungen ab – inklusive Rosenmontagszüge. Nun hat es auch den NCC getroffen. Allerdings bleibt den Nastätter Narren noch die Hoffnung auf ein paar bunte Tage: Im Sommer will man das schon einmal verschobene Jubiläum „4 x 11 Jahre NCC“ nun endlich nachfeiern. to

Konzert bringt 300 Euro ein

■ **Nievern.** Das Konzert der Sopranistinnen Irina Kotykova und Juliane Heyn-Lepke unter Begleitung von Pater Alban Rüttenauer an der Orgel hat in der Pfarrkirche St. Katharina in Nievern 300 Euro als Spende für Flutopfer im Ahrlt erbracht. Dies teilt Ortsbürgermeister Lutz Zaun mit. Das Geld wurde über das Spendenkonto der Verbandsgemeinde Bad Ems-Nassau der Verbandsgemeinde Adenau überwiesen. „Ich danke den Mitwirkenden und allen Spendern sowie dem Organisator der Veranstaltung, Gerd Gilles, für ihr Engagement zugunsten der Flutopfer an der Ahr“, so der Ortsbürgermeister abschließend.

Terminkalender ist gut gefüllt

Gewerbeverein plant

■ **Nastätten.** Der Handel in Nastätten wird seinen „Schnäppchenmarkt“ in der Zeit von Samstag, 8. Januar, bis Samstag, 15. Januar, ausrichten. Der Vorstand des Gewerbevereins Nastätten und Umgebung nannte aber auch die weiteren Termine im neuen Jahr: Die Automobil- und Zweiradschau soll am Wochenende 26./27. März stattfinden, die Gewerbe- und Handwerker Ausstellung (GeHa) am Wochenende 2. und 3. April.

Der „Nachtbummel“ wurde auf Samstag, 11. Juni, terminiert, und den „Kindertag“ hat man für Samstag, 16. Juli, vorgesehen. Weitere wichtige Termine sind am Sonntag, 25. September, der Blaufärbermarkt, vom 20. bis 24. Oktober der Nastätter Oktobermarkt und am Wochenende 26./27. November die Weihnachtsstraße – immer unter der Voraussetzung, dass höhere Gewalt nicht wieder einen Strich durch die Rechnung macht.

Die in 2021 ausgefallene Weihnachtsstraße ist nicht ohne finanzielle Folgen für den ausrichtenden Gewerbeverein geblieben. Immerhin sind durch die Absage direkte Unkosten von überschlägig 850 Euro entstanden, weil der Verein Standbetreibern ohne eigenes Ladengeschäft die Kosten für die Werbung erstattete. Der Vorstand verhandelte über eine Aufgabenteilung unter seinen Mitgliedern, von denen einige erst kürzlich gewählt wurden. Die Auswertung der Weihnachtsverlosung erfolgt am Dienstag, 11. Januar, in der Volksbank. tt

ANZEIGE

Ihre RZ – immer ein guter Grund zum Reinschauen.

UNSERE RZ-GEWINNSPIELE!

Ob Konzerte, Reisen, Geld oder attraktive Sachpreise - bei der Rhein-Zeitung und ihren Heimatausgaben ist die Glücksfee regelmäßig bei der Arbeit und macht jährlich Hunderte von Abonnenten noch ein bisschen glücklicher.

Ihr Begleiter durch den Tag.

Rhein-Zeitung und ihre Heimatausgaben

Postbank hat ihre Präsenz in Nassau aufgegeben

Auch Filiale in Bad Ems schließt im Laufe des Jahres – Postdienste bestehen weiter

■ **Nassau/Bad Ems.** Für Kunden der Postbank wird es immer schwieriger, vor Ort persönliche Ansprechpartner zu finden. In Nassau hat das Unternehmen jetzt seine Präsenz beendet. Bislang wurden Dienstleistungen der Postbank in der Partnerfiliale der Post in der Schlossstraße angeboten. Dort wurden nach Mitteilung des Unternehmens die Finanzdienstleistungen am 1. Dezember 2021 aus dem Sortiment genommen.

Nach Auskunft der Pressestelle der Postbank war es im konkreten Fall nicht mehr wirtschaftlich, die Finanzdienstleistungen vor Ort anzubieten. „Die unter anderem durch die Digitalisierung ausgelöste Veränderung im Verhalten unserer Kundinnen und Kunden führt dazu, dass Postbank und Deutsche Post regelmäßig ihr Filialnetz in Bezug auf Kundenverkehr, Produktnutzung und auch Kosten überprüfen“, teilt die Pressestelle mit.

Diese Prüfung führe in einigen Fällen zum Ergebnis, dass in einer Filiale Bankdienstleistungen nicht mehr wirtschaftlich angeboten werden könnten. „Wo dies der Fall ist, verständigen sich die Postbank

und die Deutsche Post, diese Services aus der Partnerfiliale herauszunehmen. Dies war auch bei der Partnerfiliale in Nassau der Fall“, heißt es. „Die Postdienstleistungen hingegen werden auch weiterhin an gleicher Stelle angeboten“, betont die Pressestelle.

Völlig überraschend soll der Schritt für die Kunden nicht gekommen sein. Über das Ende des Angebots habe man im Vorfeld informiert. „Dies geschah mehrere Wochen zuvor mittels Handzetteln in der Filiale selbst“, teilt die Postbank mit. Wo man weiterhin eine Postbank-Filiale findet, oder wo man als Kunde kostenlos Bargeld bekommt, verrät laut Pressestelle die Internetseite des Unternehmens anhand einer interaktiven Karte. Die nächstgelegene Filiale ist vorerst die Postbank in der Bad Emser Römerstraße, die auch über einen eigenen Automaten verfügt.

Dieser Standort ist jedoch auf Dauer keine Alternative, weil er spätestens Ende des Jahres geschlossen wird. „Einen konkreten Schließungstermin gibt es aktuell noch nicht“, teilt die Pressestelle der Postbank mit. Die Gründe für

das Aus der Bad Emser Niederlassung seien aber dieselben wie in Nassau. Abgesehen von Bad Ems verweist die Postbank auf die Postfiliale in Nastätten, die Postbank in Montabaur sowie zwei Standorte der Post in Lahnstein hin.

An allen Standorten seien die Dienstleistungen der Postbank verfügbar, mit Ausnahme der Postfiliale am Lahnsteiner Rasenplatz verfügte sie zudem über eigene Geldautomaten. Davon abgesehen sei Bargeld ortsnah auch in Supermärkten an der Kasse erhältlich. Konkret für Nassau und Umgebung nennt die Postbank-Pressestelle die Nassauer Märkte von Aldi, Netto und Rewe sowie den Norma-Markt in Singhofen.

Weitere Dienstleistungen sind laut Postbank auch ohne Präsenz vor Ort nutzbar. Die Pressestelle des Unternehmens verweist dabei auf das Online-Banking und das Telefon-Banking der Postbank. Den Finanzstatus mit allen Kontobuchungen könne man sich zudem nach Hause schicken lassen. Eine Überweisung könnten Kunden zudem belegen per Post einreichen. Per Postbank-App auf dem Smartphone



Das Postbank-Logo ist verschwunden, doch Posthorn und DHL machen deutlich, dass es weiter Postdienstleistungen gibt.

Foto: Rosenkranz

seien Bankgeschäfte ebenfalls kompliziert vorzunehmen.

Unterdessen hat die Pressestelle deutlich gemacht, dass auch das, was gemeinhin als Postfiliale bezeichnet wird, heutzutage im Regelfall nicht mehr von der Deutschen Post selbst betrieben werde. Bundesweit gebe es nur noch wenige eigene Filialen an prominenten Standorten wie zum Beispiel im Regierungsviertel in Berlin oder in der Bonner Konzernzentrale. „Alle

anderen Filialen werden von Kooperationspartnern der Deutschen Post betrieben“, heißt es. Die Postbank sei der größte Partner der Deutschen Post und biete in ihren rund 700 Filialen auch die Leistungen der Deutschen Post an. Umgekehrt biete die Postbank in rund 2000 Partnerfilialen der Deutschen Post (in der Regel Einzelhandels-geschäfte mit Postdienstleistungen) einfache Finanzdienstleistungen an.