

IM BLITZLICHT



„Wir haben den gleichen Humor, wir lachen uns echt oft kaputt über verschiedene Sachen.“

Simone Ballack, 47, ist glücklich mit ihrem neuen Freund. Aber: Beide sind noch verheiratet – er wird zudem bald Vater

HOBBY

Zwei Millionen Dollar für eine Sammelkarte

Post Malone, 28, US-Musiker, hat für eine seltene Spielkarte mehr als zwei Millionen Dollar (1,8 Millionen Euro) ausgegeben. Ein Mann aus Kanada habe die „One Ring“ genannte Sammelkarte aus dem Spiel „Magic: The Gathering“ entdeckt, berichteten Medien. Über eine Agentur habe er sie Post Malone angeboten, der sich schon häufiger als Fan und Sammler der Spielkarten gezeigt habe. Malone habe sich die Karte in Toronto angesehen und spontan für mehr als zwei Millionen Dollar gekauft, wie ein Video zeigt, das der Verkäufer in den sozialen Medien veröffentlichte. Der exakte Preis wurde nicht mitgeteilt. (dpa)



KLAGE

Vorwürfe gegen sie sind „abscheulich“

Lizzo, 35, US-Sängerin, wehrt sich gegen die Vorwürfe von drei ihrer früheren Tänzerinnen, die unter anderem wegen sexueller Belästigung und Diskriminierung Klage gegen sie eingereicht haben. „Diese Vorwürfe sind so unglaublich, wie sie klingen, und zu abscheulich, als dass ich sie ignorieren könnte“, schrieb sie auf Instagram. „Ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn man ständig wegen seines Körpers kritisiert wird. Ich würde nie jemanden wegen seines Gewichts kritisieren oder entlassen“, betonte sie. Lizzo tritt auf der Bühne für das Recht von Frauen ein, nicht für ihr Aussehen kritisiert zu werden. (AFP)

RENOVIEREN

Erstmal war er für die Brotzeit zuständig

Hans Well, 70, früheres Mitglied der Biermösl Blosn, hat nicht nur musikalisch und kabarettistisch einiges drauf. Er versteht sich auch auf das Renovieren und Sanieren alter Häuser. Wie er das gelernt hat? „Zuerst einmal durch Zuschauen bei den richtigen Handwerkern. Dann muss man sich konsequent informieren, was an biologischen und ökologischen Baumaterialien neu dazu kommt“, sagte er. Angefangen habe er aber auch damit, die Brotzeit für alle zu holen. Und: „Knechtarbeiten wie Ausgraben und Schaufeln kann jeder Anfänger.“ In diesem Jahr hat Well die Bayerische Denkmalschutzmedaille erhalten. (KNA)



GESUNDHEIT

Ihre neue Brust trägt den Namen Derek



Sarah „Fergie“ Ferguson, 63, Ex-Frau des britischen Prinzen Andrew, hat nach ihrer Krebs-Operation ihrer neuen linken Brust einen Namen gegeben. „Ich bin gerade dabei, mich mit meinem neuen besten Freund zu meiner Linken zu arrangieren, er heißt Derek“, sagte sie in ihrem Podcast. „Er ist sehr wichtig, weil er mir das Leben gerettet hat.“ Sie fühle sich nach ihrer Operation schon viel besser. Der Brustkrebs war bei einer Routine-Untersuchung festgestellt worden. (dpa)

SACHEN GIBT'S

Mit der Wodka-Flasche in der Hand am Steuer

Betrunkene I: Eine Trunkenheitsfahrt vom Supermarkt nach Hause hat eine Frau im bayerischen Landkreis Ebersberg ihren Führerschein gekostet. Laut Polizei war die 37-Jährige in Grafing bei München aufgefallen. Zeugen hatten die Frau beobachtet, wie sie den Supermarkt torkelnd mit einer Flasche Wodka in der Hand verließ und mit ihrem Auto davonfuhr. Die verständigten Polizisten griffen die Frau an ihrem einen halben Kilometer entfernten Zuhause auf. Ein Atem-Alkoholtest ergab einen Wert von drei Promille. Die Polizei stellte den Führerschein noch vor Ort sicher. (dpa)

Lastwagenfahrer schläft auf der Fahrbahn ein

Betrunkene II: Ein betrunkenen Lastwagenfahrer ist in Schwaben in seinem Fahrzeug schlafend auf der Fahrbahn entdeckt worden. Der 35-Jährige war bei Friedberg (Landkreis Aichach-Friedberg) durch seine Fahrweise in Schlangenlinien aufgefallen, teilte die Polizei mit. Die Beamten stellten seinen Führerschein noch vor Ort sicher, ein Atem-Alkoholtest ergab einen Wert von 3,4 Promille. Danach folgte eine Blutentnahme. Gegen den Mann wurde ein Strafverfahren wegen Trunkenheit im Verkehr und Vollrausch eingeleitet. Der Lastwagen wurde abgeschleppt. (dpa)

Der erste Viertausender muss noch auf sie warten

- Sängerin Stefanie Heinzmann liebt das Wandern
- Aktuell ist die Schweizerin auf Open-Air-Tournee



Sängerin Stefanie Heinzmann ist seit 15 Jahren im Musikgeschäft. BILD: MAXIMILIAN KÖNIG

Frau Heinzmann, manche Leute gehen im Sommer in die Ferien, andere auf Open-Air-Tournee. Was ziehen Sie vor?

Als Kind war es für mich das Größte, sechs Wochen nicht in die Schule gehen zu müssen, einfach kein Programm zu haben, aber heute freue ich mich fast noch mehr, dass mein Terminkalender voll ist. Vor allem nach meiner halbjährigen Auszeit freue ich mich enorm, wieder mit meiner Band unterwegs sein und Musik machen zu können.

Wo haben Sie in Ihrer Kindheit die Sommerferien verbracht?

Da meine Eltern ein Restaurant besaßen, das 365 Tage im Jahr geöffnet hatte, reisten wir nie ins Ausland, sondern verbrachten immer einen Monat auf einer Almhütte, wo wir das Draußensein, die Natur, und das Chillen genossen haben. Mein Vater übertrug den Angestellten einen Teil der Verantwortung, machte früher Feierabend und fuhr zu uns hoch.

Sie mussten Ihre „Labyrinth“-Tournee wegen Corona zweimal verschieben. Bereuen Sie, dass Sie offen gesagt haben, dass der Vorverkauf schlecht lief?

Nein, überhaupt nicht. Natürlich suchten manche Medien die fette Schlagzeile und stellten es hin, als wäre ich in einer Krise. Dabei müssen die Leute auch sonst haushälterisch mit ihrem Geld umgehen und sind nur noch bei Topstars bereit, sich weit im Voraus festzulegen. Aus diesem Grund wäre das Risiko zu groß gewesen, dass wir am Schluss drauflegen müssen.

Sie scheinen das Leben als Labyrinth zu betrachten. Wie finden Sie sich mit Ihren 34 Jahren darin zurecht?

Hey, ich glaube, jeden Tag besser. (lacht) Ich versuche mein Leben spielerisch zu leben, mit Leichtigkeit. Neugierig zu bleiben, welche Abzweigung als Nächstes kommt. Trotzdem versuche ich, meine Ziele zu definieren, aber im Wissen, dass es manchmal Umwege sind, die einen dorthin führen. Ich bin aber auch offen, falls die Entwicklung in eine andere Richtung geht.

Wie verhält es sich mit Ihrem geografischen Orientierungssinn?

Das kommt drauf an! (lacht) Er ist grundsätzlich nicht wahnsinnig ausgeprägt, hat sich durch das viele Reisen aber verbessert. Wenn ich allein unterwegs und fokussiert bin, klappt es, aber sobald ich mit jemandem unterwegs bin, laufe ich der Person einfach hinterher und wäre ohne sie völlig verloren.

Haben Sie sich bei Ihrer neuen Leidenschaft, dem Wandern, mal verirrt oder sind die Schweizer Wegweiser zu gut?

Ich würde sagen, die sind so super, dass man nicht viel falsch machen kann. Wobei ich mich trotzdem schon verlaufen habe. Als ich von der Belalp aufs Sparrhorn stieg, musste mich ein GPS

Zur Person

Die Schweizerin **Stefanie Heinzmann** (34) gewann 2008 – damals besuchte sie noch die Handelsschule für Sportler und Künstler am Kollegium Brig und war Sängerin der Mundart-Rockband BigFisch – mit dem Titel „My Man Is A Mean Man“ eine von Stefan Raab initiierte Castingshow. Ihr Preis war ein Plattenvertrag.

Seither hat die Soul-Sängerin aus dem Kanton Wallis, zu deren Vorbildern Joss Stone gehört, sechs Alben veröffentlicht und war in TV-Formaten wie „The Voice Of Switzerland“ und „Sing meinen Song“ zu sehen. Sie wurde mit Preisen wie dem Echo und dem Comet ausgezeichnet. Derzeit ist sie mit ihrem 2021 veröffentlichten Album „Labyrinth“ auf Open-Air-Tour. Am 18. August tritt sie in Uster (Kanton Zürich) auf, am 26. August in Basel. (sk)



Links: Gleich zu Beginn ihrer Musikkarriere bekam Stefanie Heinzmann viele Preise, so wie 2009 den Comet. **Rechts:** 2020 nahm sie im Dalmatiner-Kostüm an der Show „The Masked Singer“ teil. BILDER: DPA



zurück auf den richtigen Weg lotsen. Ich war ziemlich überrascht, wie weit ich von ihm abgekommen war. (lacht)

Haben Sie denn schon Ihren ersten Viertausender bestiegen?

Nein, noch nicht. Ich wollte das unbedingt, aber ich war zu sehr mit mir selbst beschäftigt. Zudem hat der Großvater eines Freundes erst mit 60 Jahren angefangen und alle Schweizer Viertausender bestiegen. Darum denke ich immer: „Das Schöne an den Bergen ist, sie laufen einem nicht davon!“ (lacht)

Sie sagten vor 15 Jahren, dass Sie eher schüchtern wären – außer auf der Bühne. Da würden Sie nicht denken, sondern nur noch singen. Wie ist es heute?

Ich habe für mich entdeckt, dass ich in-

trovertierte Phasen habe, in denen ich Zeit für mich allein und meine Ruhe brauche, und andere, wo ich gerne Menschen um mich habe.

Alle schwärmen von Ihrem Gesang. Wie gut gefällt er Ihnen selbst?

Ich hatte sehr lange Mühe mit meiner Stimme, fand sie nicht sehr schön. Inzwischen bin ich jedoch einfach dankbar für dieses Riesengeschenk.

FRAGEN: REINHOLD HÖNLE

Das lesen Sie zusätzlich online



Erfolgreicher Schweiz-Export – was DJ BoBo mit Bodensee und Schwarzwald verbindet: www.sk.de/11427217



Lena Ramsteiner in der Doku „Pumping Beauty“. BILD: BENJAMIN KAHLMEYER/MDR/DPA

Bodybuilderin aus der Ortenau auf Erfolgskurs

Lena Ramsteiner aus Offenburg hat es mit der Präsentation ihrer Muskeln in wenigen Jahren unter die Besten der Welt geschafft

VON INGA JAHN, DPA

Was Lena Ramsteiner macht, geht über ihre körperlichen Grenzen hinaus. Sie nimmt zu und wieder ab. Sie stemmt Gewichte, hungert. Und das zahlt sich aus, denn die Baden-Württemberglerin ist eine der erfolgreichsten Bodybuilderinnen Deutschlands.

2019 – ihr erstes Wettkampfsjahr – wurde sie unter anderem Deutsche Meisterin. Im Jahr darauf gewann die 28 Jahre alte Schwarzwälderin die Europameisterschaft und qualifizierte

sich dann für den Wettkampf „für die Besten der Besten“: Mr. Olympia. Auf dem Weg dorthin begleitete sie der Mitteldeutsche Rundfunk. Die Doku-Reihe „Pumping Beauty“ ist ab dem 8. August in der ARD-Mediathek abrufbar.

„Langfristiges Ziel ist es, bei Mr. Olympia vorne mitzuspielen“, sagt Ramsteiner im Interview. Im vergangenen Jahr sei sie bei dem Wettbewerb in der Rangliste jedoch weit hinten gewesen. In ihrer Klasse – der Figure-Klasse – seien noch zwei Deutsche angetreten. In der Wellness-Klasse, in der der Fokus auf den Beinen liegt, habe eine Deutsche auf der Bühne gestanden.

„Ich würde behaupten, ab einem gewissen Niveau ist der Sport nicht gesund“, sagt Ramsteiner. Der geringe Fettanteil, der auf der Bühne erwünscht ist, sei nichts mehr, was der Körper natürlich möchte. Vor den Wettkämpfen müsse sie deshalb über ihre Grenzen hinausgehen. Dennoch sei ihr Gesundheit wichtig: „In den Erholungsphasen schaue ich dann, dass alles wieder in geregelten Bahnen verläuft, dass ich beispielsweise meine Periode schnellstmöglich wieder zurückbekomme.“

Früher sei sie sehr schlank gewesen, erzählt die Offenburgerin. „Ich wollte gerne etwas kurvier sein. Das habe ich dann geschafft, als ich vor sieben Jahren mit dem Sport angefangen habe.“ Zunächst ohne Ambitionen, auf die Bühne zu gehen. „Mir hat es Spaß gemacht, dass ich mich messen und weiterentwickeln kann. Und optisch habe ich die Veränderung stark erkannt.“ Ende 2018 entschied sie sich doch für die Bühne: „Ich habe mir die Frage gestellt, ob ich das auch kann und wie viel ich aus

meinem Körper rausholen kann.“ Fünf Jahre nach ihrem ersten Wettkampf ist Ramsteiner Profi-Athletin, geht fünf Mal wöchentlich ins Fitnessstudio. Von ihrem Sport könne sie nicht leben, deshalb ist sie als Influencerin unterwegs, gibt Online-Coachings für Menschen, die Fett ab- und Muskeln aufbauen wollen, und arbeitet zudem in Teilzeit als Digital Marketing Managerin.

In den nächsten Wochen nimmt Ramsteiner an drei Wettkämpfen teil, auch in den USA. Damit will sie sich wieder für Mr. Olympia qualifizieren. Und: „Mein Gedanke dabei, in Amerika zu starten, ist, dass ich mir hier einen gewissen Namen machen kann.“ Aber was ist denn nun ihr Geheimrezept für den Erfolg? Ramsteiner schmunzelt. „Meine Trainerin sagt, dass ich eine besondere Ausstrahlung habe.“