■ **SANKT AUGUSTIN.** „Wer wagt es, Rittersmann oder Knapp, zu tauchen in diesen Schlund?", heißt es schon bei Schiller. So dramatisch wie im Gedicht geht es in Sankt Augustin sicher nicht zu. Aber möglichst lange die Luft anzuhalten, ist eines der Ziele beim Apnoetauchen. Apnoetraining zum Streckentauchen muss nicht langweilig sein. Streckentauchen im Schwimmbad attraktiv zu gestalten, ist keine einfache Sache. Die Tauchsportgemeinschaft Sankt Augustin bringt mit Hilfsmitteln Abwechslung in den Trainingsalltag. Apnoe-Tauchlehrer **Frank Bucher** bildet seit 2010 in den Bereichen Statik, Tiefe und Strecke aus. Speziell bei der Strecke sind die Bedingungen in einem Schwimmbad ideal. Aber für die Teilnehmer oft langweilig. Warum nicht mal etwas anders machen und Kreativität mit reinbringen? Gesagt, getan: Mit 20 Saugnäpfen und 15 motivierten Teilnehmern geht es regelmäßig ins Schwimmbadtraining – welches den ein oder anderen auch mal eben in knapp drei Metern Tiefe seinen persönlichen Grenzen näher bringt. *hjw*

Unter Wasser: Die Mitglieder der Tauchsportgemeinschaft Sankt Augustin trainieren das Apnoe-Tauchen. FOTO: TAUCHSPORTGEMEINSCHAFT

von rund 2600 bundesweit engagierten ehrenamtlichen Versichertenberatern der Deutschen Rentenversicherung. Im Rathaus finden seine Sprechstunden für Sankt Augustiner Einwohner immer montags von 15 bis 18 Uhr im Zimmer 111, statt. Er ist telefo-

chen. *hjw*

■ **SANKT AUGUSTIN.** Der Freundeskreis Mewasseret Zion hat einen neuen Vorstand. Bei der Jahreshauptversammlung wurden einstimmig folgende Vorstandsmitglieder gewählt: **Anke Riefers**

Freundeskreises durchs Fahrwasser zu lenken – nicht ohne ein Dankeschön an die aus persönlichen Gründen ausgeschiedenen Vorstandsmitglieder. Das sind **Barbara Piéla-Jonda** und **Martin Engelberg**. Sie werden selbstverständlich auch weiterhin den Freundeskreis unterstützen. *hjw*

Musiker und Vorstand **Holger Hürten**, der bereits in den vergangenen Jahren mit der Hausband „Value@Risk" live aufgetreten war. Mit Gitarre und gut geölten Stimmbändern präsentierten sich Hürten, Firmenkundenbetreuer **Bernd Hoffmann** und der Wahl-