

#SPRITZTOUR



Wie ich dank meiner Klasse zweimal im Jahr Geburtstag feiern konnte

Stellt euch vor, ihr könntet plötzlich zweimal im Jahr Geburtstag feiern – ganz ohne Zaubertrick und zweimal mit Torte. Genau das ist auf unserer Klassenfahrt nach Berlin passiert ... allerdings nicht einem Schüler, sondern Herrn Temme. >> [Seite 2](#)

#SPORT



BVB: Schneller Fußball, heiße Stimmung

Borussia Dortmund, kurz BVB, ist ein traditionsreicher Fußballverein aus Dortmund, der 1909 gegründet wurde. Die Mannschaft ist bekannt für ihren schnellen, offensiven Spielstil und ihre leidenschaftlichen Fans, die im Signal Iduna Park für eine unvergleichliche Stimmung sorgen. >> [Seite 14](#)

The Best Summer of My Life

I really enjoyed summer school—it was one of the best experiences I've ever had. The place we stayed at was very nice and comfortable, and the rooms had everything you needed while still giving you your own privacy. The food in the canteen was also very good, though the breakfast wasn't my favorite. >> [Seite 1](#)

#SPRITZTOUR



Do You
=speak=
English?



The Best Summer of My Life

von **Maria Yildiran**
9a Realschule

I really enjoyed summer school it was one of the best experiences I've ever had. The place we stayed at was very nice and comfortable, and the rooms had everything you needed while still giving you your own privacy. The food in the canteen was also very good, though the breakfast wasn't my favorite.

Luckily, the little shop next to the canteen that sold drinks and snacks was super convenient, and I often stopped by to grab something tasty.

The lessons were interesting, and I actually learned a lot. Sometimes we had to do group projects, which I didn't always enjoy, because the people I was paired with didn't really talk much. It felt a bit awkward just sitting there in silence, but at the same time, it made me appreciate the teachers even more because they always tried to encourage us and make the activities fun.

The afternoons were my favorite part. We visited so many amazing places that I had only ever seen in pictures before. Standing right in front of Big Ben felt surreal—I couldn't believe I was actually there! The London Eye gave me the most breathtaking view of the city; I'll never forget how small everything looked from above. Visiting Buckingham Palace felt so special, almost like stepping into a movie scene. Camden Market was another highlight it was colorful, full of life, and every corner had something new to discover. The museums were fascinating too; walking through them made me feel like I was traveling back in time and touching history with my own hands. We did so much in one day that my feet started to hurt, but I didn't care it was absolutely worth it.

We also went to the mall quite often. Even though I didn't buy much, it was fun to look around and watch other people shopping. Afterwards, we always had the choice to either relax or join an activity. I loved that freedom it made me feel more independent and in control of my time.

If I could, I would definitely go to summer school again. The memories of the lessons, the trips, the laughter, and all the little moments we shared will stay with me forever. It was more than just a school program it was an adventure I'll always treasure.

Wie ich dank meiner Klasse zweimal im Jahr Geburtstag feiern konnte

von Tobias Temme
stellv. Schulleiter

Viele Leute sagen, dass sie ab jetzt zweimal Geburtstag feiern, wenn sie einen schweren Unfall überlebt haben oder auf andere Weise dem Tod entronnen sind. Ich darf allerdings dank meiner Klasse zweimal im Jahr Geburtstag feiern, ohne auch nur eine Schramme abzubekommen, nur dank meiner Klasse.

Vom 07. bis 11. April 2025 war ich mit meiner Abschlussklasse 10a auf Klassenfahrt in Berlin. Meinen eigentlichen Geburtstag im Februar war schon Schnee von gestern. Am Mittwochabend war ich mit einigen Jungs in einer Sport- und Spielbar, wo wir ein Champions-League-Spiel schauten. Zwei Tische weiter saß eine Gruppe junger Mädchen. Plötzlich kam der Kellner mit einem Stück Torte, und die Mädchen stimmten „Happy Birthday“ an. Natürlich sangen meine Jungs sofort mit. Peinlich? Ja. Aber auf die sympathische Art.

In der zweiten Halbzeit kam der Kellner erneut mit einem Tortenstück samt Wunderkerze. Wieder sangen meine Jungs begeistert „Happy Birthday“. Ich dachte noch: Mensch, hier hat ja jeder zweite Geburtstag!, und sah mich nach dem vermeintlichen Geburtstagskind um. Aber nein – diesmal landet die Torte direkt vor mir.

Die Jungs sangen „Happy Birthday, Herr Temme, Happy Birthday to you“. Sie hatten mich ordentlich geprankt und beim Kellner heimlich ein Geburtstagsstück bestellt.

Seitdem kann ich meinen Geburtstag nicht nur im Februar, sondern auch am 9. April feiern – und werde dabei immer an meine Abschlussklasse denken, die uns im Sommer leider verlassen hat.



Die verrücktesten Gesetze aus den USA

von Arne Vollmer
6b Realschule

- Spaß verboten! Ledige, geschiedene und verwitwete Frauen dürfen in Florida an Sonn- und Feiertagen nicht Fallschirm springen.
- Wer in Indiana Knoblauch gegessen hat, muss vier Stunden warten, bevor er wieder legal ins Theater darf.
- In Brooklyn dürfen Esel nicht in Badewannen schlafen.
- In Las Vegas ist es illegal, sein Gebiss zu verpfänden.
- In North Dakota ist es illegal, beim Schlafen Schuhe zu tragen.
- In San Antonio, Texas, ist der Gebrauch von Augen und Händen beim Flirten verboten. Dann eben mit Füßen und Ohren!
- In Utah haben Vögel auf allen Highways Vorfahrt.
- In York in Pennsylvania ist es illegal, sich beim Wässern des Rasens mit einem Schlauch hinzusetzen.



BMW – Deutsche Ingenieurskunst und Fahrfreude

von Lian Babin
6b Realschule



BMW (Bayerische Motoren Werke) ist ein deutscher Hersteller von Autos und Motorrädern aus München, bekannt für Technik, sportliches Design und „Freude am Fahren“. Die Modelle reichen vom kompakten 1er bis zum sportlichen M3 oder luxuriösen 7er. BMW setzt auf präzise Fahrdynamik, Heck- oder Allradantrieb sowie leistungsstarke Motoren und baut auch Elektroautos wie i4 und iX. Die BMW M GmbH steht für besonders sportliche Modelle. BMW vereint deutsche Ingenieurskunst, Fahrspaß und moderne Technik.

Das schnelle Spiel, das die Welt verbindet



von Ceyda Saygılı
6b Realschule

Basketball ist eine Mannschaftssportart, bei der zwei Teams gegeneinander antreten. Ziel des Spiels ist es, den Ball in den Korb der gegnerischen Mannschaft zu werfen, um Punkte zu erzielen und letztendlich das Spiel zu gewinnen. Ein Basketballspiel wird von zwei Teams gespielt, wobei jedes Team aus fünf Spielern besteht.

Besonders bekannt ist Basketball in den USA, wo der Sport eine große Popularität genießt. Er wurde erstmals im Jahr 1891 erfunden und hat sich seitdem weltweit verbreitet. Heute wird Basketball in vielen Ländern auf allen Kontinenten gespielt, sowohl in Schulen als auch in professionellen Ligen. Der Sport zeichnet sich durch Schnelligkeit, Teamarbeit und taktisches Geschick aus und begeistert Millionen von Fans rund um den Globus.

Warum Fußball so besonders ist

von Mustafa Ossi
6b Realschule

Fußball ist die beliebteste Sportart der Welt. Auf dem Spielfeld stehen 22 Spieler – in jedem Team 11. Ziel ist es, den Ball ins gegnerische Tor zu schießen. Am Ende gewinnt die Mannschaft mit den meisten Toren.

Ein Spiel dauert 90 Minuten, aufgeteilt in zwei Halbzeiten à 45 Minuten. Gespielt wird auf einem Rasenplatz. Es gibt verschiedene Positionen: Der Torwart verteidigt das Tor, die Abwehr stoppt Angriffe, das Mittelfeld verteilt die Bälle und die Stürmer versuchen, Tore zu erzielen.

Der Schiedsrichter passt auf, dass fair gespielt wird. Bei Fouls gibt es eine gelbe Karte, bei schweren Verstößen oder zwei gelben Karten die rote Karte – der Spieler muss dann das Feld verlassen.



Bekannte Vereine sind zum Beispiel Bayern München oder Real Madrid. Große Wettbewerbe sind die Champions League, die Europa League und die Bundesliga. Fußball ist außerdem ein großes Geschäft: Sponsoren, TV-Rechte und Spielertransfers bringen sehr viel Geld ein.

Auf dem Weg zur WM 2026

von Pascal Skopinski
6b Realschule

Die Qualifikation für die Fußball-Weltmeisterschaft 2026 ist in vollem Gange und stellt für viele Nationen weltweit eine der größten sportlichen Herausforderungen dar. Die Endrunde findet erstmals in drei Ländern statt: Kanada, Mexiko und den USA. Aufgrund ihrer gemeinsamen Gastgeberrolle sind diese drei Nationen automatisch qualifiziert. Erstmals in der Geschichte des Turniers wird die WM mit 48 Mannschaften ausgetragen – ein deutlicher Anstieg gegenüber den bisherigen 32 Teams. Mit der Erweiterung auf 48 Mannschaften wurde auch die Verteilung der Startplätze neu geregelt.

Jeder Kontinentalverband erhält mehr Startplätze: Europa (UEFA) 16 Plätze, Afrika (CAF) 9 direkte Plätze plus ein möglicher über Play-offs, Asien (AFC) 8 direkte Plätze plus ein möglicher über Play-offs, Südamerika (CONMEBOL) 6 direkte Plätze plus ein möglicher über Play-offs, Nord-/Mittelamerika (CONCACAF) 3 Gastgeberplätze plus 3 direkte und 2 mögliche über Play-offs und Ozeanien (OFC) 1 direkter Platz plus ein möglicher über Play-offs. Zwei zusätzliche Plätze werden über ein interkontinentales Play-off-Turnier vergeben, das im März 2026 in Nordamerika stattfinden wird.

In Europa begann die Qualifikation im September 2025. Die 55 Nationen wurden in 12 Gruppen eingeteilt, wobei nur die Gruppensieger sich direkt für die WM qualifizieren. Die 12 Gruppenzweiten sowie vier weitere Teams aus der UEFA Nations League bestreiten im März 2026 die Play-offs, in denen vier weitere WM-Tickets vergeben werden.



In Afrika treten 54 Nationen in neun Gruppen mit je sechs Teams gegeneinander an. Nur die Gruppensieger qualifizieren sich direkt. In mehreren Runden wird entschieden, welche Nationen zur WM fahren.

In Südamerika wird nach dem klassischen Ligaformat gespielt: Alle zehn Nationen treten in Hin- und Rückspiel gegeneinander an.

Neben den Gastgebern Kanada, Mexiko und den USA haben sich bereits Japan, Iran, Usbekistan und Marokko sportlich qualifiziert.

Die Qualifikation zur Fußball-Weltmeisterschaft 2026 ist spannender und umfangreicher als je zuvor. Durch das neue Format mit 48 Teams erhalten erstmals auch kleinere Fußballnationen realistische Chancen auf eine Teilnahme, während die Qualifikation für etablierte Nationen ein echter Härtestest bleibt. Die endgültigen Teilnehmer werden bis Frühjahr 2026 feststehen.



Die besten sechs Teams qualifizieren sich direkt, das siebtplatzierte Team nimmt am interkontinentalen Play-off teil. In Nord- und Mittelamerika kämpfen, abgesehen von den drei Gastgebern, die übrigen Nationen um drei direkte Startplätze und zwei Play-off-Plätze, wobei in mehreren Runden ausgesiebt wird, bis die besten Teams feststehen.

Schimmel, Mäuse und Hygienemängel: Der Kaufland-Skandal erschüttert Deutschland

von Feline Neumann & Rawan Al Anbagi
8a Realschule

Kürzlich sorgte eine Undercover-Dokumentation von RTL und dem Magazin stern für großes Aufsehen. In der Sendung Team Wallraff wurden massive Hygienemängel in Kaufland-Filialen aufgedeckt. Von 50 untersuchten Märkten waren 48 betroffen. Die Reporter dokumentierten unter anderem Schimmel, Mäuse im Verkaufsbereich, verschmutzte Kühlregale, manipulierte Mindesthaltbarkeitsdaten sowie Fäkalbakterien auf Hähnchenfleisch. Besonders erschreckend war der Nachweis von Campylobacter-Bakterien in der Hälfte der Fleischproben und sogar multiresistenten Keimen in einem Drittel der Fälle, was erhebliche Gesundheitsgefahren für Kunden bedeutet.



Die Doku löste eine breite öffentliche Debatte aus und machte Schlagzeilen in vielen großen Medien. Kaufland reagierte schnell: Zwei Filialen, in Bad Tölz und Homburg, wurden vorübergehend geschlossen, dort wurde auch das Führungspersonal ausgetauscht. Außerdem kündigte das Unternehmen an, alle deutschen Filialen gründlich reinigen zu lassen. Dennoch blieb die Verunsicherung groß. Viele Kunden äußerten Empörung oder Ekel, andere wiederum reagierten gelassener und kommentierten, dass ähnliche Zustände auch in anderen Supermärkten vorkommen könnten.

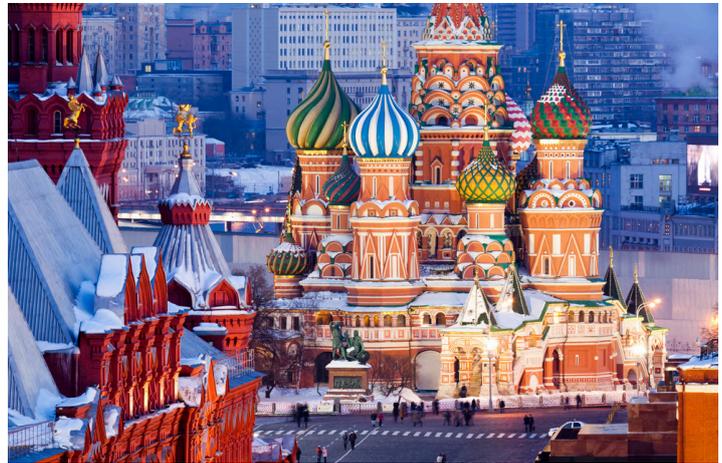
Die Dokumentation hatte nicht nur eine starke mediale Wirkung, sondern rief auch Experten und Verbraucherschützer auf den Plan. Diese fordern strengere Kontrollen und konsequentere Maßnahmen, um die Lebensmittelsicherheit zu gewährleisten. Klar ist: Der Skandal hat das Vertrauen vieler Verbraucher erschüttert und die Diskussion über Hygienestandards im Einzelhandel neu entfacht.

Irak - ein Land der ersten Hochkulturen

von Rawan Al Anbagi
8a Realschule

Der Irak liegt im Nahen Osten, die Hauptstadt ist Bagdad. Das Land hat etwa 44 Millionen Einwohner und eine vielfältige Bevölkerung aus Arabern, Kurden und weiteren Minderheiten. Historisch ist der Irak von besonderer Bedeutung, da hier im alten Mesopotamien eine der ersten Hochkulturen der Menschheit entstand – deshalb wird das Gebiet auch „Wiege der Zivilisation“ genannt. Die Flüsse Tigris und Euphrat machen weite Teile des Landes fruchtbar.

Die Wirtschaft des Irak stützt sich vor allem auf Erdöl, das den größten Teil der Staatseinnahmen ausmacht. Politisch ist das Land eine föderale Republik, leidet jedoch seit Jahrzehnten unter Konflikten, Kriegen und Instabilität. Trotz dieser Probleme besitzt der Irak ein reiches kulturelles Erbe mit bedeutenden Städten wie Bagdad und Babylon, vielfältiger Literatur, Musik und einer Traditionellen Küche.



Russische Kultur auf einen Blick

von Feline Neumann
8a Realschule

Russland ist das größte Land der Erde und ebenso vielfältig ist seine Kultur. Wer nach Russland schaut, entdeckt eine Mischung aus alten Traditionen, besonderen Festen und weltbekannter Kunst. Eine große Rolle spielt dabei die Gastfreundschaft: Gäste bekommen fast immer Tee und etwas zu essen angeboten, oft sogar aus einem Samowar, einem traditionellen Teekoher. Auch Feste sind wichtig. Besonders beliebt ist das Neujahrsfest, das dort fast wichtiger als Weihnachten ist. Ein farbenfrohes Fest ist außerdem Masleniza, der russische Karneval, bei dem viele Pfannkuchen gegessen werden.

Typisch russisch ist auch das Essen. Bekannt sind vor allem Borschtsch, eine Rote-Bete-Suppe, und Pelmeni, kleine gefüllte Teigtaschen. Tee ist in Russland fast ein Nationalgetränk und gehört in vielen Familien einfach dazu.

Auch die Musik und der Tanz prägen das Land. Viele kennen das berühmte Bolschoi-Ballett in Moskau, aber auch volkstümliche Tänze in bunten Kostümen oder die Balalaika, ein traditionelles Saiteninstrument, gehören dazu. In der Kunst und Literatur hat Russland ebenfalls viel zu bieten: Schriftsteller wie Leo Tolstoi oder Fjodor Dostojewski sind weltbekannt, und die bunten Zwiebeltürme der Basilius-Kathedrale in Moskau sind ein Symbol russischer Baukunst.



Was ist ein Oldtimer?

von **Robin Gettinger**
6b Realschule

- Fahrzeuge, die älter als ca. 25 Jahre sind und oft historischen oder sammlerischen Wert haben.
- Typische Merkmale: klassisches Design, originalgetreue Ausrüstung, sorgfältige Pflege, dokumentierte Historie.
- Warum sie beliebt sind: Nostalgie, Handwerkskunst, Wertsteigerung, Community, automobilhistorischer Wert.
- Pflegehinweise: regelmäßige Wartung, rechtzeitige Reparaturen, Lagerung in trockenem Umfeld, regelmäßige Fahrten zur Vermeidung von Stillstand.
- Beliebte Marken/Modelle: je nach Region verschieden; klassisch sind oft Oldtimer von Marken wie Mercedes-Benz, BMW, Ford, Chevrolet, Jaguar, Porsche usw. je nach Epoche
- Rechtliches/Versicherung: Historische Zulassung, Gutachten, Versicherung speziell für Oldtimer, Zoll- und Fahrzeugscheinkriterien beachten.

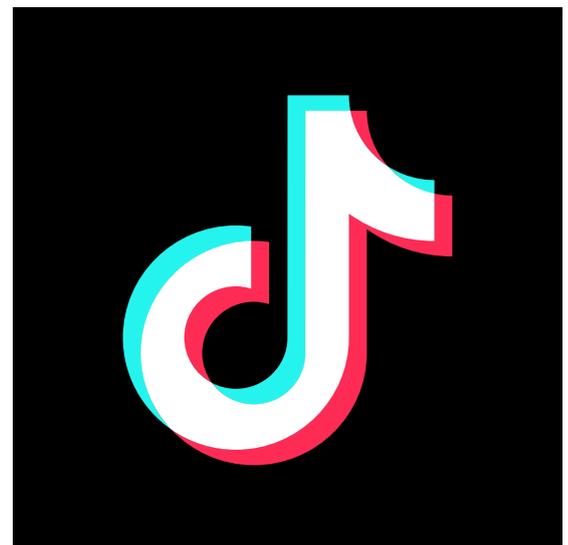
TikTok – Die App, die alle begeistert

von **Pia Cieslak**
6b Realschule

TikTok ist eine Social-Media-Plattform, auf der Nutzer kurze Videos (meist 15 Sekunden bis 3 Minuten) erstellen, teilen und ansehen können. Die App wurde 2016 von dem chinesischen Unternehmen ByteDance entwickelt und ist besonders bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen sehr beliebt.

Die Inhalte auf TikTok sind vielfältig: Musikvideos, Tanzrends, Comedy, Bildung, Challenges und mehr. Der Algorithmus spielt eine zentrale Rolle – er zeigt Nutzern auf der „Für dich“-Seite (For You Page) genau die Videos, die zu ihren Interessen passen.

TikTok hat großen Einfluss auf Popkultur, Musiktrends und sogar auf Politik und Marketing. Trotz Kritik bezüglich Datenschutz und Bildschirmzeit bleibt es eine der am schnellsten wachsenden Apps weltweit.



Brabus Rocket 900 „One of Ten“

von Salih Tuna Özdemir
9a Realschule

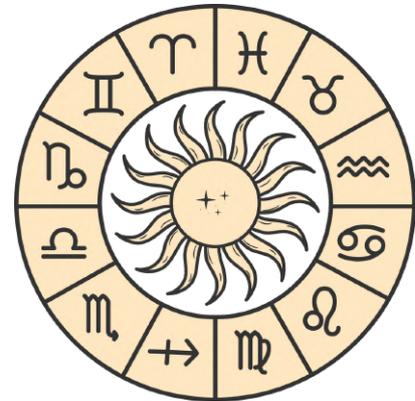


Der Brabus Rocket 900 ist ein extrem seltener Supersportwagen, der auf Basis des Mercedes-AMG GT 63 S gebaut wurde. Weltweit existieren lediglich zehn Exemplare dieses außergewöhnlichen Modells. Unter der Haube arbeitet ein V8-Biturbo-Motor mit beeindruckenden 900 PS und bis zu 1050 Nm Drehmoment. Damit sprintet der Wagen in nur 2,8 Sekunden von 0 auf 100 km/h und erreicht eine elektronisch begrenzte Höchstgeschwindigkeit von rund 330 km/h. Optisch besticht der Rocket 900 durch ein aggressives Design mit breitem Carbon-Body, gewaltigen 22-Zoll-Rädern und einem auffälligen Carbon-Heckflügel.

Auch preislich bewegt sich dieses Fahrzeug in einer eigenen Liga: Je nach Ausstattung kostet er zwischen 500.000 und 900.000 Euro. Der kombinierte Verbrauch liegt offiziell bei 11,5 Litern pro 100 Kilometer, in der Realität können es jedoch 25 bis 40 Liter sein.

Der Name „Rocket“ ist bei Brabus seit 2005 Tradition und steht für besonders leistungsstarke Modelle. Mit dem Rocket 900 führt Brabus diese Reihe fort und präsentiert eine der stärksten und exklusivsten Limousinen der Welt – ein echtes Sammlerstück, das extrem schnell, luxuriös und kompromisslos leistungsorientiert ist.

Dein Sternzeichen – Mythos oder Wahrheit?



von Sophia Maria Herbert
6a Realschule

Was sind Sternzeichen?

Sternzeichen (auch Tierkreiszeichen genannt) sind zwölf Abschnitte des Tierkreises, die jeweils bestimmten Zeiträumen im Jahr zugeordnet sind. Sie stammen aus der Astrologie, einem alten System, das versucht, durch die Positionen von Himmelskörpern (vor allem Sonne, Mond und Planeten) Rückschlüsse auf den Charakter und das Schicksal von Menschen zu ziehen.

Was sagt das Sternzeichen aus?

Nach astrologischem Glauben beeinflusst dein Sternzeichen:

- deinen Charakter
- deine Stärken und Schwächen
- wie du in Beziehungen bist
- deine beruflichen Neigungen
- dein Verhalten in bestimmten Lebenslagen



Was bedeutet eigentlich Gerechtigkeit?

von **Johanna Autenrieth**
6b Realschule

Gerechtigkeit bedeutet, dass alle Menschen gleich behandelt werden und die gleichen Chancen im Leben erhalten, unabhängig davon, woher sie kommen, wie sie aussehen oder welchen Hintergrund sie haben.

Es geht darum, dass niemand bevorzugt oder benachteiligt wird und dass jeder die Möglichkeit hat, sein Potenzial zu entfalten. Gerechtigkeit bedeutet aber nicht nur Gleichbehandlung, sondern auch, dass Regeln und Gesetze fair und konsequent angewendet werden.

Wer gegen diese Regeln verstößt, muss die Verantwortung für sein Handeln übernehmen, damit alle spüren, dass Fairness und Respekt wichtig sind. Nur wenn Menschen gerecht handeln und gerecht behandelt werden, kann ein Zusammenleben funktionieren, das auf Vertrauen, Sicherheit und gegenseitigem Respekt basiert.

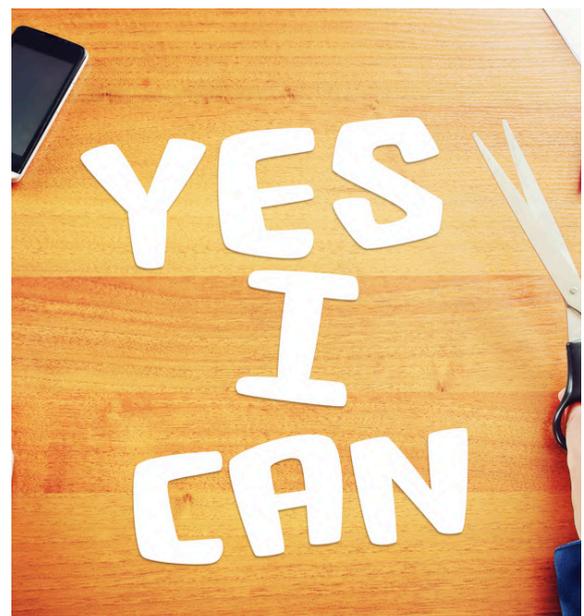
Ayliva – Mut und Selbstvertrauen

von **Fatema Ahmadi**
6b Realschule

Ayliva, mit bürgerlichem Namen Elif Akar, steht für Mut, Selbstvertrauen und emotionale Stärke. Schon früh zeigte sie, dass es wichtig ist, zu sich selbst zu stehen, eigene Entscheidungen zu treffen und Gefühle offen zuzulassen.

In ihren Songs spricht sie über Herzschmerz, toxische Beziehungen und Selbstfindung – Themen, die viele Jugendliche bewegen. Mit ihrer Debütsingle „Deine Schuld“ 2021 und ihrem Album „Weißes Herz“ 2022 erreichte sie schnell ein junges Publikum und baute eine starke Fanbase auf.

Ayliva inspiriert vor allem junge Frauen, ihre Stimme zu erheben und selbstbewusst durchs Leben zu gehen. Sie zeigt, dass Musik mehr sein kann als Unterhaltung: Sie kann Kraft geben, Mut machen und verbinden.



Bir Belletmenin Yolculuğu



Scanne, um die Übersetzung auf Deutsch zu lesen.

von Tarik Sahingöz
ehemaliger Schüler / Betreuer / Student

Öğrenci: Öncelikle hoş geldiniz. Kendinizi kısaca tanıtabilir misiniz?

Belletmen: Hoş bulduk. Eğitim hayatıma Real'de başladım. Ardından aynı kampüs içinde yer alan ve aynı dernek bünyesindeki gimnasiuma geçtim. Oradan erkek öğrenciler arasında birinci olarak mezun oldum. Üniversiteyi de aynı şehirde informatik okuyarak devam ediyorum. Şu anda Real ve Gimnasium Okullarının yatılı okuyan öğrencilerin konakladığı Yurtda gönüllü olarak belletmenlik yapıyorum.

Öğrenci: Real'den Gimnasiuma geçiş süreciniz nasıldı?

Belletmen: Gimnasium, ders yoğunluğu ve disiplin açısından Real'den biraz daha farklıydı. Ancak Real'de aldığımız temel sağlam olduğu için büyük bir uyum sorunu yaşamadım. Daha çok çalışma alışkanlıklarımı geliştirme fırsatı buldum.

Öğrenci: Gimnasium'da Erkekler arasında birinci olmayı nasıl başardınız?

Belletmen: Düzenli ve istikrarlı çalıştım. Derslere eksiksiz katıldım, hocalarla iletişim halinde oldum. Ayrıca arkadaşlarla yaptığımız grup çalışmaları eksiklerimizi tamamlamada çok faydalı oldu.

Öğrenci: Üniversite hayatınız nasıl geçiyor?

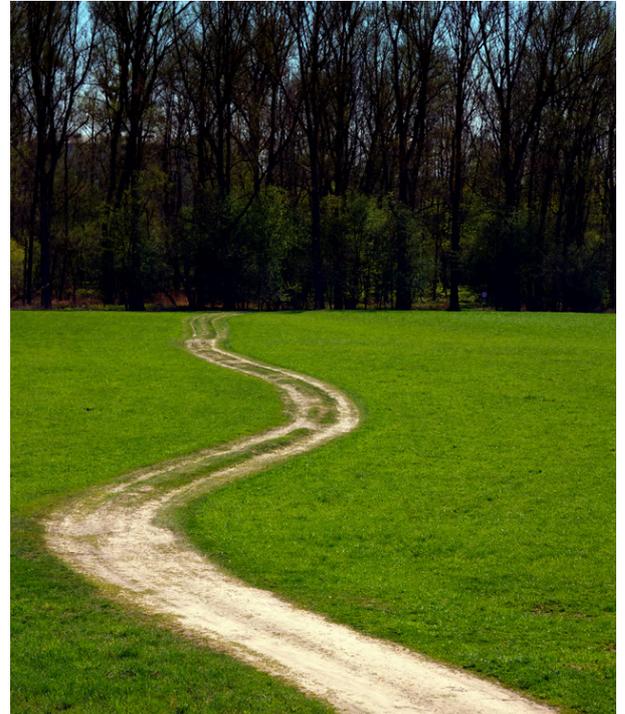
Belletmen: Üniversite, bireysel sorumlulukların ön planda olduğu bir dönem. Real ve Gimnasiumdaki disiplin bana ciddi bir avantaj sağladı. Bu sayede derslerimde başarılı olabiliyorum ve aynı zamanda farklı sosyal faaliyetlere de zaman ayırabiliyorum.

Öğrenci: Şu an hem üni okuyorsunuz hem belletmenlik yapıyorsunuz. Bu süreç size neler kazandırdı?

Belletmen: Öğrencilerle daha yakın bir bağ kurma imkânı sağladı. Onların akademik gelişimlerine katkı sunmak ve kendi tecrübelerimi aktarmak benim için değerli bir deneyim oluyor.

Öğrenci: Son olarak, şu anda Real'de okuyan öğrencilere neler tavsiye edersiniz?

Belletmen: En önemli şey zamanı verimli kullanmak. Düzenli çalışmak, planlı olmak ve öğrenme sürecine odaklanmak başarı için kritik. Öğrenciler bu noktada istikrarı koruduklarında hedeflerine ulaşmaları çok daha kolay olacaktır.



Die Welt der Animes und Manga

von **Zehra Özdemir**
6b Realschule

In Japan sind Animes sehr beliebt, und sie werden entweder als Filme oder als Serien produziert. Die Figuren in Animes haben oft besondere Merkmale, die sie sofort erkennbar machen: große, ausdrucksstarke Augen, bunte oder ungewöhnliche Haare, auffällige Kleidung oder besondere Fähigkeiten. Durch diese Details wirken die Charaktere lebendig und spannend.

Animes decken eine riesige Bandbreite an Genres ab. Es gibt actiongeladene Abenteuer, die voller Kämpfe und Spannung stecken, dramatische Geschichten, die die Gefühle der Figuren intensiv zeigen, romantische Animes über Liebe und Freundschaft, gruselige Horror-Animes, die einen das Fürchten lehren, und fantasievolle Welten voller Magie, außergewöhnlicher Kreaturen und faszinierender Landschaften. So ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Neben den Animes gibt es auch die passenden Bücher, die man Manga nennt. Manga sind oft die Vorlage für Animes oder erzählen die Geschichte weiter. Sie sind in der Regel handlich und perfekt zum Mitnehmen, sodass man unterwegs in die Welt seiner Lieblingscharaktere eintauchen kann – sei es in der Bahn, auf Reisen oder einfach in der Pause.



Karikatur von Sareja Kastrati / 9a Realschule

Fux Duro Mountainbike Rennen



von **Emil Krüger**
9a Realschule

Am 30. August 2025 fand in Brenken bereits zum dritten Mal das Fux Duro Rennen statt. Mountainbiken ist eine beliebte Outdoor-Sportart, bei der mit speziellen, voll gefederten Rädern durch Wälder und eigens angelegte Trails gefahren wird. Gleichzeitig gilt es als Extremsport, weshalb Helm und Protektoren Pflicht sind.

Das Fux Duro 2025 war ein Mountainbike-Enduro-Rennen für Nachwuchsfahrer der Altersklassen U9 bis U15 und zugleich die offene NRW-Meisterschaft. Austragungsort war der Oberholz-Trailpark in Büren-Brenken. Besonders spannend verlief das Rennen in der U15-Klasse, wo der Sieg mit nur 84 Hundertstelsekunden Unterschied entschieden wurde – ein Beweis, wie knapp Leistung und Wille im Sport beieinanderliegen.

Organisiert wurde die Veranstaltung von den Radfüchsen Büren e.V. in Zusammenarbeit mit dem Radsportverband NRW. Die Sieger erhielten Pokale und Sachpreise, darunter auch Fahrradteile. Nach den Rennen sorgten zusätzliche Wettbewerbe für Abwechslung: Beim Best-Trick-Contest konnten die Fahrer ihr Sprungtalent zeigen, während es im Chainless-Run darum ging, ohne Kette möglichst schnell den Trail hinunterzufahren. Eine große Tombola mit Preisen im Wert von fast 3000 Euro rundete das Programm ab. Alle Ergebnisse sind auf Sport-Ident abrufbar.

Ausdauertraining – Der Grundstein für deinen Alltag

von **Juljan Schmidt**
9a Realschule

Viele Jugendliche gehen regelmäßig zu Trainings verschiedener Sportarten, aber was ist das wichtigste Training für jeden von uns? - Das wirst du hier erfahren. Wer welche Trainingseinheiten wie regelmäßig macht, haben wir ausgewertet, jedoch ist die Wissenschaft hinter den Trainingseinheiten den Wenigsten bekannt. Sport soll uns fit halten, jedoch ist die Art und Häufigkeit des Trainings für das Endergebnis sehr entscheidend. Die Todesursache Nummer eins in Deutschland sind Herzkreislauferkrankungen, über 200.000 Menschen sterben hierzulande Jährlich an solchen Erkrankungen. Einige können angeboren sein, aber viele kommen mit dem Alter, wenn man sich nicht aktiv fit hält.

Ausdauersport hält unser Herzkreislaufsystem am besten am Laufen und unterstützt uns überall im Alltag und das Täglich, wirklich überall. Die Beine werden bei längerem Treppensteigen mit der Schultasche nicht schwer oder brennen, schneller gehen und laufen kann man länger, generell jede Leistung die man im Alltag vollbringen muss, lässt sich oft länger oder einfacher erbringen.

Neben diesen Effekten lässt sich die Wahrscheinlichkeit für eine Herzkreislauf- oder Krebserkrankung verringern und ein gesundes Leben wird verlängert.

Allerdings ist ein gesundes Training eng mit einer gesunden Ernährung verbunden, das Thema würde hier aber den Rahmen sprengen

So manche Lesende fragen sich wohl, was man trainieren sollte um besser für den Alltag gewappnet zu sein? Nun, es gibt zwei verschiedene Arten, wie Muskeln Leistung generieren können: Die erste Möglichkeit ist, dass ein Muskel sich langsam zusammenzieht und auf diese Weise viel Leistung generiert (überwiegend im Ausdauersport vertreten) und eine zweite Möglichkeit ist, dass ein Muskel sich schnell zusammenzieht und verhältnismäßig wenig Leistung generiert, wie z.B. im Kraftsport.



Bei beiden Varianten steigt unsere Herzfrequenz, wenn wir entsprechend trainieren. Der Unterschied zwischen Ausdauer- und Kraftsport ist die Trainingszeit und

die Intensität unserer Einheit, die Muskelgruppen die wir beanspruchen und eben auch wie die Muskeln im Training beansprucht werden.

Wir haben eine kleine Umfrage gemacht, um uns anzuschauen wie Schülerinnen und Schüler aber auch Lehrerinnen und Lehrer sich fithalten und um die Wissenschaft dahinter zu beleuchten. Der geneigte Leser kann, falls gewünscht, sein Training effizienter gestalten. Die Auswertung der Umfrage ist statistisch nicht repräsentativ, jedoch können die Ergebnisse uns einen guten Überblick zu diesem Thema verschaffen. Bei den SuS betreiben 7% der befragten gar keinen Sport, 89% der befragten SuS betreiben Ausdauersport und 21% machen Kraftsport. Die Frage nach den Leistungszonen konnten die wenigsten genau beantworten, nämlich ebenfalls nur 7%. Fast Alle, die regelmäßig Sport treiben, konnten eine deutliche Verbesserung der mentalen und körperlichen Gesundheit und Belastbarkeit feststellen. Bei den Lehrkräften betreiben 18% kein Sport, 81% betreiben Ausdauersportarten und 18% betreiben Kraftsport. Die Frage nach den Leistungszonen konnten 36% fachgerecht beantworten. Bei diesen Zonen handelt es sich nicht um Muskelgruppen oder ähnliches

Die Zonen beschreiben die Intensität der Trainingseinheit bzw. die Beanspruchung des Kardio-Vaskulären Systems und werden vermehrt im Ausdauersport verwendet.

Es gibt viele verschiedene Zonenmodelle, einige richten sich nach Leistung, andere beziehen sich auf die Herzfrequenz (Anzahl der Herzschläge in der Minute) und wieder andere richten sich nach Stoffwechselprozessen. Die wohl bekanntesten Zonenmodelle sind das bekannte 7 Zonenmodell, welches simpel an Leistung gemessen wird und das Modell von Dr. Inigo San Milan, ein Krebs- und Gesundheitsforscher, der ehemalige Trainer von Tour de France Sieger Tadej Pogačar, der mit seinem Zone 2 Training den Radsport verändert hat. Diese „Zone 2“ (welche by the way auch von Lehrkräften und SuS genannt wurde) basiert auf Stoffwechselprozesse, genauer, dem Fettstoffwechsel, deswegen wird die Zone 2 auch gerne als „FatMax“ bezeichnet. Wer 60% bis 70% seines Trainings in der Zone 2 verbringt und den Rest außerhalb (über) der Zone 2 trainiert, steigert seine Grundlagenausdauer (verbesserte Mitochondrialfunktion → mehr Laktatabbau → die Muskelgruppen werden nicht so schnell schwer oder fangen an zu brennen) gewaltig.

Top Athleten wie Tadej Pogačar trainieren zusätzlich zur Zone 2 aber auch mehr mit Intervallen hoher Belastung um einen ausreichend hohen Trainingsimpuls zu setzen.

Aber wo liegt meine Zone 2 und wie finde ich das überhaupt heraus?

Da die Zone 2 sehr individuell ist, ist es schwer sie anhand von % von Maximalwerten festzulegen. Nicht jeder hat die Möglichkeit sich regelmäßig mit Atemmaske auf den FatMax-Bereich testen zu lassen und deswegen gibt es die „Atemmethode“, mit der man die Zone 2 ungefähr bestimmen kann. Bei dieser Methode unterhält man sich während der Einheit nach Möglichkeit mit einem/er Trainingspartner/in, die Unterhaltung sollte nicht unmöglich sein, jedoch sollte man sich konzentrieren und kurze Redepausen zum Durchatmen einlegen müssen um die Unterhaltung aufrecht zu erhalten. Genau dann befindet man sich in der berühmt berüchtigten Zone 2. Am besten für den Alltag wäre es Kraft- und Ausdauerheiten zu kombinieren um sich wohldurchdacht fit zu halten.

Und für die Ausdauersportathleten unter euch ist Kraftsport besonders interessant, da gezielte Krafteinheiten eure „Fatigue resistance“, also eure Ermüdungsresistenz vergrößert, im Klartext heißt es, dass ihr im Wettkampf eure Maximalleistung auch nach mehreren Stunden im Wettkampf besser abrufen könnt als eure Mitstreiter. Egal ob Kraft- oder Ausdauersport, haltet euch fit, habt zusammen Spaß beim Sport und kommt heil vom Training zurück!

Die Gelbe Wand



von Nick Batrov
8a Realschule

Der BVB, auch Fußballverein Borussia genannt, wurde am 19.12.1909 gegründet. Das Stadion, der heutige Signal Iduna Park, wurde am 02.04.1974 eröffnet und ist mit 81.365 Plätzen das größte Stadion Deutschlands. Besonders bekannt ist die Südtribüne, die „Gelbe Wand“.

Die Ticketpreise variieren: Stehplätze gibt es ab 19 Euro, Sitzplätze ab 35 Euro, Kinderkarten ab 10 Euro und VIP-Karten ab 1.100 Euro.

Eine der erfolgreichsten Saisons war 2012, als der BVB zweimal Meister wurde und Marco Reus zurückkam. Mit über 500 Millionen Euro Einnahmen zählt der Verein zu den größten in Europa.

Zu den wichtigsten Sponsoren gehören Puma, Vodafone, Polestar und Evonik. Seit 2005 ist die Versicherungsgruppe Signal Iduna Namenssponsor des Stadions.

Macht durch Disziplin und Ordnung

von Leonard Schmidt

9a Realschule

Man kennt das Römische Reich meistens nur auf dem Höhepunkt seiner Macht, doch alles hat einen Anfang. Durch ein geniales taktisches System konnte die römische Armee aus einem kleinen Königreich ein Weltreich mit maximaler Ausdehnung erschaffen. Das Manipularsystem ist wohl eine der erfolgreichsten militärischen Taktiken, die in der Antike verwendet wurden.

Die Römer stützten sich in der Zeit, als noch ein König über Rom herrschte, auf die Phalanx-Taktik. Bei der Phalanx handelt es sich um Soldaten, die sich mit einem Schwert, einem Schild und einer bis zu vier Meter langen Lanze in einer langen Linienformation aufstellten.

Bei der Eroberung neuer Territorien, insbesondere auch bergiger Regionen, erschwerte der Einsatz der Phalanx das Vorgehen, da sie sehr breit aufgestellt war und es schwer war, durch Engpässe zu marschieren. Außerdem war die Phalanx sehr anfällig gegen Angriffe von den Flanken und von hinten. Um diese Schwächen zu umgehen, teilten die Römer die Legionen in Untereinheiten auf.

Eine Legion bestand aus 4.800 bis 6.000 Mann. Diese wurden in 10 Kohorten (lateinisch *cohortes*) aufgeteilt, die jeweils 480 bis 600 Soldaten umfassten. Die Kohorten wurden in drei Manipel unterteilt, die aus 160 bis 200 Mann bestanden. Ein Manipel wurde in zwei Zenturien aufgeteilt. Eine Zenturie (*centuria*) wurde von einem Zenturio (*centurio*) befehligt und bestand aus 80 bis 100 Mann, die wiederum in zehn Zeltgemeinschaften eingeteilt wurden. Eine Zeltgemeinschaft (*contubernium*) beherbergte 8 bis 10 Soldaten und war damit die kleinste Einheit der römischen Streitkräfte (*exercitus Romanus*).



In der Republik wurden fünf Einheitstypen verwendet. Die Einheiten waren jeweils in Manipel unterteilt, daher auch der Name der Taktik.

- **Velites:** Die jüngsten Soldaten, sie bildeten die Fernkämpfereinheiten der Armee.
- **Hastati:** Die leichte Infanterie, bewaffnet mit einem Schild (*scutum*), zwei Wurfspeeren (*pila*) und einem Schwert (*gladius*). Zum Schutz trugen sie einen Helm (*cassis*) aus Bronze und eine rechteckige Brustplatte, ebenfalls aus Bronze. Diese Einheit wurde von zwei nicht gleichrangigen Zenturionen befehligt: dem *hastatus posterior* (der niederrangigere) und dem *hastatus prior* (der höherrangige).
- **Principes:** Erfahrenere Krieger, schwere Infanterie, ähnlich ausgestattet wie die Hastati, jedoch mit Kettenhemden (*lorica hamata*). Auch sie wurden von zwei nicht gleichrangigen Zenturionen befehligt: *principes posterior* und *principes prior*.
- **Triarii:** Veteranen, also Soldaten mit der meiste Erfahrung. Sie wurden eingesetzt, wenn der Ausgang der Schlacht auf Messers Schneide stand. Sie waren wie die Principes ausgerüstet, hatten einen kompletten Oberkörperschutz aus Bronze und waren zusätzlich mit einer Lanze bewaffnet. Sie wurden vom obersten Zenturio, dem *primus pilus*, befehligt, der das ganze Manipel und die Legion kommandierte.
- **Kavallerie (Equites Legionis):** Berittene Einheiten zu Pferd, rekrutiert aus der gehobenen Gesellschaftsschicht der Equites. Sie waren schwere, gut gepanzerte Einheiten.



Die Aufstellung der Formation für die Schlacht war wie folgt: Die Velites standen in einer geraden Reihe vor den Hastati, die in einem Quadrat angeordnet waren. Versetzt dahinter standen die Principes, parallel zu den Hastati die Triarii, nach hinten versetzt zu den Principes. An den Flanken befanden sich die Equites.

Da die Einheiten flexibel auf dem Schlachtfeld eingesetzt wurden, konnten die Truppen den feindlichen Einheiten in die Flanken oder in den Rücken fallen und dem Feind hohe Verluste zufügen.

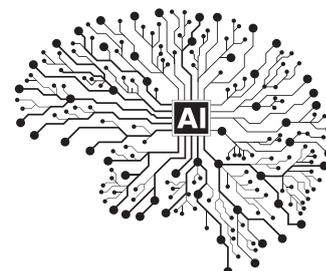
Einige Taktiken, wie der „fliegende Keil“, werden heute noch beim American Football oder bei der Polizei bei Einsätzen und Demonstrationen verwendet.

Vorteile, Nachteile und Risiken der Künstlichen Intelligenz (KI)

von Lena Breitenbach
9a Realschule

Künstliche Intelligenz (KI) bringt viele Vorteile mit sich. Sie kann komplexe Probleme lösen und dadurch Wissenschaft und Technik voranbringen. Außerdem unterstützt sie bei Geschäfts- und Diagnosenentscheidungen durch die Analyse großer Datenmengen. Chatbots ermöglichen rund um die Uhr schnellen Kundenservice, und auch die Kreativität des Menschen wird gefördert, zum Beispiel bei Texten, Bildern oder neuen Produkten. Allerdings gibt es auch Nachteile. Datenschutz und Transparenz sind oft problematisch, und eine zu starke Abhängigkeit von KI kann grundlegende Fähigkeiten wie Lesen,

Schreiben und Rechnen schwächen. Werden Hausaufgaben mit KI erledigt, leidet das eigene Verständnis. Zudem können Fehler und Falschinformationen entstehen, deren Quellen schwer überprüfbar sind.



Zu den Risiken gehört, dass KI Vorurteile aus Trainingsdaten übernimmt und so Diskriminierung begünstigt. Durch Automatisierung können Arbeitsplätze verloren gehen. Außerdem ist Missbrauch möglich, etwa durch Fake News oder Manipulation der öffentlichen Meinung. Auch die Privatsphäre ist bedroht, beispielsweise durch Gesichtserkennung und Überwachung. Langfristig besteht sogar das Risiko, dass eine superintelligente KI außer Kontrolle gerät und eine Gefahr für die Menschheit darstellt.

Frischer Wind im Lehrerzimmer



Name: Herr Reichardt

Fächer: Deutsch, Geschichte, Erdkunde

Hobbys: Wandern, Mountainbike, Reisen, Segeln
Dann reise ich sehr gerne, ob in den Ferien für lange Urlaube oder an verlängerten Wochenenden für kurzfristigere Ziele.

Ich war schon in sehr vielen Ländern Europas, dazu in einigen asiatischen Ländern wie u.a. Südkorea sowie in Australien. Dabei vorrangig programmreiche und spontane Städtrips, Trips mit Zug/Bus/Bahn quer durch die Länder, sodass man das Land sehr umfassend sieht. Ebenfalls gehe ich sehr viel lokal essen in den Ländern, um die Kultur und das Essen kennenzulernen.



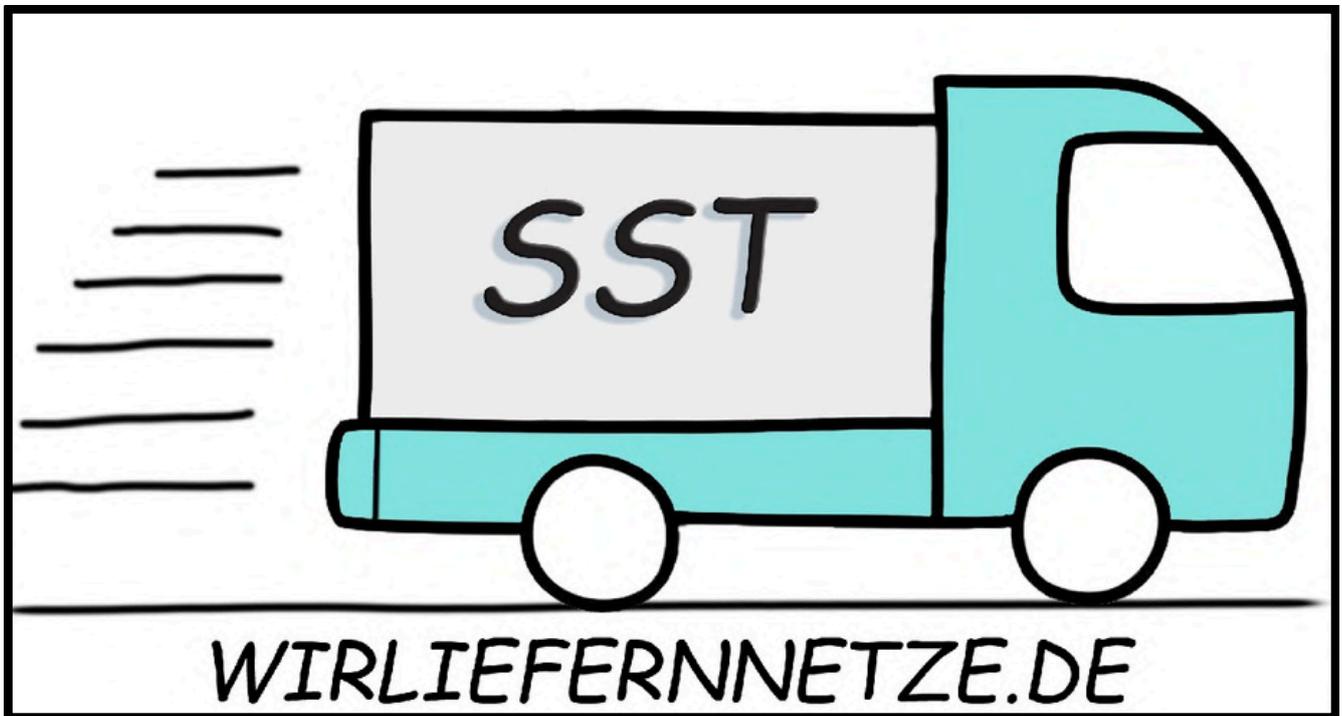
Name: Frau Becker

Über mich: Ich unterrichte die beiden Fächer Deutsch und Geschichte (die mir auch während meiner Schulzeit am meisten Spaß bereitet haben).

In meiner Freizeit mache ich am liebsten Sport...egal ob Joggen, Tennis, Inliner oder Badminton.

Dadurch bekomme ich immer sehr gut den Kopf frei und kann auch Zeit mit Freunden verbringen.

Ein Satz über mich: Ich bin ein Dauerzitterer, doch sobald Schneeflocken fallen, strahle ich wie die Sonne.



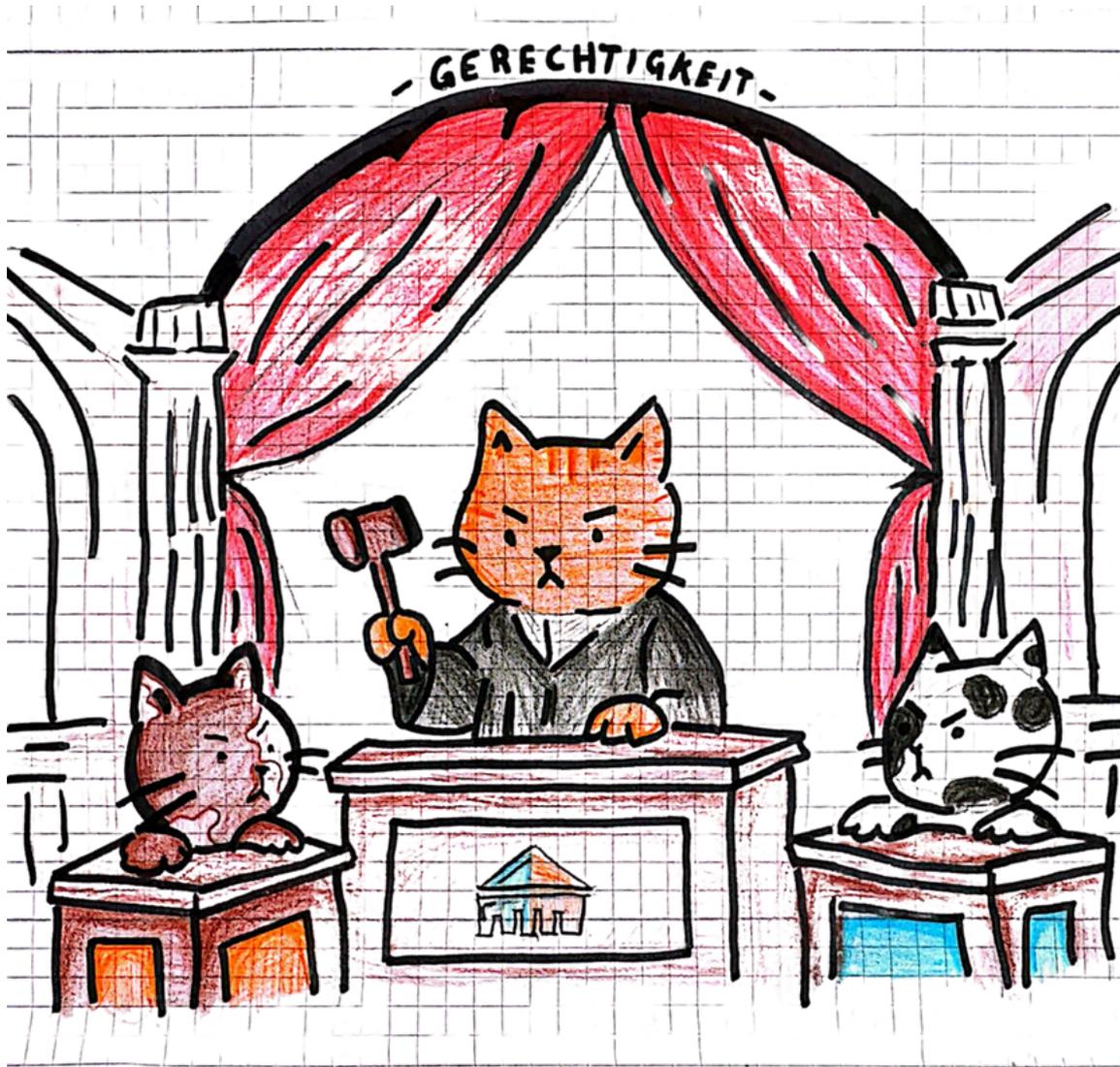
HSN & HSF
Fassadenbau
Industriemontage

Henke & Schwarz
-Netzmontagen
-Industriemontagen

Harkerweg 3 - 33154 Salzkotten
Tel: 05258 - 99 11 414
Mail: info@henke-netzmontagen.de



Katzen vor Gericht



Karikatur von Sareja Kastrati und Mia Saremba / 9a Realschule



www.realschule-eringerfeld.de