

Ab Januar: Elektro- tankstelle in Metzingen

Seite 6



Abwechslungsreich und gelenkschonend: [Fit mit Aquajogging](#)

SWM Öko-Strom: [Sinkender Strompreis im neuen Jahr](#)

Selbst dämmen: [Fünf praktische Tipps für warme Räume](#)

02

04

03

Fit mit Aquajogging

Aquajogging ist der perfekte Sport für alle Wasserratten, die fit werden wollen, ohne ihre Gelenke zu belasten.

AQUAJOGGING-KURSE

Ort:

Eduard-Kahl-Bad, Konrad-Adenauer-Platz, 72555 Metzingen

Termine:

Ab 14.01.2015 mittwochs oder ab 24.01.2015 samstags, jeweils von 7.15 Uhr bis 7.55 Uhr

Anmeldung:

Tel. 07123/925-9233 oder per E-Mail: kundenservice@metzingen.de

Das Metzinger Hallenbad bietet Badespaß für jedermann: Egal, ob Sie sich sportlich betätigen möchten oder gemeinsam mit Ihren Kindern einen schönen Badetag erleben wollen – im Eduard-Kahl-Bad kommen alle auf ihre Kosten. Aber wussten Sie, dass das Bad auch ein ansprechendes Kursangebot hat?

Spaß im Wasser

Sehr beliebt ist zurzeit Aquajogging. Immer nur zu schwimmen – das ist für manche zu eintönig. Aber zum Joggen ist es im Winter oft zu kalt und meistens auch zu dunkel. Aquajogging – das Laufen im Wasser – ist die perfekte Alternative. Mit diesem ganzheitlichen Training üben Sie Ausdauer, Muskelkraft, Koordination und Beweglichkeit. Beim Laufen im Wasser

werden die unterschiedlichsten Muskelgruppen beansprucht. Aber im Wasser muss der Körper nur 20 Prozent seines eigenen Gewichtes tragen. Daher ist Aquajogging eine sehr gelenkschonende Sportart.

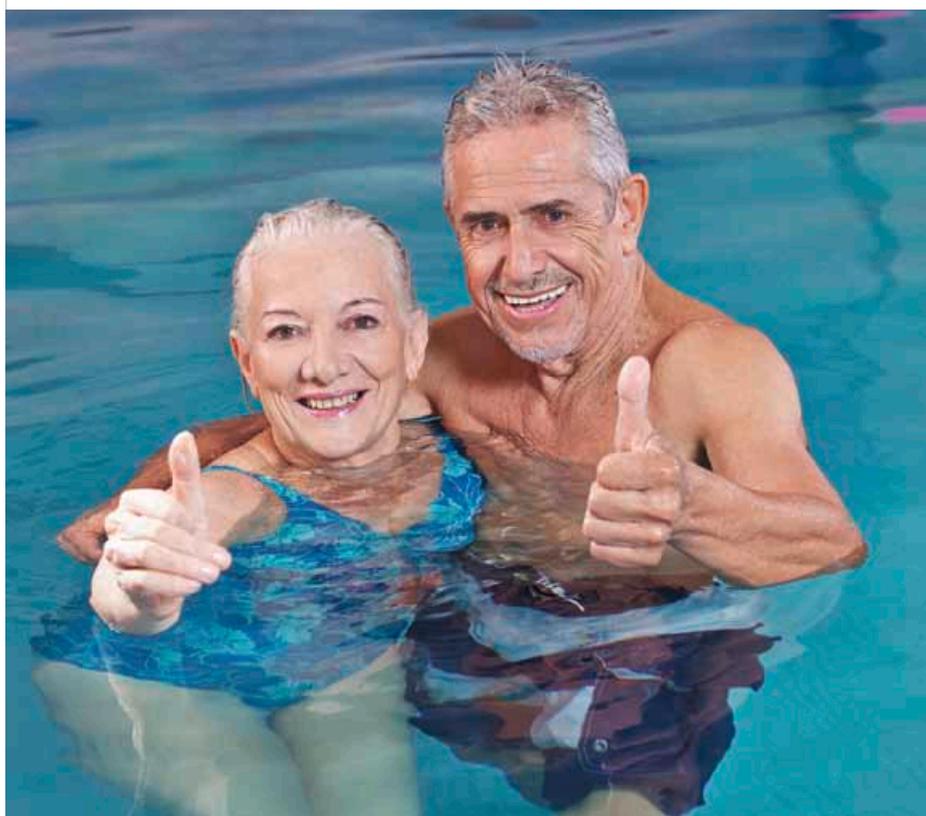
Die einzelnen Übungen wirken sich sehr positiv auf den Körper aus: Die Haut wird stärker durchblutet, der Stoffwechsel angeregt, das Herz-Kreislauf-System gestärkt. Wer Aquajogging betreibt, wird zudem schnell merken, dass sich seine Kondition stetig verbessert.

Die Vorteile auf einen Blick:

- ▶ gelenkschonendes Herz-/Kreislauf-Training
- ▶ hoher Energieumsatz
- ▶ Verbesserung der aeroben Ausdauer
- ▶ Steigerung der Muskelausdauer, Koordination und Beweglichkeit
- ▶ bewusste Haltungsschule
- ▶ verringert Ödeme
- ▶ gute Massage für Binde- und Stützgewebe
- ▶ Spaß beim Training in der Gruppe

Wegen der starken Nachfrage bietet das Metzinger Hallenbad jetzt zwei Kurse an (samstags, 7.15 Uhr bis 7.55 Uhr, und mittwochs, 7.15 Uhr bis 7.55 Uhr). Die Übungsstunden sind abwechslungsreich gestaltet: Sie trainieren fast schwerelos im tiefen Wasser mithilfe eines Auftriebsgürtels, dem sogenannten „Aquabelt“. Ergänzt wird die Kurseinheit mit aerobem Ausdauertraining, Stabilisations- und Muskelausdauertraining sowie Intervalltraining. Die Kursgebühr beträgt 70 Euro zuzüglich zwei Euro Kartenpfand für insgesamt 13 Einheiten. Los geht's mit dem Mittwochskurs am 14. Januar 2015, der Samstagkurs startet am 24. Januar 2015. Bitte melden Sie sich vorab telefonisch oder per E-Mail an.

Abwechslungsreich und gelenkschonend: Wegen der großen Nachfrage gibt es nun einen weiteren Aquajogging-Kurs.



Treue zahlt sich aus

Strompreis sinkt im neuen Jahr.

SWM Öko-Strom wird ab 2015 günstiger. Hiervon profitieren selbstverständlich auch unsere bisherigen Kunden. Warum, erklären Eva-Maria Moser und Patrick Lehmann vom Energievertrieb der Stadtwerke Metzingen im Interview.

Warum können die Stadtwerke Metzingen ab 2015 günstigere Konditionen anbieten?

Eva-Maria Moser: Zum Jahreswechsel reduzieren sich gleich mehrere Umlagen. Unsere Kunden profitieren automatisch vom Preissystem der Stadtwerke Metzingen, bei dem alle staatlichen Umlagen und Steuern 1:1 weitergegeben werden. Die Kilowattstunde Strom wird deshalb um 0,18 Cent günstiger.

Wie wirkt sich die Veränderung der Netzentgelte aus?

Patrick Lehmann: Im kommenden Jahr steigen die Netzentgelte zwar deutlich an, aber mit der Energiepreisgarantie von SWM Öko-Strom geht diese Erhöhung ausschließlich zulasten der Stadtwerke. Über höhere Kosten durch die Netzentgelte brauchen sich unsere Kunden deshalb keine Sorgen zu machen.

Welchen Tipp können Sie Leserinnen und Lesern geben, die sich über SWM Öko-Strom informieren wollen?

Eva-Maria Moser und Patrick Lehmann: Einfach anrufen oder gleich in unserem Kundenzentrum vorbeikommen. Wir beraten gerne und unverbindlich. Am besten einfach die letzte Stromrechnung des bisherigen Stromanbieters zur Beratung mitbringen oder an uns schicken. Dann können wir gleich unverbindlich und kostenlos berechnen, wie viel sie mit SWM Öko-Strom sparen können.



Kompetente Beratung: Patrick Lehmann und Eva-Maria Moser beantworten gerne Ihre Fragen.



Carmen Haberstroh, Kaufmännische Werkleiterin der Stadtwerke Metzingen

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende entgegen – ein Jahr, in dem sich die Mitarbeiter der Stadtwerke Metzingen wieder mit viel Herzblut für die zuverlässige Versorgung ihrer Kunden mit Strom, Erdgas, Trinkwasser und Wärme sowie für den Erhalt unserer Metzinger Bäder eingesetzt haben. Auch haben wir im zurückliegenden Jahr zahlreiche Projekte realisiert, die zur Energiewende vor Ort beitragen: Anfang des Jahres haben wir das Straßenbeleuchtungsnetz von der EnBW übernommen und erhellen die nächtlichen Straßen Metzingsens nun mit Strom, der zu 100 Prozent aus erneuerbaren Quellen stammt. Auf dem Posthof-Areal, in den Hochhäusern am Pappelweg 27 und im Glemser Neubaugebiet „Entensee“ setzen wir auf Umwelt- und Klimaschutz. Hier werden wir die Bewohner mit Nahwärme aus modernen Blockheizkraftwerken versorgen, die gleichzeitig dezentral Strom erzeugen.

Eine weitere Aktion, die für das zurückliegende Jahr steht: Wir haben uns bei allen unseren SWM Öko-Strom-Kunden mit einem Treue-Bonus bedankt – dafür, dass sie sich mit ihrer Entscheidung für den Bezug von regenerativem Strom aktiv am Klimaschutz beteiligen.

Schön ist, dass wir im neuen Jahr nun den Strompreis sogar noch weiter senken können und die Gas- und Wasserpreise auf einem konstant niedrigen Niveau anbieten können.

Auch im kommenden Jahr setzen wir uns für den effizienten Einsatz von Energie ein. So berichten wir auf Seite 6 über die Elektroladestation auf unserem Betriebsgelände in der Stuttgarter Straße, die ab Januar allen Fahrern von Elektrofahrzeugen zur Verfügung steht.

Im Namen des gesamten Stadtwerke-Teams bedanke ich mich für Ihre Treue und Ihr Vertrauen und wünsche Ihnen für die bevorstehenden Feiertage alles Gute!

Ihre

Carmen Haberstroh
Kfm. Werkleiterin

Einfach selbst gedämmt!

Wer sein Eigenheim nicht energetisch saniert, verheizt sein Geld. Eine gute Dämmung verringert Wärmeverluste und Heizkosten erheblich. Ein Hausrundgang zeigt die Sparpotenziale schnell auf.

Warme Mütze: Dach dämmen

Bis zu 40 Prozent Wärme gehen über ein ungedämmtes Dach verloren. Wird das Dachgeschoss nur als Abstellraum genutzt, bietet sich eine einfache lückenlose Verlegung von Dämmplatten auf dem Fußboden des Speichers an. Kosten: etwa 40 Euro pro Quadratmeter (m²). Aufwendiger und teurer sind eine Auf-, Unter- oder Zwischensparrendämmung (50 bis 200 Euro pro m²). Dafür lässt sich das Dachgeschoss danach zum Wohnraum ausbauen.

Warme Füße: Kellerdecke dämmen

Durch den unbeheizten Keller verschwinden bis zu zehn Prozent der Heizwärme und die Heizkosten steigen. Einfaches Gegenmittel: Dämmplatten vollflächig und lückenlos an der Unterseite der Kellerdecke aufkleben. Empfohlene Dämm-

stärke: zehn Zentimeter. Mit etwas handwerklichem Geschick lässt sich diese Arbeit günstig in Eigenregie durchführen. Wer die Dämmung einem Profi überträgt, muss mit Kosten in Höhe von etwa 30 bis 50 Euro pro m² rechnen. Doch sobald im Erdgeschoss keiner mehr kalte Füße bekommt, hat sich die Investition gelohnt.

Warme Jacke: Fassade dämmen

Eine unsanierte Hausfassade lässt bis zu 30 Prozent der Wärme durch. Bei Sanierungen kommen meist Wärmedämmverbundsysteme aus Polystyrol (Styropor) zum Einsatz, die von außen an der Fassade angebracht werden. Wer auf Flammschutzmittel und Biozide (gegen Schimmel) im Wärmeschutz verzichten will, verwendet Dämmplatten auf Mineralbasis oder aus Holzfasern. Heizkostensparnis: im Durchschnitt 18 Prozent.

Glasklar: Neue Fenster halten dicht

Über alte Fenster mit Einfachverglasung entweichen bis zu 15 Prozent der Wärme. Eine Dreischeibenwärmeschutzverglasung reduziert diesen Verlust um 85 Prozent. Den Einbau neuer Fenster am besten zusammen mit einer Fassadendämmung planen – sonst droht Schimmel in der Wohnung! Wer die hohen Kosten scheut, erzielt mit Dichtungsbändern, Rollläden oder Vorhängen sofort Sparerfolge.

Warmes Wasser: Rohre ummanteln

Auch die Dämmung von Warmwasser- oder Heizungsrohren im Keller macht sich bei den Heizkosten sofort bemerkbar. Rohrdämmung aus Polyethylen (PE) ist in verschiedenen Stärken für 1 bis 3 Euro pro Meter im Baumarkt erhältlich. Auch mit Aluminium ummanteltes Dämmmaterial aus Mineralwolle eignet sich. Die Dämmarbeiten erledigt jeder Heimwerker leicht selbst. Eine jährliche Heizkostensparnis in Höhe von rund 20 Euro pro laufendem Meter Rohr ist möglich.



Geschickte Heimwerker können bei der Dachdämmung viele Arbeiten selbst erledigen. Eine professionelle Energieberatung im Vorfeld hilft, Wärmelecks zu erkennen sowie Kosten und Spareffekte abzuschätzen.



Web-Tipp

Infos über Fördergelder fürs Sanieren:
www.energie-tipp.de/foerderung

Gute Dämmung ist Pflicht

Mit der neuen Energieeinsparverordnung EnEV 2014 müssen bis Ende 2015 Decken beheizter Räume gedämmt werden, die an ein unbeheiztes Dachgeschoss grenzen und die Dämm-Mindestanforderungen nicht erfüllen. Der Gesetzgeber verlangt auch für Heizungsrohre in unbeheizten Räumen einen Kälteschutz. Mehr Infos dazu im Internet: www.enev-online.de

Einmal Stromtanken, bitte!

Mobilität der Zukunft – Elektroautos, Elektroroller, E-Bikes, Pedelecs

100%
Ökostrom



Elektrotankstelle ab Januar 2015

Ab Januar nächsten Jahres steht allen Fahrern von Elektroautos eine Ladestation mit zwei Ladestellen zur Verfügung. Der Standort: das Betriebsgelände der Stadtwerke Metzingen.

Bereits zu Beginn dieses Jahres hatten die Stadtwerke ihre Kunden gebeten, Vorschläge für den künftigen Standort der Elektroladestation einzureichen. „Es sind zahlreiche Tipps bei uns eingegangen. Das zeigt, wie groß das Interesse der Metzinger an Elektromobilität ist“, freute sich Alexander Schoch über die vielen Anregungen seitens der Kunden. Schoch ist bei den Stadtwerken für das Thema Elektromobilität verantwortlich. Vorgeschlagen wurde neben Bahnhof, Innenstadt, Outletbereich Lindenplatz und dem Industriegebiet auch der Standort bei den Stadtwerken in der Stuttgarter Straße. „Letztlich haben wir uns für das Betriebsgebäude entschieden. Es ist ein optimaler Platz für die Ladestation und bietet die meisten Vorteile“, begründet Schoch die Wahl. So wird die Ladestation immer zugänglich sein und bietet genügend freie Stellplätze. Von dort kann man zudem schnell zu Fuß die Innenstadt oder den Outletbereich erreichen, während das Fahrzeug auflädt. Auch konnte der Stromanschluss aus der vorhandenen Umspannung sehr günstig verlegt werden. Für die Stadtwerke stellt es natürlich auch einen Vorteil dar, dass die Ladesta-

tion direkt am Betriebsgebäude steht: Eventuelle Probleme können schnell behoben werden; falls es Schwierigkeiten beim Laden gibt, sind die Fachleute gleich zur Stelle.

Mit Ökostrom mobil

Die Ladestation werden die Stadtwerke Metzingen gemeinsam mit der Firma Kammerer Hausgeräte errichten, die sie anschließt und technisch betreut. Jede der beiden Ladestellen ist mit einer Typ-2-Ladeeinheit und einer Schuko-Steckdose ausgestattet. Die maximale Ladeleistung beträgt 22 Kilowatt. Je nach Fahrzeug kann man damit die Batterie innerhalb einer Stunde annähernd vollständig aufladen. Eine Selbstverständlichkeit: Die Stadtwerke versorgen die Ladestation mit 100 Prozent Ökostrom.

Tanken mit Ladekarte

Um das Fahrzeug aufzuladen, schaltet man mit einer Ladekarte die Station frei. Alternativ kann der Ladevorgang auch per SMS gestartet werden. Damit auch Besucher Metzingens und Durchreisende die Ladestation nutzen können, haben sich die Stadtwerke dem Verbund „ladenetz.de“ angeschlossen. Dies ist

eine Kooperation von zurzeit 46 Stadtwerken mit über 400 Ladestationen in Deutschland. Alle Kunden von „ladenetz.de“ können somit in Metzingen Strom tanken. Darüber hinaus steht die Metzinger Ladestation auch Besitzern von EnBW- und Vattenfall-Ladekarten zur Verfügung. Selbstverständlich funktioniert das auch umgekehrt.



INFO UND BERATUNG

Im Januar 2015 informieren die Stadtwerke ausführlicher über die Nutzungsmöglichkeiten der Ladestation. Interessenten können sich gerne schon vorab beraten lassen. Sie erreichen die Mitarbeiter der Stadtwerke telefonisch unter 07123/925-333, per E-Mail unter kundenservice@metzingen.de oder auch persönlich im Kundenzentrum, Stuttgarter Straße 59.

Meister ENGELKE
...der macht himmlische Bäder.

Bad
Heizung
Sanitär
Wellness
Solar
Erdwärme

Hindenburgstraße 36
72555 Metzingen

Telefon 0 71 23 / 94 39 8 - 0
Notfall-Service 01 70 / 3 36 76 42

göhner
Inh. Klaus Maierhöfer

Flaschnerei • Sanitär
Gas • Wasser • Heizung
Kundendienst und Badsanierung

72555 Metzingen • Brühlstraße 13
Telefon 0 71 23/44 89 • Telefax 0 71 23/47 93

hoss Rudi Hoss

Heizungsbau • Sanitär • Solar
Zeppelinstraße 2, 72555 Metzingen
Telefon 0 71 23/2 19 29, Telefax 0 71 23/4 18 27
Mobil 01 72/7 30 07 86

bad & heizung **Kaltmaier**
Ulmer Straße 85 • 72555 Metzingen • Telefon 0 71 23/9 67 30
www.kaltmaier.de • info@kaltmaier.de

IHR ZUVERLÄSSIGER PARTNER AM UM-, ALT- ODER NEUBAU

kammerer Heizungsbau
Sanitär
Flaschnerei
Solaranlagen

info@kkammerer.de
www.kkammerer.de

72661 Grafenberg • Buckenwiese 2 • Telefon 0 71 23/3 13 63 • Fax 3 56 89

Ihr Partner für Wasser und Wärme!

• Sanitär • Badgestaltung • Lüftung/Klima
• Heizung • Beratung • Flaschnerei
• Planung • Kundendienst ...und vieles mehr!

Kamtec Energie- & Gebäudetechnik
Badkreationen

Friedrich-Münzinger-Str. 6
72555 Metzingen
Tel. 07123 923 94-0
www.kamtec-online.de

Kokol Heizung • Sanitär

• Heizung • Bad • Solar
• Kundendienst • Planung + Beratung

M. Kokol
Blumenstraße 15
72555 Metzingen
Telefon 0 71 23/91 01-70
Telefax 0 71 23/91 01-71
Mobil 0 15 20/8 54 61 55
info@kokol-heizung.de
www.kokol-heizung.de

KURZ

- Heizung
- Klima
- Sanitär
- Solar

Klima- und Sanitärbau GmbH, Erich Kurz
Schillerstraße 10 • 72585 Riederich • Telefon 0 71 23/96 80-0
Telefax 0 71 23/96 80 99 • email info@kurz-heizung.de

Werner Reusch
Heizung + Sanitär, Öl- und Gasfeueranlagen
Solaranlagen, Kundendienst
Emil-Mörsch-Weg 82, 72555 Metzingen
Telefon 0 71 23/601 77, Telefax 0 71 23/4 17 46

Rümmelin Sanitär- und Heizungsinstallation
Blechverarbeitung, Kundendienst und
Wartung

Klaus Rümmelin, Am Weingarten 4, 72555 Metzingen-Neuhausen
Telefon 0 71 23/1 42 57, Telefax 0 71 23/1 42 93

Sanitär
Flaschnerei
Heizungsbau
Solaranlagen
Regenwassernutzung

sauter

Hans-Sachs-Weg 12
72555 Metzingen
Telefon 0 71 23/2 11 42
Telefax 0 71 23/4 14 81
E-Mail:
heizungsba.sauter@t-online.de
Notdienst 01 71/2 66 66 08

In allen Fragen der Haustechnik

WERZ **Dieter Werz**
Sanitär, Heizungsbau, Solar, Blechverarbeitung,
Regenwassernutzung, Erdwärmeanlagen
Wolfgrubstraße 15, 72555 Metzingen-Neuhausen
Telefon 0 71 23/45 25, Telefax 0 71 23/4 14 29

Ihr Kundendienst für Gas- und Ölheizung

FRANK WERZ GmbH
Heizung • Bad • Solar • Elektro

Telefon 0 71 23/1 83 18
Mobil 01 72/6 50 27 32
Neuwiesenstraße 2
72555 Metzingen-Neuhausen

Andreas **WÖRZ** Heizung und Bad
HEIZUNG • SANITÄR Solartechnik
Kundendienst

Andreas Wörz
Hofbühlstraße 11, 72555 Metzingen-Neuhausen
Telefon 0 71 23/6 14 07, Telefax 0 71 23/1 83 82
info@woerz-heizung-bad.de, www.woerz-heizung-bad.de

IMPRESSUM

SWMmagazin – die Kundenzeitschrift der Stadtwerke Metzingen,
Stuttgarter Straße 59, 72555 Metzingen, Telefon: 07123/925-333,
verantwortlich: Carmen Haberstroh, Ansprechpartnerin: Petra Münzing,
Telefon: 07123/925-333, E-Mail: stadtwerke@metzingen.de.

Verlag: trurnit Stuttgart GmbH, Curierstraße 5, 70563 Stuttgart,
Telefon: 0711/253590-0, Fax: 0711/253590-28, www.trurnit.de,
Redaktion: Holger Müller, Druck: hofmann infocom, Nürnberg,
Bilder: Stadtwerke Metzingen, Robert Kneschke/Fotolia.com (S. 2),
Frank Trurnit & Partner Verlag GmbH

TREUE LOHNT SICH.



CHARIS BÄCHLE UND SARAH ROOS
VERPASSEN KEIN TVN-HEIMSPIEL



Sportlicher Preisvorteil.

Wer einen cleveren Spielzug machen möchte, bezieht seinen Strom in Metzingen. Treue lohnt sich – beim Lieblingsverein und bei uns.

Weil wir von hier sind. Stadtwerke Metzingen.

Informationen unter 07123 925-260 oder unter www.stadtwerke-metzingen.de



Stadtwerke
Metzingen