

Sport

in Hessen



Landessportbund
Hessen e.V.

Trendsport
im
Verein



#sportVEREINTuns

Gesundheitsmonat mit digitalen Angeboten

Gesundheitsserie

Gesund mit Sport – Tipps vom Experten

Editorial

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

Hand auf's Herz: Was sagt Ihnen der Begriff Hyrox? Wenig? Vielleicht haben Sie aber schon von Spikeball Roundnet gehört? Oder von Pickleball? Ebenfalls nicht? Hyrox, Spikeball Roundnet und Pickleball sind – ebenso wie SUP-Yoga, Hobby Horsing oder Airboarding – einige der unzähligen Trendsportarten, die um die Gunst der Freizeitsportler/innen ringen und fast inflationär auf den Markt drängen.

Gleichzeitig wird unseren Sportvereinen oft unterstellt, sie fokussierten sich zu sehr auf tradierte Sportarten, seien nicht innovativ und zu weit vom Zeitgeist entfernt.

Sollten sich die Vereine also stärker für Trendsportarten öffnen? Sollten Sie ihr Angebot ausweiten, um moderner und innovativer zu sein? Die Antwort ist ein klares Jein! Grundsätzlich gibt es in unseren knapp 7.600 hessischen Sportvereinen ebenso vielfältige wie bedarfsorientierte Angebote. Aber möglicherweise kann der eine oder andere Verein für sich einen Trendsport identifizieren, der gut ins vorhandene Angebot passt und an dem vor Ort genügend Interesse besteht.

Welche neuen Trends es gibt, wie Vereine Trendsportarten bereits sinnvoll integriert haben und wann es keinen Sinn macht, auf Trendsport zu setzen, sind Inhalte, die wir in unserem heutigen Titelthema näher beleuchten.

Die große Klammer, die die unterschiedlichen Sportarten verbindet, ist neben der Freude am Sport der Gesundheitsaspekt. Das Thema Gesundheit bildet den zweiten Schwerpunkt der vorliegenden Ausgabe der „Sport in Hessen“. So rufen wir ab dem 15. März im



Rahmen unserer Kampagne #sportVEREINTuns zur Teilnahme an einem digitalen Gesundheitsmonat auf. Knapp vier Wochen lang leiten wir abends zum aktiven Sporttreiben an und beschäftigen uns auch in der Theorie mit wichtigen Fragen rund um das Thema Bewegung.

Weiterhin startet heute unsere Serie „Gesund mit Sport“. Unser Gesundheitsbeauftragter, der renommierte Sportmediziner Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer, gibt in der Serie wertvolle Tipps zum gesunden Sporttreiben und damit zum Gesundbleiben.

Weil, trotz aller Umsicht, im Sport auch Unfälle passieren oder im regulären Vereinsbetrieb Schäden entstehen können, haben wir unseren Versicherungsvertrag mit der ARAG Sportversicherung ausgeweitet. Einer lediglich marginalen Beitragserhöhung stehen deutlich ausgeweitete Versicherungsleistungen gegenüber. Dies und vieles mehr finden Sie in der heutigen Ausgabe. Viel Spaß beim Lesen!

Dr. Susanne Lapp

Auszüge aus dem Inhalt



6

Titelthema
Trendsport im Verein



16

Bewegung zurückbringen
Schule und Verein: Jetzt bewerben!

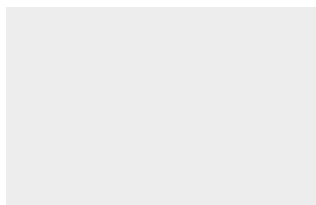
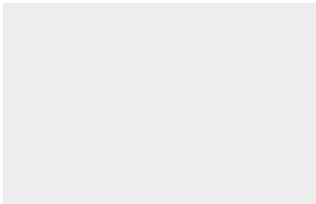
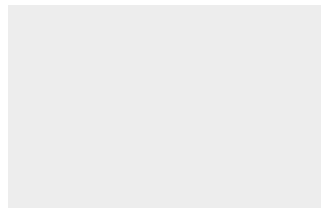
3 Gesundheitssport
Online-Gesundheitsangebote im März

4 Gut versichert
Der neue Sportversicherungsvertrag

12 Gesund mit Sport
Neue Serie in „Sport in Hessen“

17 sportinfrastruktur
Fachseminare

19 Sportjugend
Plädoyer für Zusammenhalt und Demokratie



Impressum

Herausgeber: Landessportbund Hessen e. V. (lsbh); Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt, Tel.: 069/6789 -0

Verantwortlich für den Inhalt: Dr. Susanne Lapp, Vizepräsidentin für Kommunikation und Marketing, Glauburgstraße 11, 60318 Frankfurt.

Redaktion: Leitung Ralf Wächter (RW), Markus Wimmer (maw), Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt.

So erreichen Sie uns: Ralf Wächter, rwaechter@lsbh.de, Tel.: 069/6789 -262; Markus Wimmer, mwimmer@lsbh.de, Tel. 069/6789-437; Fax: 069/6789-300.

Verlag: Pressehaus Bintz-Verlag GmbH & Co. KG, Waldstraße 226, 63071 Offenbach

Druck und Vertrieb: Dierichs Druck + Media GmbH & Co. KG, Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel.

Abonnementverwaltung: Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel, Tel.: 0561/60280-452, Fax: 0561/60280-499, E-Mail: abo-sih@dierichs-druck.de

Anzeigen Nord/Mitte: Ulrike Weingardt, Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel, Tel.: 0561/60280-162, Fax: 0561/60280-199, E-Mail: weingardt@ddm.de

Anzeigen Süd: Torsten Wethlow, Waldstraße 226, 63071 Offenbach, Tel.: 069/85008-368, Fax: -394, E-Mail: sih@op-online.de

Sport in Hessen erscheint vierzehntägig zum Wochenende

Bezugspreis: Jährlich Euro 51,11 einschl. Postgebühren und MwSt. Bestellungen für Vereine beim Landessportbund Hessen e. V., für Privatpersonen bei Dierichs Druck + Media GmbH & Co. KG

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung der Verfasser wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Gewähr übernommen. Eine Rücksendepflicht besteht nicht.

Titelfoto: Harry Potter lässt grüßen: Den (fliegenden) Besen zwischen die Beine geklemmt und mit der freien Hand den Ball geführt – so stellt sich die gemischt-geschlechtliche Vollkontaktsportart Quidditch dar. Quidditch gehört zu den unzähligen Trend- und Funsportarten, die fast schon inflationär in Wellenform in die Sportgesellschaft schwappen. Welchen Nutzen Trendsportarten für Hessens Sportvereine haben, beleuchten wir im Titelthema dieser Ausgabe.

Foto: Shutterstock.com

www.landessportbund-hessen.de

Gesundheitsmonat

Landessportbund Hessen und der Hessische Turnverband laden zur Teilnahme an Online-Gesundheitsangeboten ein / Wertvolle Tipps in Theorie und Praxis

Corona-bedingte Einschränkungen im Vereinssport, fehlende Motivation und die kalte Jahreszeit – viele ansonsten Sportbegeisterte haben sich in den letzten Monaten deutlich weniger bewegt, als gesund und sinnvoll wäre. Hier setzt eine Aktion des Landessportbundes Hessen e.V. (lsb h) an. Gemeinsam mit dem Hessischen Turnverband ruft die Dachorganisation des Sports in Hessen ab Dienstag, dem 15. März, zur aktiven Teilnahme an einem „Gesundheitsmonat“ auf. Unter dem Motto „Gesund mit Sport“ werden in lockerer Folge abends via Internet sowohl Bewegungsangebote als auch Fachbeiträge gestreamt oder per Zoom-Meeting angeboten.

Die Aktion selbst richtet sich an die Mitglieder und Übungsleiter/innen der knapp 7.600 hessischen Sportvereine. Natürlich können auch Interessierte, die noch nicht Mitglied eines hessischen Sportvereins sind, teilnehmen. Gleichzeitig können die Vereine ihre Mitglieder zur Teilnahme am Gesundheitsmonat aufrufen und dabei auf ihre eigenen Angebote hinweisen.

Die Mitmachangebote des Gesundheitsmonats reichen auszugsweise vom „Faszientraining“ über „Aktive Kinetik“ oder „Flex und Stabilisation“. Das alles klingt in der Theorie möglicherweise komplexer, als es in der Praxis ist. Denn: Die Übungseinheiten sind so konzipiert, dass auch nicht ganz so sportliche Menschen teilnehmen können.

Tipps und Infos von Expert/innen

Auch die Fachbeiträge sind für ein breites Publikum angelegt und beinhalten wertvolle Tipps und wichtige Informationen. Dabei werden unter anderem die Themen „Rückengesundheit“ (Bewegungssprechstunde), „Warum Gesundheitssport wichtig ist“ oder „Long Covid und Sport“ angesprochen. Dass sowohl der praktische als auch der theoretische Teil des Gesundheitsmonats von qualifizierten und spezialisierten Referent/innen durchgeführt wird, versteht sich von selbst.

Vereinswettbewerb „Burpee-Challenge“

Letztlich gehört auch eine Burpee-Challenge zum Programm des Gesundheitsmonats. Hinter Burpee, soviel zur Erläuterung, verbirgt sich nichts anderes als die fließende Bewegung vom Strecksprung in die Liegestützhaltung und umgekehrt. Und hier sind die Vereine gefordert. Die können via Instagram und Facebook Bilder oder Videos, die Vereinsmitglieder bei den Burpees zeigen, teilen. Unter den Vereinen, die Burpees gepostet haben, werden Preise verlost. Profitieren werden



aber auch die Vereine, die keinen Preis gewinnen. Denn: Mit den Posts macht der Verein in sympathischer Art und Weise auf sich aufmerksam. Das wiederum ist gleichzeitig das Ziel der Kampagne #sportVEREINTUNS, mit der der Landessportbund Hessen seine Mitgliedsvereine unterstützt und in die sich auch der Gesundheitsmonat einordnet. Die Kampagne stellt den Vereinen einen einfach zu bedienenden „Online-Werkzeugkasten“ zur Verfügung. Mit den Werkzeugen können professionell Plakate, Postkarten und Motive für die sozialen Medien gestaltet und damit für Vereinsangebote geworben werden.

Laufzeit

Der Gesundheitsmonat selbst, soviel zum Hintergrund, beginnt am Tag der Rückengesundheit, dem 15. März, und endet mit dem von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ausgerufenen Weltgesundheitstag am Donnerstag, dem 7. April.

Ralf Wächter/Marco Mattes



Ausführliche Informationen zum (kostenlosen) Programm des Gesundheitsmonats sowie die Links, unter denen man sich zu den Veranstaltungen anmelden kann, gibt es im Internet unter der Adresse <http://yourls.lsbh.de/gesundheitsmonat>.



Die Kampagne

#sportVEREINTUNS ist unter der Adresse landessportbund-hessen.de/sportvereintuns im Internet zu finden.



Tipps für Vereine, die mit einem erweiterten Sportangebot noch attraktiver für ihre Mitglieder werden oder sogar neue Mitglieder dazu gewinnen wollen: Präventionssportangebote und das dazugehörige Förderprogramm „Mehr Prävention für unser SPORTLAND HESSEN“ bieten ideale Möglichkeiten. Mehr unter <http://yourls.lsbh.de/praeventionssport>.

Gut versichert!

Deutlich mehr wichtige Leistungen bei minimalen Beitragserhöhungen / Der Landessportbund Hessen e.V. hat den Sportversicherungsvertrag für seine Mitglieder neu verhandelt / Interview mit Dr. Frank Weller

Sie sind zum Glück nicht an der Tagesordnung, sie lassen sich aber auch nicht vollständig vermeiden – die Unfälle im Alltagsbetrieb eines Sportvereins. Mit der ARAG-Sportversicherung hat Hessens organisierter Sport seit vielen Jahrzehnten einen starken Partner an seiner Seite. Die Versicherung hilft im Kontext nicht nur bei gesundheitlichen Schäden, die während der Sportausübung entstanden sind. Vielmehr können sich die Vereine auch im Haftpflichtbereich und in weiteren Bereichen auf die ARAG verlassen.

Seit 1. Januar 2022 ist ein neuer Versicherungsvertrag mit einer Laufzeit von neun Jahren in Kraft. Sport in Hessen sprach mit dem im Präsidium des Landessportbundes für den Bereich Vereinsmanagement zuständigen Vizepräsidenten Dr. Frank Weller über Eckpunkte des neuen Vertrags und über die Vorteile für die Versicherten. Die Fragen stellte Ralf Wächter.

Herr Dr. Weller, wer sich heute im Vorstand eines Sportvereins engagiert, steht vor zunehmend komplexer werdenden Herausforderungen. Dabei passiert auch schnell einmal ein Fehler, der möglicherweise Kosten verursacht. Können Vereine hier auf die Hilfe der ARAG zählen?

Auf jeden Fall. Nehmen wir als Beispiel die Vermögensschaden-Haftpflichtversicherung. Unser Leben wird immer digitaler. Das gilt auch für den Vereinsbereich. Im Internet oder den Sozialen Medien kann ganz schnell eine Urheberrechtsverletzung passieren. Wenn der Verein oder Verband auf seiner Homepage beispielsweise Bilder oder Texte verwendet, die vom Urheber nicht genehmigt wurden, muss der Verein oder Verband möglicherweise haften. Hier haben wir dem Versicherungsschutz einen wichtigen Baustein hinzugefügt. Mit der Erweiterung wird der Verein oder Verband vor den Folgen der Urheberrechtsverletzung und den Unterlassungsansprüchen geschützt.

Nehmen wir ein weiteres Beispiel aus dem Vereinsleben, den Schlüsselverlust. Wenn beispielsweise Übungsleitende versehentlich den Schlüssel zur städtischen Turnhalle verlieren, kann das ziemlich teuer werden.

Das stimmt. Bei einem Verlust eines Generalschlüssels für die angemietete kommunale Sporthalle können durchaus vier- oder sogar fünfstelligen Kostenbeträge anfallen, da in der Regel die komplette Schließanlage ausgetauscht werden muss. Ebenso kann eine Neuco-

dierung der Schlüsselkarte notwendig werden. Je nach Objekt ist gegebenenfalls auch ein Objektschutz erforderlich. Wegen des hohen Kostenrisikos haben wir uns dazu entschlossen, auch hier die Entschädigungsgrenze anzuheben. Die Entschädigungsgrenze aus dem Abhandkommen und der Beschädigung von fremden Schlüsseln und Codekarten wurde von 5.000 Euro auf 10.000 Euro erhöht.

Wie sieht es im Bereich von Personen- oder Sachschäden bei der Allgemeinen Haftpflichtversicherung aus?

Wir haben die Versicherungssumme der Allgemeinen Haftpflichtversicherung für Personen- und Sachschäden von 5 Millionen Euro auf das Doppelte, also auf 10 Millionen Euro erhöht. Damit haben wir insbesondere dem exponierten Absicherungsbedarf bei Ansprüchen wegen Personenschäden – aus denen im schlimmsten Fall lebenslange Ansprüche der Geschädigten entstehen – umfassend entsprochen.

Die Erhöhung der Versicherungssumme ist aber auch aus einem weiteren Grund wichtig: Wir haben festgestellt, dass Schäden eine stetig höher werdende Anspruchsmentalität nach sich ziehen. Dazu kommt eine in Teilen veränderte Rechtsprechung, die beispielsweise die Verkehrssicherungspflichten der Vereine für ihr Sportgelände stetig ausweitet.

Betrachten wir noch einen Fall, der hoffentlich nie eintreten wird, nämlich die Invalidität. Welche Leistungen können Betroffene hier erwarten?

Wir haben die Höchstleistung für Dauerschäden – Invalidität – von 150.000 Euro auf 200.000 Euro angehoben. Wir wollen damit sicherstellen, dass die Mitglieder bei einem schweren Unfall finanziell besser versorgt werden. Insgesamt haben wir die Absicherung noch sportnaher konzipiert, indem beispielsweise Leistungen für das Reha-Management jetzt schon ab einem Invaliditätsgrad von 50 Prozent erbracht wird.

Vielen Dank für das Gespräch!



Der Landessportbund Hessen übernimmt für seine Mitgliedsvereine die Hälfte der Versicherungsbeiträge für die versicherten Vereinsmitglieder. Mit dem neuen Versicherungsvertrag wurden die Versicherungsleistungen deutlich ausgeweitet, die Beiträge stiegen aber nur marginal. So zahlen Vereine jetzt für Kinder 0,35 € (bisher 0,31 €), für Jugendliche 0,83 € (0,78 €) und für Erwachsene 0,94 € (0,90 €).



O B E N

Dr. Frank Weller, Vizepräsident des Landessportbundes Hessen e.V. ist im lsb h-Präsidium zuständig für Vereinsmanagement.



Informationen zur Sportversicherung und zum Versicherungsvertrag gibt es im Internet unter yourls.lsbh.de/sportversicherung

Verbesserte Leistungen für Sie

Kurzdarstellung der wesentlichen
Leistungsänderungen per 01.01.2022



	aktuell	neu ab 01.01.2022
Abschnitt B – Versicherungszweige		
Unfallversicherung		
Erhöhung der Höchstleistung (max. Invaliditätsleistung ab 75 % Invaliditätsgrad)	150.000 €	200.000 €
Sämtliche Verrenkungen, Zerrungen, Zerreißen, infolge erhöhter Kraftanstrengung (nicht nur an Muskeln, Sehnen, Bändern und Gelenken)	X	✓
Eine Anrechnung von Krankheiten und Gebrechen entfällt bei bei einem Mitwirkungsanteil weniger als	25%	50%
Verlängerte Fristen für die Unfallmeldung	insgesamt 30 Monate	insgesamt 36 Monate
Reha-Management	15.500 €	20.000 €
Reha-Management wird ab einem Invaliditätsgrad von	75%	50%
Serviceleistungen (z.B. Such-, Rettungs- oder Bergungseinsätze, etc.)	3.000 €	5.000 €
Haftpflichtversicherung		
Versicherungssumme pauschal für Personen- und Sachschäden	5.000.000 €	10.000.000 €
Bauherr von Bauvorhaben bis Bausumme	260.000 €	500.000 €
Schäden an fremden Wasserfahrzeugen infolge von Auf- und Abklippen	X	20.000 €
Schlüsselverlust	5.000 €	10.000 €
Tätigkeitsschäden durch gewerbliches Personal (zum Beispiel Hausmeister)	X	✓
Be- und Entladeschäden	X	✓
Mitversicherung des Betriebs von Photovoltaik- und Solarthermie-Anlagen auf Vereinsgrundstücken	X	✓
Luftsportrisiken		
Flugmodelle/Drohnen	X	4 kg (insb. Drohnen)
Umwelt-Haftpflichtversicherung		
Versicherungssumme	3.000.000 €	5.000.000 €
Umweltschaden-Versicherung		
Versicherungssumme	X	5.000.000 €
Vermögensschäden-Haftpflichtversicherung		
Mitversicherung von Unterlassungsansprüchen/strafbewehrte Unterlassungserklärungen im Zusammenhang mit einer Verletzung von Persönlichkeits-, Namens-, Urheber- und Markenrechten oder sonstigen geistigen Eigentum	X	✓
Mitversicherung von Vermögensschäden aus der Verletzung von Datenschutzgesetzen durch Missbrauch personenbezogener Daten	X	✓
Rechtsschutzversicherung		
Versicherungssumme	75.000 €	100.000 €
Darlehensweise (Straf-) Kautions	25.000 €	50.000 €
Sozialgerichts-Rechtsschutz inklusive Widerspruchsverfahren	X	✓
Opfer-Rechtsschutz	X	✓
Selbstbeteiligung	250 €	200 €

X = nicht enthalten ✓ = enthalten



Sinn und Unsinn von Trendsport im Verein

Wie Hessens Sportvereine von neuen Trends im Sport profitieren können

Viele von ihnen kommen quasi über Nacht, schwappen als Welle aus den USA zu uns herüber oder werden uns subtil von der Sportartikelindustrie angedient. Einige etablieren sich auf dem „Markt“, andere verschwinden ebenso schnell, wie sie gekommen sind. Die Rede ist von Trendsportarten. Padel, SUP-Yoga, Airbording, Pickleball oder Hobby Horsing sind Beispiele dafür. Die Frage, die sich im Kontext mit dem Sportangebot der im Landessportbund Hessen organisierten Sportvereine stellt, liegt auf der Hand: Inwieweit ist es für Sportvereine sinnvoll, wichtig oder gar notwendig, sich eingehend mit Trends im Sport zu beschäftigen?

Eine Frage, die differenziert betrachtet werden muss. Denn das mögliche Interesse an neuen, spannenden und „trendigen“ Sportarten ist nicht nur regional unterschiedlich. Soll heißen: Was Bewegungsinteressierten in der Großstadt gefällt, muss in ländlichen Regionen nicht unbedingt auf Gegenliebe stoßen. Konkret: Die Resonanz auf eine „Tuesday Night Skating“-Aktion, wie sie in Frankfurt erfolgreich umgesetzt worden ist, dürfte in einem Dorf im Vogelsberg eher gering sein. Umgekehrt werden sich im urbanen Ballungsraum kaum Mountainbike-Strecken realisieren lassen.

Die strukturellen Gegebenheiten auf der einen Seite, aber auch die räumlichen, personellen und finanzi-

ellen Gegebenheiten eines Vereins auf der anderen Seite sind weitere Faktoren, die es zu berücksichtigen gilt.

Wie sich Vereine der Entscheidung für oder gegen die Aufnahme einer Trendsportart in ihr Angebot nähern sollten, wird im Interview mit Ralf-Rainer Klatt, Vizepräsident Sportentwicklung des Landessportbundes Hessen, auf der rechten Seite angesprochen.

Beste Beispiele für Vereine, die Trendsportarten erfolgreich in ihr Angebot integriert haben, finden sich auf den Seiten 8 und 9. Hier hat „Sport in Hessen“-Redakteur Markus Wimmer in Gesprächen mit dem MTV Gießen und der TGS Offenbach Bieber herausgearbeitet, wie sich neue Sportarten positiv auf das Vereinsleben ausgewirkt haben.

Dass es nur wenigen Trendsportarten gelingt, sich dauerhaft in der Welt des Sports zu etablieren, wird an den Beispielen von Dart, Floorball, Pétanque und Frisbee auf der Seite 10 deutlich. Alle vier Sportarten sind über ihre Fachverbände mittlerweile Mitglied im Landessportbund Hessen. Letztlich beleuchten wir auf der Seite 11, welchen Einfluss der Megatrend Gesundheit auf den Sport im Verein haben kann.

Ralf Wächter

O B E N

Pickleball ist eine Trendsportart mit Ursprung in den USA. Die Sportart erinnert an Tennis, bedient sich aber auch bei Tischtennis und Badminton. Generell ist Pickleball deutlich langsamer als Tennis und wird auf einem kleineren Feld gespielt.

Foto: Shutterstock

Titelthema

Trendsport
im
Verein

Trendsport, ja aber ...

Was sollten Vereine berücksichtigen, wenn sie Trendsportarten anbieten wollen? / Wie beurteilt der Landessportbund Hessen das Thema Trendsport? / Interview mit Ralf-Rainer Klatt, lsb h-Vizepräsident Sportentwicklung

Wie der Landessportbund das Thema Trendsport(arten) sieht, zeigt das nachfolgende Interview mit Vizepräsident Ralf-Rainer Klatt. Die Fragen stellte Ralf Wächter.

Wie ordnet der Landessportbund Hessen e. V. Trendsport und Trendsportarten in sein Aufgabenspektrum ein?

Zu der Vielfalt des Sports, für die der lsb h steht, gehören auch Trendsportarten. Sie nehmen Anteil an Sportentwicklungsprozessen. Dementsprechend beschäftigt sich der Geschäftsbereich Sportentwicklung, für den ich verantwortlich zeichne, mit ihren Ausprägungen und Facetten. Je nach Ausrichtung, öffentlichem Interesse und Organisation sind jedoch auch andere Geschäftsfelder im lsb h mit beteiligt, zum Beispiel die Berichterstattung, der Vereinservice bis hin zum Leistungssport. Außerdem findet ein Dialog mit potenziell zu beteiligenden Fachverbänden statt. Wie schnell sich eine Trendsportart zu einer „anerkannten Sportart“ weiterentwickelt, zeigt sich aktuell bei den zu Ende gegangenen Olympischen Winterspielen. Shorttrack oder die verschiedenen Varianten des Snowboardfahrens gibt es noch nicht lange.

Es gibt unzählige Trendsportarten. Ist es für Vereine zwingend notwendig, die Trends aufmerksam zu beobachten oder kann man Trends vernachlässigen?

Zunächst ist es einmal wichtig, zu klären, ob es sich tatsächlich um einen Trend, eine Trendsportart handelt, oder bestimmte Interessengruppen den Begriff eher – und dann ungerechtfertigt – aus kommerziellen oder Marketinggründen benutzen. Zweitens gilt natürlich nicht für jeden Verein alle der in der Tat sehr zahlreichen Varianten von „neuem Sport“ im Blick zu behalten. Gerade in den monostrukturierten Vereinen – und das sind in Hessen die meisten – sollte schon ein Bezug zu der vorhandenen Sportart oder ein Mehrheitsbeschluss der Mitglieder vorliegen, Vereinsprofil und Angebotspalette zu erweitern. In größeren und vor allem in Mehrspartenvereinen halte ich es für angebracht, sich mit Bewegungstrends kontinuierlich zu beschäftigen. Die Trendbeobachtung gehört zur Vereinsentwicklung.

Wie können Vereine seriös zwischen relevanten und nicht relevanten Trends unterscheiden?

Hilfreiche und kompetente Ansprechpersonen sind auf jeden Fall in den verschiedenen Geschäftsbereichen des Landessportbundes zu finden. Auch in unserer Bildungsakademie, die sich ebenfalls mit Trendsport(arten) beschäftigt, finden sich Fachleute. Die Zusammenarbeit mit Sportwissenschaft und Zukunftsforschung liefert solide Grundlagen, der Austausch mit anderen Verbänden ebenso.

Welche grundsätzlichen Überlegungen sollten Vereine anstellen, wenn sie Trendsportarten anbieten wollen?

Ob ein Verein sich einer neuen Sportart nähert, hängt von vielen Faktoren ab, die immer zur Sportentwicklung im Verein gehören. Es muss geklärt werden, welche (zusätzlichen) Werte sich ergeben. Welche Personengruppe wird angesprochen? In welcher Anzahl besteht schon Interesse? Lässt sich das Interesse steigern? Wer übernimmt die Verantwortung, sowohl in der Organisation als auch in der Anleitung? Welche Infrastrukturen einschließlich von (Sport-)Geräten werden benötigt? Stehen diese zur Verfügung? Welche finanziellen Anforderungen entstehen? Wie werden sie gedeckt? Und wie wird schließlich über dieses neue Sportangebot kommuniziert. Eine grundsätzliche Offenheit, Bereitschaft etwas auszuprobieren, gegebenenfalls aber auch wieder zu beenden, sollte im Verein darüber hinaus vorhanden sein. Sinnvoll ist es weiterhin, sich einen zeitlichen Rahmen zu geben, konkrete Ziele zu formulieren und regelmäßig zu überprüfen.

Welche Fallstricke kann es geben, wenn Vereine ihr Angebot um eine Trendsportart erweitern?

Grundsätzlich können sich „Fallstricke“ ergeben, wenn die genannten Fragen und Themenfelder entweder nicht gründlich bearbeitet oder auch zu wenig auf die Zusammenhänge und Abhängigkeiten der einzelnen Aspekte voneinander geachtet wird. Wenn sich lediglich aus einer Laune heraus, aus einem euphorischen Anlauf oder nur von wenigen Beteiligten und noch weniger Verantwortung Übernehmenden eine Trendsportart im Verein etablieren soll, dann können sich Fallstricke plötzlich als Schlingen zusammenziehen. Nochmals: Nicht jede Trendsportart ist für jeden Verein geeignet!

Wie steht der lsb h zu Trendsportarten und welche Hilfestellungen kann er seinen Vereinen im Kontext bieten?

Da sich der Landessportbund sowohl als Anwalt des organisierten Sports als auch als eine laufend lernende offene Organisation versteht, berücksichtigt er in seinen Perspektiven selbstverständlich auch Trends, Trendsport und sich daraus entwickelnde Trendsportarten. Entwicklungen begleitet er kritisch konstruktiv und wo notwendig auch aktiv unter Einbindung seiner Mitgliedsorganisationen und Partner. Seine Vereine ermutigt er, sich kreativ neuen Themen zu widmen und unterstützt sie bei Bedarf auf den notwendigen fachlichen Ebenen bis hin zu individueller Beratung und einem Coaching des Prozesses. In der Sportlandschaft stellen die Vereine kultivierte Räume dar, in der neue Pflanzen sich entwickeln können, sich aber auch durchsetzen müssen. Dieses Bild gilt analog für Trendsport und Trendsportarten.



O B E N

Ralf-Rainer Klatt ist Vizepräsident des Landessportbundes Hessen e. V. und für den Bereich Sportentwicklung zuständig.



Ansprechpartner zum Thema Trendsport ist der Geschäftsbereich Sportentwicklung des Landessportbundes Hessen e. V., E-Mail: gfriedrich@lsbh.de.

Neuer Schwung im Verein

Wie beim MTV Gießen und der TGS Offenbach Bieber Trendsport erfolgreich integriert wurde

Seit 1846 gibt es den MTV Gießen, der damit zu den ältesten Turnvereinen Deutschlands zählt. Dass Tradition und Zukunftsorientierung kein Widerspruch sein muss, beweist der MTV schon seit vielen Jahren. Seine Bekanntheit schöpft der Verein aus seiner Basketball-Geschichte mit langjähriger Bundesligazugehörigkeit und mehreren Deutschen Meistertiteln. Seit 1993 sind die Top-Basketballer als Gießen 46ers allerdings ausgegliedert und der Verein orientiert sich seitdem verstärkt auf den Nachwuchs- und Breitensport. Ein Teil dieser Orientierung ist der sehr offene Umgang mit Fun- und Trendsportarten. 30 Sportabteilungen finden sich unter dem Dach des Gießener Traditionsvereins. Neben den Klassikern wie Turnen, Fußball, Basketball oder Leichtathletik gibt es American Football, Floorball, Bridge, Streetworkout, Roundnet, Ultimate Frisbee und sogar Quidditch.



„Manche Gruppen sind aus dem Verein heraus entstanden, andere haben vorher schon als Freizeitgruppen existiert und fragen irgendwann bei uns an“, schildert Mario Bröder, Geschäftsführer des Vereins wie solche neuen Sportgruppen entstehen können. Auch das Sportamt der Stadt ist immer wieder involviert: „Oft treffen sich Interessierte zunächst nur zum gemeinsamen Sport, die Gruppen wachsen dann weiter, wollen sich regelmäßig treffen und nehmen irgendwann Kontakt mit dem Sportamt der Stadt auf. Von dort werden die Interessierten an die entsprechenden Gießener Sportvereine verwiesen.“

Universität schafft Nachfrage

Für Bröder liegt ein Grund für diese Vielfalt in der Bevölkerungsstruktur der Stadt. Durch die Universität ist die Nachfrage nach „ungewöhnlichen“ Sportarten durchaus hoch. So besteht die Quidditch-Abteilung in erster Linie aus Studierenden und hat während der Corona-Pandemie entsprechend gelitten. Auch Floorball, Roundnet („Spikeball“), Ultimate Frisbee und Streetworkout zieht viele Studierende an, was zum einen zu relativ jungen Teams, aber auch gleichzeitig für eine erhöhte Fluktuation in den Gruppen sorgt.

„Momentan ist die Nachfrage nach Angeboten, die im Freien stattfinden, sehr hoch, da spielt Corona sicher auch eine Rolle“, glaubt Bröder. Als „Trendsport“ würde er aktuell „Roundnet“ bezeichnen, obwohl auch dieser aktuell sehr populäre Ballsport bereits seit 2016 beim MTV Gießen angeboten wird. Privat organisiert wurde damals nahezu täglich auf den Wiesen am Schwanenteich gespielt. Innerhalb kürzester Zeit wuchs die Gruppe durch Freunde und Passanten weiter an. Mit dem steigenden Niveau stieg auch das Verlangen, sich mit anderen Spieler/innenn zu messen. 2017

wurden die ersten Turniere besucht. Darunter auch Europameisterschaften sowie deutsche Indoormeisterschaften. Aktuell kommt die Deutsche Vizemeisterin im Einzel- und Deutsche Meisterin im Mixed-Wettbewerb aus den Reihen des MTV.

Angebote verschwinden auch wieder

Aber nicht alle Trendsportarten schaffen es, sich dauerhaft über mehrere Jahre zu etablieren. Zumba und Capoeira werden inzwischen beispielsweise beim MTV nicht mehr angeboten. Für Mario Bröder ist es normal, dass Trends kommen und gehen, allerdings empfindet er die hohe Schlagzahl im Fitnessbereich als problematisch. Angesichts der vielen „neuen“ „Sportarten“ und Methoden dort, die in immer kürzeren Abständen auf den Markt geworfen werden, plädiert er für Zurückhaltung. Zumal bestimmte Fitness-Trends mit der Anschaffung teurer Sportgeräte verbunden sind.

Abwechslung statt Einförmigkeit

Dass nicht immer das Neueste gefragt ist, sieht der MTV-Geschäftsführer auch durch eine Umfrage im Verein bestätigt: der MTV hat einen hohen Anteil an Kindern und Jugendlichen in seiner Mitgliederschaft und hat die Eltern der Kinder gefragt, welches Sportangebot für sie persönlich interessant wäre. „Dabei wurden sehr häufig ein Mix verschiedener Fitness-Angebote genannt. Die Leute wollen offenbar nicht in jeder Übungsstunde das Gleiche machen.“

Der Verein hat auf die Umfrage reagiert und bietet inzwischen solche Sportformen erfolgreich an. Was würde er anderen Vereinen raten? „Vorsicht bei teuren Gerätschaften, Hilfe beim Start der Gruppe und dann muss man es einfach laufen lassen“.

O B E N

Spikeball oder Roundnet ist ein Trendsport, der in den vergangenen zwei Jahren sehr populär geworden ist.

Foto: shutterstock.com

Titelthema

Trendsport
im
Verein

Die **TGS Offenbach Bieber** hat acht Abteilungen und bietet mit Handball, Volleyball und Badminton ganz klassische Sportarten an. Mit einem breiten Gesundheitssport- und Fitness-Angebot ist die TGS ein Verein, der alle Altersgruppen ansprechen will. Das Vorstandsteam in Offenbach ist relativ jung und der Verein hat sich im Bereich der Online-Aktivitäten erfolgreich neu aufgestellt. Trend- und Funsport sind Teil der Leichtathletik-Abteilung, die bei der TGS „Leichtathletik&Fun“ heißt.

Ferienfreizeiten als Impulsgeber

Christian Fuchs, im Abteilungsteam für Trend- und Funsport zuständig, blickt auf zwei dynamische Jahre zurück. Seit 2020 gibt es im Verein eine Gruppe für Schwedenschach, seit 2021 wird bei der TGS Spikeball (Roundnet) gespielt, im Januar ist das Angebot Fun4Fit gestartet. Spikeball und Schwedenschach haben Übungsleiterinnen und Übungsleiter eingebracht, die auf Ferienfreizeiten Bekanntschaft mit den beiden Sportarten gemacht hatten. „Nach diesen Freizeiten entstand der Wunsch, sich regelmäßig zum spielen zu treffen“, fasst Fuchs die Entstehungsgeschichte der Bieberer Funsport-Gruppen zusammen.

Die TGS ist offen für Innovationen und sieht gerade im Breitensport viel Potenzial für Funsport. Auf der Homepage heißt es: „In unserer Abteilung soll es immer die Möglichkeit geben innerhalb der TGS innovative und neue Angebote auszuprobieren.“ Unter dem Dach anderer Abteilungen gibt es noch weitere Trend- und Funsport-Angebote wie Calisthenics, Parkour oder eine allgemeine Ballsportgruppe. Christian Fuchs sieht große Chancen, bei neuen Sportarten am Ball zu bleiben und auch in Zukunft ein vielseitiges Sportangebot im Verein anbieten zu können. „Die Funsportabteilung ist die perfekte Plattform für all diese neuen Sportarten. Jeder der eine Idee hat oder gerne eine neue Sportart in den Verein einbringen möchte, ist bei uns genau richtig und wird vollkommen unterstützt. Zudem stehen wir im Verein auch abteilungsübergreifend immer mit allen im stetigen Austausch, um die verschiedensten Sportarten optimal anbieten zu können.“

Offenheit und Augenmaß

Fuchs rät anderen Vereinen zu Offenheit und Augenmaß, wenn Trend- oder Funsport angeboten werden soll. Offenheit, um der Innovation Raum bieten zu können, Augenmaß, um den Aufwand und die Folgekosten einschätzen zu können. Wo er und sein Team nicht auf die Aufwände schauen, ist der Bereich Fortbildung: „Wir unterstützen unsere Übungsleiterinnen und Übungsleiter im Bereich Aus- und Weiterbildung nahezu uneingeschränkt“, betont er, „gute Angebote brauchen qualifizierte Übungsleitende“.

Markus Wimmer

Draußen und ohne Aufwand

Aktuelle Trend- und Funsportarten / Weniger ist manchmal mehr



Crunning, Pole-Fitness, Hoverboarding, Bubble-Football, HIIT oder PHIT, Pool-Biking, Laser-Tag, Geocaching, Snow-Biking, Airboarding oder doch lieber Air-Yoga, Beer-Yoga oder Bike-Yoga? All diese aufgeführten Sportarten galten in den vergangenen Jahren oder gelten immer noch als Trendsportarten, doch nur wenige davon werden sich etablieren können.

Crunning, also das schnelle Krabbeln auf allen Vieren, wird Jahr für Jahr genannt, wenn man im Internet nach Trendsportarten sucht. Auch Pole-Fitness ist regelmäßig unter den Kandidaten. Ebenfalls immer gerne genannt: Bubble-Football.

Doch anders als beispielsweise Stand-Up Paddling oder Mountainbiking, die ebenfalls regelmäßig als Trendsport eingeeordnet werden und inzwischen als etabliert gelten können, ist beim „Crunning“ oder „Bubble-Football“ nicht zu erkennen, dass diese Sport-Trends sich verfestigen werden. Sie müssen wohl eher zu den Medien-Hypes gezählt werden.

Auffällig bei der Recherche zum Thema Trendsport: Ein Großteil der Trendsportarten ist mit hohem technischen und somit auch finanziellem Aufwand und dem Kauf neuer Sportgeräte verknüpft (Body-Flying, Indoor-Surfen, Indoor Biking, SUP, Padel).

Bei anderen Sportarten wie Trailrunning, Aerial Yoga, Spikeball oder Schwedenschach, ist dieser Aufwand weitaus geringer. Ein Grund vielleicht auch dafür, dass die beiden letztgenannten Beispiele tatsächlich in den vergangenen zwei Sommern an Stränden, in Parks und auf Campingplätzen nicht zu übersehen waren.

Ein weiterer: Viele trendige Sportarten finden draußen statt und Sport im Freien hat in den vergangenen Jahren, nicht zuletzt durch die Corona-Pandemie, einen enormen Aufschwung erfahren.

maw

Vom Trend zur Normalität

Trendsportarten als Mitglieder des Landessportbundes / Zuwachs an Verbänden bleibt überschaubar

Dart, Floorball, Pétanque, Frisbeesport. Das sind vier Trendsportarten, die es in den vergangenen Jahren geschafft haben, so zu wachsen, dass sie als Verbände in den Landessportbund aufgenommen wurden. Damit sind sie eine Ausnahme unter den vielen Trend- und Funsport-Angeboten, die Jahr für Jahr auftauchen, um ebenso schnell wieder aus dem Blickfeld zu verschwinden.

Der Wettstreit gegeneinander, ein regelmäßiger Spielbetrieb und die Ausbildung qualifizierter Übungsleiter/innen sind in der Regel die Hauptgründe dafür, dass sich Sporttreibende organisieren, Wettkämpfe bestreiten und sich als Verband zusammenschließen. Ein Aufwand, der nicht unerheblich ist und für viele Trendsportarten eine erste hohe Hürde darstellt. Das ist sicher einer der Gründe dafür, dass sich viele neue Sportarten nur selten wirklich etablieren können.

Mit Stahl auf analoge Scheiben werfen

Jahr für Jahr zum Jahresende hin zieht der Dartsport im Fernsehen Millionen von Zuschauer/innen in seinen Bann. Dart ist ein Trendsport, der sich etabliert hat. Der Hessische Dart-Verband hatte 2020 1.808 Mitglieder, die in neun hessischen Ligen an den Start gehen. Mehr als 70 Teams spielen regelmäßig ihre Meister, Auf- und Absteiger aus. Hinzu kommt die Jugendliga und eine freie Turnierserie, an der auch Hobbyspieler/innen teilnehmen können. Wenn hier von Dartsport die Rede ist, dann geht es immer um „Steel Dart“ mit „analogen“ Scheiben, die elektronische Form des Dartens wird von Automatenherstellern organisiert.

Ein Sport, der Schule macht

Floorball ist ein Sport, der nicht nur als Verband relativ jung ist, sondern auch viele jungen Menschen fasziniert. Zwar gibt es „nur“ zehn Floorball-Vereine mit rund 750 Mitgliedern in Hessen, allerdings gibt es Jugendlichen von der U9 bis zur U17, die Teams nehmen an Pokalwettbewerben teil und im Seniorenbereich spielen hessische Teams regelmäßig um die Deutsche Meisterschaft mit. Floorball gilt als ideale Schulsportart und dementsprechend engagieren sich sowohl der Floorball Verband als auch die Vereine intensiv in Kooperationen aus dem Bereich Schule und Verein.

Alt und dennoch Trend?

Frisbee ist wahrlich kein neuer Sport und doch wird Frisbeesport regelmäßig als Trendsport genannt. 15 Vereine aus Hessen spielen Frisbee, rund 800 Mitglied-



schaften hatte der Verband 2020. Auch das ist eine überschaubare Zahl doch die Frisbee-Sportler/innen sind sehr spielfreudig. Fünf unterschiedliche Disziplinen werden gespielt. Und in mehreren Ligen kämpfen die Teams oder Einzelspieler um Titel, bis hin zu Deutschen Meisterschaften.

Drei Kugeln und ein Schweinchen

Pétanque ist ein Trendsport, der sich in den vergangenen 20 Jahren ohne große Medienpräsenz und PR-Getöse fest etabliert hat. In rund 60 hessischen Vereinen und Abteilungen wird Pétanque gespielt. Die Teams treten in verschiedenen Ligen gegeneinander an und auch im Jugendbereich gibt es einen regelmäßigen Spielbetrieb. Viele Vereine veranstalten regelmäßig Turniere, es gibt eine Rangliste der Spielenden und insbesondere in den Altersklassenwettbewerben sind hessische Spieler/innen oft auf dem Podest

Markus Wimmer

O B E N

Floorball, Pétanque, Dart und Frisbee sind Trendsportarten, die sich etabliert haben.
Fotos: pixabay.com

Titelthema

Trendsport
im
Verein

Megatrends und der Sport

Individualisierung, Ökologie und Wohlbefinden werden immer wichtiger / Chancen und Risiken für Vereine

Glaubt man Zukunftsforschern, dann ist Gesundheit einer der Megatrends, die uns noch lange begleiten werden. Mit Blick auf die vergangenen Jahre scheint diese Erkenntnis nicht falsch zu sein und dementsprechend gibt es im Fitness-Bereich neue Trainingsformen, die verschiedene Bewegungsmuster kombinieren und die ihre Bezüge zum Gesundheitssport nicht verleugnen können. Yoga und „Achtsamkeit“ sind weitere Elemente, die gerne integriert werden. Dabei werden nicht nur Übungen kombiniert, sondern auch unterschiedliche Trainingsformen abwechselnd angeboten.

Der Blick auf solche Trends kann für Vereine, die Fitness- und Gesundheitssport im Angebot haben, durchaus wichtig sein, um seine Angebote noch besser auf die Nachfrage anpassen zu können. Dadurch erschließt sich vor allem die Möglichkeit, den Fitness-Bereich und den Gesundheitssport enger inhaltlich miteinander zu verknüpfen und so attraktiver zu werden. Insbesondere die Möglichkeit, die bestehenden Kompetenzen der Übungsleitenden miteinander zu verknüpfen, eröffnet kombinierten Angeboten ein großes Potenzial.

Megatrend Individualisierung

Als weiterer Megatrend wird „Individualisierung“ genannt, eine Entwicklung, die für Vereine Risiken birgt. Denn wenn immer mehr Menschen den Sport nur noch „für sich“ betreiben, gibt es immer weniger, die sich in Vereinen zusammenschließen oder Vereinsangebote attraktiv finden. Der individuelle Zugang zu Vereins-Fitness-Studios, Online-Workouts „On Demand“ und individuelle Trainingspläne sind Schritte, die viele Vereine gehen, um diesen Bedürfnissen gerecht zu werden. Parallel zum Trend der immer stärkeren Individualisierung scheinen die Corona-Einschränkungen aber auch zu einer Art Gegentrend geführt zu haben: Viele Menschen haben das Bedürfnis, zusammen in der Gemeinschaft Sport zu treiben.

Perspektive Freizeitsport

Vereine, die neue Angebote entwickeln wollen, sollten dieses Bedürfnis nach gemeinsamer Bewegung, Spiel und Spaß aufgreifen und Vorsicht walten lassen, wenn es um Megatrends, Trendsport oder neue „Sportarten“ geht. Weniger kann da oft mehr sein und mancherorts reicht es vielleicht auch, eine Ballsport- oder Freizeitsportgruppe anzubieten, die neue Bewegungsformen oder Sportarten in ihr Programm integriert und so auf die Wünsche der Sportinteressierten eingeht.



O B E N

Urban Workout: Eine Trendsportart, in der die Stadt als Sportanlage dient.
Foto: shutterstock

Aber ganz gleich, ob alleine oder in der Gemeinschaft, der öffentliche Raum gewinnt immer mehr Bedeutung als „Sportanlage“. Trendsportarten wie „Urban Workout“, Parkour, oder Skateboarding nutzen die Stadt als Sportanlage, in den Parks treffen sich Yoga- und Gymnastik-Gruppen, und jenseits der Städte ist die Situation ähnlich. Dort ist die Landschaft Sportanlage. Besonders deutlich wird die Problematik beim Stand Up-Paddling, einer echten Trendsportart und dem Mountainbiking, schon lange populär und durch die E-Pedelecs inzwischen mit noch mehr Rückenwind.

Die Landschaft als Sportplatz

Beide Sportarten finden draußen in der Natur und ohne explizite Sportanlage statt und beide werden eher individuell betrieben. Und für beide braucht es ein Sportgerät, dessen Kaufpreis mit dreistelligen Euro-Beträgen startet und nach oben viel Raum hat. Outdoor-Sport erfüllt, zumindest auf den ersten Blick, die Anforderungen eines weiteren Megatrends: der Hinwendung zur Natur, der Ökologie und der Nachhaltigkeit.

Wie schnell allerdings Outdoor-Sport mit Naturschutz, und einem vernünftigen Umgang mit der Landschaft in Konflikt geraten können, wird am Beispiel des Skitouren-Booms oder auch in den Konflikten zwischen Wander-Freund/innen und Mountainbiker/innenn in den Alpen deutlich. Und auch in Hessens Mittelgebirgen gibt es immer wieder Konflikte um illegale Mountainbike-Strecken, die einfacher gelöst werden könnten, wenn hinter den Zweirad-Sportler/innen eine Vereinsstruktur stehen würde.

Markus Wimmer

Gesund mit Sport

Neue Serie in der „Sport in Hessen“: Warum ist Sporttreiben wichtig für Körper und Seele?
Interview zum Serienstart mit Sportmediziner Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer

Mens sana in corpore sano – in einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist! Auf den ersten Blick scheint das (oft aus dem Zusammenhang gerissene) Zitat des römischen Satirikers Juvenal die Begründung zum Sporttreiben per se zu sein. Andererseits argumentieren viele „Sportmuffel“ mit einem (ebenfalls aus dem Zusammenhang gerissenen) Zitat von Winston Churchill. „No sports“ soll der ehemalige englische Premierminister auf die Frage eines Reporters, wie er so gesund so alt werden konnte, geantwortet haben.

Juvenal oder Churchill: Wer hat Recht? Dieser Frage gehen wir ab der heutigen Ausgabe der „Sport in Hessen“ in einer kleinen Serie nach. Gemeinsam mit dem renommierten Sportmediziner und Gesundheitsbeauftragten des Landessportbundes, Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer, geben wir Tipps zum gesunden Sporttreiben und werden dabei auch über den Tellerrand der körperlichen Bewegung blicken. Was es mit dieser Serie auf sich hat, wird im nachfolgenden Interview mit Professor Banzer deutlich. Die Fragen stellte Ralf Wächter.

Professor Banzer, ist das Sporttreiben für ein erfülltes, gesundes Leben wirklich zwingend notwendig?

Was zu einem erfüllten Leben gehört, ist individuell sehr unterschiedlich. Klar ist, dass Bewegung eine der wichtigsten gesundheitlichen Ressourcen ist. Körperliche Aktivität mindert das Risiko chronischer Erkrankungen, trägt zu einer besseren Lebensqualität sowie zur Unabhängigkeit und Erhalt der Funktionen im Alter bei. Im Sinne der Salutogenese, Gesundheit gibt es auch in der Krankheit, kann dabei Bewegung eine besondere Rolle spielen.

Wer also möglichst viel Sport treibt, lebt gesund?

Für die Gesundheit muss es nicht „möglichst viel“ sein. Die aktuellen Bewegungsempfehlungen sagen, dass wir für die Gesundheit in der Woche ca. 2,5 bis 5 Stunden Ausdaueraktivitäten wie zügiges Gehen oder Radfahren und zusätzlich zwei- bis dreimal Muskelkräftigung durchführen sollten.

Wer noch darüber hinaus in Bewegung ist, kann mit weiteren Nutzen rechnen. Allerdings ist dieser Zusammenhang nicht linear, das heißt ab einem nicht eindeutig definierbaren Punkt bringt zusätzliche Bewegung keinen nennenswerten Nutzen für die Gesundheit mehr.

Gleichzeitig ist es enorm wichtig zu betonen, dass auch Bewegung unterhalb dieser Empfehlungen gesund-



heitswirksam ist, in anderen Worten zählt buchstäblich jede Bewegung.

Welche Grenzen sollten Sporttreibende nicht überschreiten?

Sporttreibende sollten lernen, auf ihren Körper zu hören. Sport und Bewegung rufen komplexe physiologische Anpassungen hervor, die sich dann optimal auswirken können, wenn wir dem Organismus auch Ruhe und Zeit für Regeneration gönnen. Pausen sind Teil des Trainings. Sinnvoll ist zum Beispiel unterschiedliche Bewegungsarten durchzuführen, um vielseitige Reize zu setzen und eine einseitige Belastung zu meiden. Zudem sollten auch regelmäßig Ruhetage eingehalten werden. Während leichte Schmerzen, vor allem Muskelkater, normal sein können, insbesondere, wenn man ungewohnte Bewegungsabläufe durchführt, ist dringend davon abzuraten, bei stärkeren Schmerzen, unter Umständen unter Einnahme von Schmerzmitteln, weiter zu trainieren. Bei solchen Fällen sollte man den Grund der Schmerzen ärztlich abklären lassen. Auch ist Sporttreiben bei einer akuten Erkrankung, wie Grippe, tabu.

Kann Sport tatsächlich positive Auswirkungen auf Krankheitsverläufe, und wenn ja, auf welche, haben?

Sport und Bewegung sind inzwischen integrale Bestandteile von Rehabilitationsmaßnahmen bei onkologischen und kardiologischen Erkrankungen. Auch bei weiteren Erkrankungen, wie Stoffwechselerkrankun-

O B E N

Sport ist gesund. Wer aber neu oder wieder in den Sport einsteigt, sollte sich vorab ärztlich untersuchen lassen.
Foto: Shutterstock

gen, Depression, unterschiedlichen Erkrankungen des Bewegungsapparates ist Bewegung Teil der von den medizinischen Fachgesellschaften empfohlenen Therapieregimen.

Es liegen immer mehr wissenschaftliche Studien vor, wie Bewegung bei welcher Erkrankung wie dosiert werden soll. Durch unser aktuelles, von der Europäischen Kommission gefördertes EUPAP (European Physical Activity on Prescription model) Projekt, das sich mit der ärztlichen Bewegungsberatung beschäftigt, können wir Ärztinnen und Ärzten Unterstützung zum Beispiel in Form von Weiterbildungsveranstaltungen bzw. weiterführenden Materialien in diesem Prozess bieten.

Ärztinnen und Ärzte leisten hier eine enorm wichtige Aufgabe, die Motivation und Betreuung der Patientinnen und Patienten zu einem dauerhaft aktiven Lebensstil ist eine große Herausforderung.

Gibt es Situationen oder Konstellationen, bei denen – trotz allem – auf Sport verzichtet werden sollte?

Grundsätzlich kann sich jede und jeder bewegen, wenn notwendig angepasst an die körperlichen, mentalen und kognitiven Möglichkeiten. Wie oben erwähnt, soll man bei einer akuten Erkrankung bis zum endgültigen Abklingen auf Sport verzichten.

Wie wichtig ist es, ärztlichen Rat einzuholen?

Die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention empfiehlt Personen, die neu mit dem Sport beginnen bzw. nach einer längeren Pause wieder einsteigen eine ärztliche Untersuchung durchführen zu lassen, um möglichen Vorerkrankungen zu bewerten und damit möglichen gesundheitsschädlichen Belastungen und damit verbundenen Risiken vorzubeugen.

Konkret zur Serie: Welche Themen werden in den Beiträgen behandelt?

Wir werden in der Serie die unterschiedlichsten Themenfelder aufgreifen. Beispielsweise die Frage, wieviel Bewegung gesund ist und warum? Oder aber welchen Einfluss sportliche Bewegung auf den Erfolg beim Abnehmen hat? Auch was man bei Verletzungen und danach machen sollte, steht auf der Themenliste.

Ob Bewegung schlau macht, wie man im Alter Stürze vermeiden kann, ob, und wenn ja wie bei Arthrose Sport getrieben werden kann und das Thema „Regeneration nach sportlichen Aktivitäten“ werden wir behandeln.

Darüber hinaus gehen wir der Frage nach, wie fit ein Fußballer sein muss und beschäftigen uns mit Fragen, wie sich die Cardio-Fitness schnell und effektiv verbessern lässt.

Sport in Hessen: Herzlichen Dank für das Gespräch und für die avisierten Themen.

Zur Person: Prof. Dr. Dr. Banzer

Sportmedizinisches Engagement auf vielen Feldern des Sports in Hessen und darüber hinaus

Prof. Dr. med. Dr. phil. Winfried Banzer, der Autor unserer neuen Serie „Gesund mit Sport“, gehört zu den renommiertesten Sportmedizinern der Bundesrepublik Deutschland.



Bis 2018 leitete Banzer die Abteilung Sportmedizin des sportwissenschaftlichen Institutes der Goethe-Universität Frankfurt.

Danach übernahm er die Leitung der Abteilung Präventiv- und Sportmedizin im Institut für Arbeits-, Sozial- und Umweltmedizin der Universität am Main.

Seit Juli 2020 engagiert er sich beim hessischen Fußballbundesligisten Eintracht Frankfurt. Hier verantwortet er den Bereich Wissenschaft der medizinischen Abteilung der SGE. Den Vertrag als Leiter des wissenschaftlichen Bereichs haben die Eintracht und Banzer jetzt vorzeitig bis 2025 verlängert.

Engagement im organisierten Sport

Dem organisierten Sport steht Banzers Expertise schon deutlich länger zur Verfügung. So ist er seit 1992 Gesundheitsbeauftragter des Landessportbundes Hessen. Weiterhin arbeitet er in der Kommission Gesundheit des Deutschen Olympischen Sportbundes mit.

Zusätzlich ist Banzer Präsidiumsbeauftragter der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP).

Letztlich hat er neben seiner ärztlichen Tätigkeit in eigener Praxis die wissenschaftliche Leitung der Weiterbildungskurse für die Zusatzbezeichnung Sportmedizin der Fortbildungsakademie der Landesärztekammer Hessen inne.

RW

Aktiv im Winter

Serie „Gesund mit Sport“: Der Sportmediziner und lsb h-Gesundheitsbeauftragter Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer gibt wertvolle Tipps zum gesunden Sporttreiben – heute: Sport in der kalten Jahreszeit



Wissenschaftliche Untersuchungen lassen vermuten, dass Menschen dazu neigen, sich im Winter eher weniger als in anderen Jahreszeiten zu bewegen. Kommen dann noch Einschränkungen der Mobilität beziehungsweise die Arbeit im Homeoffice wie beispielsweise aktuell während der aktuellen Coronabelastungen dazu, zeigen sich auch für die Gesundheit negative Konsequenzen wie Bewegungsmangel und unerwünschte Gewichtszunahmen. Davon sind nicht zuletzt auch Kinder und Jugendliche betroffen.

Regelmäßige Bewegung und Sport im Freien sind jedoch auch im Winter unverzichtbar für die Gesundheit. Denn nur selten sinken in unseren Breitengraden die Temperaturen in der sogenannten kalten Jahreszeit in den zweistelligen Minusbereich, ab dem bei intensivem Sporttreiben die Atemwege durch Outdoorsport eventuell zu stark gereizt werden könnten.

Bewegung im Freien ist gesund

Neben den bekannten gesundheitlichen Effekten von Bewegung und Sport auf das Herz-Kreislaufsystem, den Stoffwechsel, das Gehirn, den Stressabbau und den Bewegungsapparat profitiert das Immunsystem gerade auch im Herbst und Winter durch Bewegung. In der aktuellen Corona-Diskussion sollten wir neben den anderen notwendigen Schutzmaßnahmen nicht vergessen, dass Bewegung und Sport eine wirkungs-

volle Aktivierung für das Immunsystem sein kann. Vor allem das Ausdauertraining im Freien stärkt die Abwehrkräfte gegen Viren und Bakterien. Zusätzlich tanken wir durch Sport und Bewegung im Freien Licht zur Verbesserung des Vitamin D Haushaltes. Die wenigsten von uns trainieren mit Umfängen und Intensitäten, bei denen es zu einer Anfälligkeit des Immunsystems kommen könnte. Für ambitionierte Leistungssportler/innen gilt, sie sollten sich daher speziell auch im Winter sportmedizinisch beraten lassen, damit sie ihr Training so gestalten, dass sie Überlastungen vermeiden.

Vorbereitung, Umfang und Intensität

Grundsätzlich ist es immer sinnvoll, sich vor dem Sport aufzuwärmen, um zum Beispiel Verletzungen der Muskulatur zu verhindern und den Körper vorzubereiten und zu aktivieren. Das Aufwärmprogramm sollte möglichst viele Muskelgruppen ansprechen und kann auch in das Training integriert werden.

Für die meisten von uns ist es ausreichend, wenn wir uns mit moderater Intensität bewegen und langsam beginnen. Das bedeutet, bei einem Training zu zweit sollten wir uns noch mit dem Partner unterhalten können. Weil wir im Winter möglicherweise nicht ganz so intensiv trainieren wie im Sommer, müssen wir die Trainingszeit aber nicht verlängern. Zudem kann das Cool-down im Winter kürzer ausfallen und das sehr be-

O B E N

Auch im Schnee macht Sport Spaß und ist, so er mit „Augenmaß“ betrieben wird, gesund.

Foto: Shutterstock



„Gesund mit Sport“ lautet der Titel unserer Serie, in der Prof. Winfried Banzer viele wertvolle Tipps für zielgerichtetes und angepasstes Sporttreiben gibt.

liebte Dehnen nach der heißen Dusche zuhause erfolgen.

Zwiebelschalenprinzip für die Kleidung

Meistens friert man im Winter zu Beginn des Trainings im Freien ein wenig. Das sollte uns aber nicht dazu veranlassen zu warme Kleidung zu tragen. Bewegung und Sport führen zu einem raschen Anstieg der Körperkern-temperatur und es kann im Laufe des Trainings dann schnell zu warm werden. Daher sollten wir immer verschiedene Kleidungsschichten tragen. Atmungsaktive Funktionswäsche, die die Feuchtigkeit abtransportiert, ist die Basis und Grundausrüstung beim Outdoorsport. Darauf folgt eine isolierende Schicht.

Speziell in der nassen und kalten Jahreszeit sollten wir zusätzlich Wind und Wasser abweisende Kleidung aus-suchen. Kopf und Hände nicht vergessen und mit Mütze und Handschuhen vor Wärmeverlust schützen ist sinn-voll. Wenn Schnee liegt, sollten wir tagsüber eine Son-nenbrille tragen und Sonnenschutzcreme auftragen.

Um auch in der Dunkelheit besser und vor allem recht-zeitig erkannt zu werden, haben sich reflektierende Bänder und helle Kleidung bewährt. Passende, wetter-feste Schuhe mit einem guten Grip an der Sohle erhö-hen die Sicherheit und können vor Stürzen bewahren.

Risiken vermeiden

Erkältungszeichen wie Schnupfen, Husten, Hals-schmerzen und Fieber sind meistens Hinweise für eine Infektion der oberen Atemwege durch Bakterien oder Viren. Diese Symptome können natürlich auch im Zu-sammenhang mit einer Covid-19-Infektion auftreten. Nicht ausgeheilte Infektionen und Überlastungen durch Training und Sport können zu einem Übergreifen auf andere Organe wie das Herz und im schlimmsten Fall zu langwieriger Einschränkung und schweren Er-krankungen führen. Daher gilt die Regel, kein Sport weder im Freien noch drinnen bei Fieber und/oder Schluckbeschwerden, solange diese anhalten bzw. nicht ärztlich abgeklärt sind.

Bewegung und Sport im Freien sind mit geeigneten Schuhen grundsätzlich relativ risikolos durchführbar. Der Untergrund sollte möglichst eis- und rutschfrei sein. Im Dunkeln auf unbeleuchteten Strecken ist es nicht nur motivierender, sondern auch sicherer, wenn wir nicht alleine unterwegs sind, sondern zum Beispiel im Rahmen des Vereinssports in einer Gruppe Sport treiben.

Einatmen durch die Nase hilft speziell bei kälteren Temperaturen eine zu starke Reizung der Atemwege zu vermeiden. Auch hier gilt: Das Training nicht übertrei-ben, sondern besser eine kürzere Laufstrecke wählen oder die Intensität der Belastung zurücknehmen. Auch sollten wir das Training nicht unterbrechen und zu lange möglicherweise mit feuchter Kleidung stehen. Die Körpertemperatur nimmt dann rasch ab und Unter-kühlung und nachfolgende Erkältung droht.

Patienten mit chronischen Er-krankungen wie Bluthochdruck oder Diabetes müssen auch bei kaltem Wetter keine Angst vor moderater Bewe-gung im Freien, beispielsweise bei Spaziergän-gen, haben. Herzpatienten sollten jedoch inten-sive Belastungen in kalter Um-ggebung meiden. Wenn jemand un-sicher ist, sollte man seine Bedenken mit dem Hausarzt oder Sportmediziner besprechen. Generell übersteigt der Nutzen regelmäßigen Sporttreibens auch im Winter meistens die Risiken.

Nach dem Sport

Die niedrigeren Temperaturen führen bei sportlicher Aktivität zu einem erhöhten Energieverbrauch. Mit der Energie wird die Körpertemperatur reguliert. Generell verbraucht auch die Erwärmung der eingeatmeten Luft viel Energie.

Letztlich kommt es im Winter beim Ausatmen zu einem starken Flüssigkeitsverlust, der je nach Dauer und In-tensität der Bewegung variiert und häufig wegen der Kälte nicht wahrgenommen wird. Auch bei kalten Tem-peraturen ist es daher notwendig, ausreichend Flüssig-keit zu sich zu nehmen. Kälte führt auch zu einer Zu-nahme des Hungergefühls. Kalte Getränke lassen die Körpertemperatur absinken. Daher ist es für die Rege-neration sinnvoll, warme Getränke oder eine Suppe mit ausreichendem Kohlenhydratanteil zu sich zu nehmen.

TIPPS

- **Ausdauersport kann das Immunsystem stärken**
- **Aufwärmen nicht vergessen und langsam beginnen**
- **Möglichst durch die Nase ein- und den Mund ausatmen**
- **Nicht zu warm anziehen – geeignete Klei-dung und Schuhe tragen**
- **Bei entsprechendem Wetter Sonnenbrille und -creme nicht vergessen**
- **Bei Erkältungssymptomen und Fieber erst zum Arzt**
- **Im Winter eher warme Getränke wählen**
- **Nach dem Sport heiß duschen und Cool-down im Warmen**



O B E N

Sorgfältiges Dehnen ist gerade in der kalten Jahreszeit besonders wichtig.
Foto: Shutterstock



Weitere Veröffentlichungen zum Thema gibt es im Internet unter www.linkedin.com/in/winfried-prof-dr-dr-banzer. Diese Veröffentlichungen sind Teil des Projekts „847174 / EUPAP“, das vom Gesundheitsprogramm der Europäischen Union (2014-2020) gefördert wurde. Der Inhalt dieser Veröffentlichung gibt nur die Ansichten des Autors wieder und liegt in seiner alleinigen Verantwortung.

Bewegung zurück bringen

Schule und Sportverein / Mehr Bewegung und Sport für Kinder und Jugendliche

Nach mittlerweile zwei Jahren, in denen die Kooperation von Schulen und Sportvereinen zeitweise zum Erliegen kam, gilt es Sport und Bewegung in den Alltag von Kindern und Jugendlichen zurückzubringen. Politik und Expert/innen sind sich einig, dass Schul- und Vereinsschließungen zukünftig vermieden werden sollen, nicht nur um „Lernrückstände aufzuholen“, sondern auch um die psychische und körperliche Entwicklung und Gesundheit zu fördern. Sport, Spiel und Bewegung sind essenzielle Bestandteile eines gesunden Aufwachsens und gehören – jetzt noch mehr als vorher – in den Alltag von Kindern und Jugendlichen.



Sportvereine fördern den Kinder- und Jugendsport in besonderem Maße und sind mit ihren qualifizierten Übungsleiter/innen und Trainer/innen Experten für ein bewegtes Aufwachsen. In Zusammenarbeit mit Schulen können sie maßgeblich dazu beitragen, dass der Schulalltag mehr Sport und Bewegungsmöglichkeiten zu bieten hat und damit wichtige bildende und lernunterstützende Impulse integrieren.

Landesprogramm „Schule und Verein“

Die Entwicklung hin zu mehr ganztägig arbeitenden Schulen war dabei immer schon Risiko und Chance zugleich. Um Kinder und Jugendliche für den Vereinssport zu begeistern, eignet sich die Zusammenarbeit mit einer Schule hervorragend. Durch eine Kooperation können nicht nur die eigenen Sportangebote vorgestellt, sondern auch gezielt Schüler/innen angesprochen und lokale Netzwerke für den Sport geknüpft werden.

Zusammenarbeiten im Sinne der Bewegung und des Sports lautet daher das Motto, was sowohl für Schulen als auch für Sportvereine Vorteile bringt. Durch das „Landesprogramm zur Förderung der Zusammenarbeit von Schulen und Sportvereinen“ wird das möglich. Jedes Schuljahr werden hessenweit Kooperationen zwischen Sportvereinen und Schulen durch eine dreijährige Anschubfinanzierung gefördert – so auch in diesem Jahr. Die Bewerbung ist denkbar einfach.

Wie wird ein Antrag gestellt?

Vertreter/innen von Schule und Sportverein, die die Förderung einer Kooperation anstreben, treffen sich zu einem Planungsgespräch. In einem vorgefertigten Gesprächsprotokoll werden Eckpunkte der geplanten Zusammenarbeit festgehalten. Dieses Protokoll kann unmittelbar als Antrag genutzt werden und muss von der Schule bis zum 15. April 2022 an das jeweilige Staatliche Schulamt geschickt werden. Das Gesprächsproto-

koll ist auf der Homepage des Landessportbundes Hessen, der Sportjugend Hessen oder des Hessischen Kultusministeriums als Word-Datei zu finden und kann direkt am PC ausgefüllt werden.

Was passiert mit dem Antrag?

Die örtliche Programmgruppe in dem jeweiligen Schulamtsbereich, bestehend aus Vertreter/innen der Schulbehörden und des organisierten Sports, sichtet alle eingegangenen Kooperationsanträge und trifft eine Auswahl. Die ausgewählten Kooperationen erhalten dann rechtzeitig vor den Sommerferien einen Kooperationsvertrag zugesandt. Schule und Sportverein unterschreiben den Vertrag und senden ihn ans Schulamt zurück. Ein Muster-Kooperationsvertrag zur Orientierung ist als pdf-Dokument auf den Internetseiten zu finden.

Wie sieht die Förderung aus?

Alle geförderten Kooperationen erhalten drei Jahre lang eine Anschubfinanzierung. Ziel dieser Förderung ist es, organisatorische und inhaltliche Aufgaben zu verfestigen und gemeinsam Wege für eine anschließende Zusammenarbeit zu finden. Die Förderbeträge werden jährlich in zwei Raten jeweils nach Ende des Schulhalbjahres an die Vereine überwiesen. Die Unterstützung beträgt pro Förderjahr 700 Euro. Nach den drei Jahren müssen die Schule und der Verein eigene Wege der Finanzierung für die weitere Zusammenarbeit gefunden haben. Deshalb sollte schon mit Beginn der Kooperation geklärt werden, wie eine langfristige Finanzierung gestaltet werden kann. Dazu können z. B. Mittel aus der Ganztagschulfinanzierung, der kommunalen Förderung, Elternbeiträge oder kreative Mitgliedschaftsmodelle herangezogen werden.

Christian Kaufmann

OBEN

Die Kooperationen zwischen Schulen und Vereinen werden auch weiterhin gefördert.

Foto: Markus Wimmer



Infoabend am 16. März

Um viele Sportvereine zum Landesprogramm und zu den Möglichkeiten der Kooperation zu informieren, gibt es am **16. März 2022 um 18 Uhr** einen Online-Infoabend, bei dem auch Fragen beantwortet werden können.

Anmeldung:
ckaufmann@lsbh.de



Sandreinigung - wenn, dann richtig!

Resourcenschonung und Umweltentlastung

Sand ist knapp. Reinigen statt austauschen spart Sand und unzählige LKW-Fahrten. Doch dies ist nur die eine Seite der Medaille, denn zwei weitere Faktoren spielen eine genauso wichtige Rolle.

Malaika Mihambo hat bereits schmerzhaft Erfahrungen mit nicht gereinigtem und nicht aufgelockertem Sand gemacht. Bei einem Intensivtraining vor einigen Jahren war der Sand in der Sprunggrube seit längerer Zeit nicht mehr gereinigt und damit gelockert worden. Schon beim ersten Trainingssprung war die Landung so hart, dass eine Verstauchung des Knöchels die Folge war. Einer der Gründe, warum Malaika überzeugte Markenbotschafterin von Sandmaster ist.

Bei der Reinigung wird der Sand über seine Oberfläche angehoben und passiert ein Sieb, das die Verunreinigungen absondert. In den Oberflächenschichten von verschmutztem Sand befinden sich typischerweise Tierexkremente, Glasscherben, Kronkorken, Zigarettenkippen, Wurzeln und organischer Abfall. Im Bereich der Beachvolleyballfelder finden sich zudem gelöste Bandagen und Pflaster, die nur durch eine Tiefenreinigung ausgesiebt und entsorgt werden.

Bis zu einer Tiefe von 15 bis 20 cm überwiegt aerobe Mikroflora. Daran schließt sich – je nach Sand-Art, -Qualität und -Verdichtung – in einer Tiefe von ca. 25 bis 40 cm anaerobe Mikroflora an, deren Bakterien und Mikroorganismen den typischen Modergeruch verursachen. Die Tiefenbelüftung fördert eine günstige Beeinflussung der mikrobiologischen Aktivität: Der biologische Abbau von organischer Substanz wird angeregt, die Selbstreinigungskräfte werden aktiviert. Da krankheitserregende Keime (Darmbakterien) im Sand sauerstoffarme Bedingungen bevorzugen, ergibt sich durch die Belüftung eine günstige Beeinflussung.

Damit die Sandflächen richtig gereinigt und gelockert werden, ist eine kontinuierliche Reinigungstiefe bis 40 cm unerlässlich. Die wenigsten Maschinen auf dem Markt schaffen dies im Dauerbetrieb. Setzen Sie deshalb nur auf die Pioniere der Sandreinigung!

Sandmaster

LINKS

Malaika Mihambo weiß, wie wichtig die Reinigung und Auflockerung des Sandes in der Sprunggrube ist.
Foto: Sandmaster

Kostenfreie Online-Fachseminare

Informationsveranstaltungen des Geschäftsbereichs Sportinfrastruktur und seiner Kooperationspartner

Der Geschäftsbereich Sportinfrastruktur bietet zusammen mit Kooperationspartnerfirmen im März insgesamt acht kostenfreie Online-Fachseminare zum Thema „Zukunftorientierter Sportstättenbau“ an.

Am **22. März** steht das Thema „bewegungsfreundliche Schulhofgestaltung auf der Tagesordnung.“

Sportbodensysteme und Prallschutz stehen am **24. März** auf dem Programm. Kooperationspartner HARO Sports Flooring berichtet über normgerechte Lösungen.

LED Flutlichtanlagen für Sportfreianlagen stellen wir am **28. März** gemeinsam mit lsb h-Partner Lumosa vor.

Am **30. März** informiert FRENGER SYSTEMEN BV über energiesparende Lösungen zur Sporthallenbeheizung.

Am **1. April** bieten wir ein Online-Seminar zum Thema Freilufthallen an.

Am **5. April** geht es gemeinsam mit Wolfgang Schabert, Dipl.-Sportwissenschaftler vom Institut für Kooperative Planung und Sportentwicklung (ikps) um Themen der Sportentwicklungsplanung.

Am **6. April** informiert die ecobility GmbH über energiesparende LED-Flutlichtanlagen für Tennis- und Sporthallen.

Die Fachseminare beginnen immer um 16 Uhr und enden um 17.30 Uhr. Die detaillierten Programmabläufe sowie weitere Informationen für die Anmeldung zu den jeweiligen Online-Fachseminaren finden Sie auf der Homepage des Landessportbundes im Bereich Sportinfrastruktur, Veranstaltungen und Seminare.
Frank Grübl



Anmeldung und Informationen:

Frank Grübl, E-Mail: fgruebl@lsbh.de

Für gesellschaftlichen Zusammenhalt und Demokratie

Positionierung der dsj und des DOSB zu aktuellen antidemokratischen Haltungen / Vorstand der Sportjugend Hessen begrüßt ausdrücklich das Positionspapier und sein Plädoyer für gesellschaftlichen Zusammenhalt und Demokratie.

Die Deutsche Sportjugend (dsj) und der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) haben sich zu den aktuellen antidemokratischen und gewaltvollen Protesten gegen die Corona-Maßnahmen („Montagsspaziergänge“) positioniert. Der Vorstand der Sportjugend Hessen begrüßt ausdrücklich das Positionspapier vom DOSB und dsj und sein Plädoyer für gesellschaftlichen Zusammenhalt und Demokratie.

Der organisierte Sport beteiligt sich seit Beginn solidarisches an der gesamtgesellschaftlichen Herausforderung eines bestmöglichen Umgangs mit der Coronavirus-Pandemie. Er hat sich klar dazu bekannt, dass die Vorgaben des Infektionsschutzes und die erforderlichen Hygienemaßnahmen der einzige Weg aus der Pandemie sind. Es wurden Leitplanken entwickelt sowie eigene Maßnahmen ergriffen und die Bevölkerung zum Impfen aufgerufen.

Pandemie hat Kraft gekostet

Für den organisierten Sport waren die vergangenen fast zwei Jahre, wie für andere gesellschaftliche Bereiche, entbehrungsreich. Sie haben Kraft und auch viele Mitgliedschaften in den Sportvereinen gekostet. Die praktische Handhabung der Pandemie-Regeln und -Einschränkungen stellt insbesondere die Sportvereine vor große Herausforderungen. Die zum großen Teil ehrenamtlich Engagierten sind – neben ihren sonstigen fordernden Aufgaben rund um Vereinsorganisation und Training – mit den stets wechselnden Regelungen zur Öffnung oder Schließung der Sportstätten und Vereinsangebote, der Fürsorge für ihre Vereinsmitglieder, der Organisation von Test- oder Impfstatuskontrollen, der Umsetzung von Abstands- und Hygienekonzepten sowie dem Ausfall von Übungsleiter/innen enorm belastet.

Gegen Instrumentalisierung

Der organisierte Sport blickt mit großer Sorge auf die Versuche, die mühsam bisher erreichten Erfolge in der Pandemie-Bekämpfung wissentlich zu untergraben sowie die komplexen medizinischen und gesellschaftspolitischen Debatten zu instrumentalisieren und für antidemokratische Zwecke zu benutzen.

Orchestrierte Schein-Empörungen und gesteuerte Eskalationen in Chat-Gruppen und auf den Straßen, „subversive Spaziergänge“ statt angemeldeter De-

monstrationen, Wissenschaftsleugnung, Antisemitismus und Holocaust-Verharmlosung, Angriffe auf Journalist/innen, Politiker/innen, Polizist/innen und Ärzt/innen, Radikalisierung, Mordaufrufe – all das kann und darf nicht als „freie Meinungsäußerung“ akzeptiert werden.

Gegen antidemokratisches Handeln

Wir, die dsj und der DOSB, stellen uns ausdrücklich gegen antidemokratische und gewalttätige Haltungen und Handlungen. Die Spaltungsversuche, zum Teil organisiert durch Akteur/innen und Organisationen der extremen Rechten, treffen die Grundprinzipien des guten Miteinanders und damit das demokratische Zusammenleben auf Basis der freiheitlich-demokratischen Grundordnung im Rechtsstaat. Sie treffen somit auch den organisierten Sport.

Die Deutsche Sportjugend und der DOSB stehen klar und deutlich für die gemeinsame und solidarische Anstrengung, durch unter anderem die Corona-Schutz-Impfung eine weitere Verschärfung der Pandemie zu verhindern und damit Sport im Verein, insbesondere für Kinder und Jugendliche, zu ermöglichen.

Für eine kritische Auseinandersetzung mit gesellschaftspolitischen Debatten bei Anerkennung von Expertisen der verschiedenen Wissenschaftsdisziplinen, für Verantwortung einer/s jeden für die Gemeinschaft, für das Recht auf Versammlungsfreiheit und freie Meinungsäußerung als hohes demokratisches Gut, im gesetzlich definierten und für alle geltenden Rahmen, für eine klare Haltung gegen Gewalt, Antisemitismus, Holocaustverleugnung und Menschenverachtung sowie für gesellschaftlichen Zusammenhalt und Demokratie, auch und gerade in der Pandemie.

dsj/DOSB