

Sport

in Hessen



Landessportbund
Hessen e.V.

Titelthema

**Sport im
Winter**

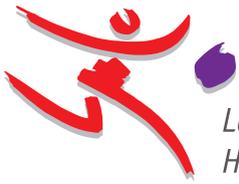


Nachgefragt

Lutz Arndt über Nachwuchsleistungssport in Corona-Zeiten

Ausgezeichnet

Lu-Röder-Preis für Marianne Becker und Daniela Schäfer



Landessportbund
Hessen e.V.

sportinfra

ONLINE

**Digitale Sportstättenmesse & Fachtagung
4. und 5. November 2020**

**Moderne Sportinfrastruktur im urbanen und ländlichen Raum
umweltverträglich – digital – leistungsstark**



Anmeldung und weitere Informationen unter
www.sportinfra.de



SPORTINFRA

Editorial

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

draußen stürmt und regnet es seit Tagen. Das Thermometer krabbelt nur noch mit Mühe in den zweistelligen Bereich und die Sonne scheint meist an einem anderen Ort. Es besteht kein Zweifel: Die ungemütliche Seite des Herbstes ist da.

Und wenn die Prognosen recht behalten, steht uns ein Winter bevor, an den wir uns lange erinnern werden. Mit Masken, Stoßlüften und hochschnellenden Corona-Infektionen. Da ist Sport treiben an der frischen Luft noch wichtiger als in anderen Jahren. Es stärkt das Immunsystem, erhellt das Gemüt und reduziert die Ansteckungsgefahr.

Und wenn Sie noch Anregungen für eigene sportliche Aktivitäten – oder die Ihres Vereins – in der kalten Jahreszeit möchten, dann vertiefen Sie sich doch gleich in unser Schwerpunktthema „Sport im Winter“.

Weit über die nächsten Monate hinaus reichen die Förderungen in Höhe von rund fünf Millionen Euro, die das Präsidium in seiner Oktober-Sitzung bewilligt hat. Mithilfe der halben Million Euro aus dem Sportförde-



rungsfonds können Baumaßnahmen umgesetzt und langlebige Sportgeräte angeschafft werden. „Ganz besonders am Herzen liegt uns aber die Förderung der Übungsleiterinnen und Übungsleiter“, betonte der Vizepräsident Vereinsmanagement, Dr. Frank Weller. Jede Stunde Einsatz in den hessischen Vereinen wird vom Landessportbund deshalb bezuschusst – mit insgesamt 4,5 Millionen Euro.

Ich bin mir sicher, gemeinsam werden wir diese unruhigen Zeiten gut überstehen. Und wenn wir in einigen Jahren zurückschauen, wird Corona nur eine weitere Krise sein, die wir erfolgreich gemeistert und aus der wir gelernt haben werden.

Aus dieser Überzeugung heraus wünsche ich Ihnen nun viel Spaß bei der Lektüre Ihrer „Sport in Hessen“ und verbleibe

mit sportlichen Grüßen

Dr. Susanne Lapp

Inhalt



4

Sport im Winter
Die kalte Jahreszeit steht bevor



10

Nachwuchsleistungssport
Pandemie als Herausforderung



24

Sportstiftung Hessen
Kampf gegen Klischees

3 Vereinsmanagement
Fünf Millionen für Hessens Vereine

14 Lu-Röder-Preis verliehen
Einsatz für Frauen im Sport

16 Kurz notiert
Namen und Notizen aus der Sportwelt

22 Sportfördergruppe Verwaltung
Duale Karriere für Kaderathleten

26 Amtliches
Neues aus Hessens Vereinen

Impressum

Herausgeber: Landessportbund Hessen e. V. (lsb h); 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), Isabell Boger (ib), Markus Wimmer (maw), Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt.

So erreichen Sie uns: Ralf Wächter, rwaechter@lsbh.de, Tel.: 069/6789-262; Isabell Boger, iboger@lsbh.de, Tel.: 069/ 6789-267; 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

SIH XX / XX.XX.2016

Anzeigen Nord/Mitte: Claudia Brummert, Frankfurter Straße 168, 34121 Kassel, Tel.: 0561/60280-180, Fax: 0561/60280-199, E-Mail: brummert@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: Skifahren und Eislaufen sind im Winter echte Klassiker. Doch mit dem richtigen Warm-up und der richtigen Kleidung ist auch anderer Outdoor-Sport bei Kälte kein Problem. Unser Titelthema beleuchtet beides: Wintersport in Hessen und Sport im Winter.
Foto: Undrey/shutterstock.com

www.landessportbund-hessen.de

Förderung in Millionenhöhe

Landessportbund bewilligt knapp 5 Millionen Euro für Zuschüsse an Vereine / Übungsleiter, Baumaßnahmen sowie die Anschaffung langlebiger Sportgeräte gefördert

Mit fast fünf Millionen Euro fördert der Landessportbund Hessen dieser Tage seine rund 7.600 Sportvereine. Auf Vorschlag des Vizepräsidenten Vereinsmanagement, Dr. Frank Weller, bewilligte das Präsidium in seiner Oktober-Sitzung knapp 4,5 Millionen Euro für die Bezuschussung von Übungsleitern, Vereinsmanagern und Jugendleitern, die in den Vereinen im Einsatz sind. Weiterhin wurde für die Sportförderanträge des I. Quartals 2020 ein Betrag in Höhe von 473.587 Euro bereitgestellt.

„In unseren Vereinen sind derzeit knapp 22.000 lizenzierte Übungsleiter und Trainer im Einsatz. Ohne sie wäre ein vielfältiger Sport, wie wir ihn kennen, nicht vorstellbar. Ihre Förderung liegt uns daher sehr am Herzen“, sagt Weller (kleines Bild). Wie in jedem Jahr werden die Übungsleiterzuschüsse in der zweiten Novemberhälfte auf die Vereinskontoen überwiesen. Erfreulicherweise konnte der Stundensatz erneut angehoben werden und liegt in diesem Antragsjahr bei 1,21 Euro. Das sind pro Stunde 2 Cent mehr als im Vorjahr.



Mit den Bewilligungsbescheiden, die im Oktober versandt werden, erhalten die Vereine Mitteilung über die Höhe des Zuschusses und die Anzahl der geförderten Übungsleiter. Darüber hinaus liegen dem Schreiben das Kombi-Formular, die Verwendungsbestätigung 2020 für diese Mittel und der Antrag 2021 bei, der bis zum 31.03.2021 über den vorbezeichneten Weg einzureichen ist. „Wir entsprechen damit dem Wunsch vieler Vereine auf frühzeitige Übersendung dieser Unterlagen“, so Weller. Vereine, die einen Antrag auf Bezuschussung von Vereinsmanagern und/oder Jugendleitern gestellt haben, erhalten die jeweiligen Bescheide ebenfalls Ende Oktober: Die Zuschüsse hierfür wurden in der Sitzung des Lsb h-Präsidiums ebenfalls bewilligt.

Energetische Sanierung nimmt zu

Im Rahmen der Sportförderung für das I. Quartal 2020 gehen 327.587 Euro an insgesamt 95 Vereine zur Unterstützung ihrer Baumaßnahmen. Diese werden mit bis zu 25 Prozent der förderfähigen Gesamtkosten bezuschusst, maximal in Höhe des verfügbaren Guthabens im Vereinsförderungsfonds. Auch in diesem ersten Quartal dominierten wieder die Frühjahrssanierungen der diversen Rasen- bzw. Tennisplätze, die für den Spielbetrieb auf Vordermann gebracht wurden. Aber auch energetische Sanierungen wie die Umrüstung von Flutlichtanlagen auf LED-Technik oder Dachsanierun-



gen an den Vereinsheimen nehmen immer mehr zu. Wichtig zu wissen: Auch die Eigenleistung von Mitgliedern wird bezuschusst. Jede durch die Mitglieder geleistete Arbeitsstunde kann mit 10 Euro pro Stunde zur Abrechnung angesetzt werden.

Langlebige Sport- und Zusatzgeräte

Über die Förderung beim Kauf langlebiger Sportgeräte können sich insgesamt 96 Vereine freuen. 50 Prozent – im Rahmen des Guthabens im Vereinsförderungsfonds – gibt der Landessportbund hier dazu. Insgesamt rund Zuschüsse in Höhe von rund 146.000 Euro bewilligt. Besonders häufig gefördert wurden diesmal Tischtennis-Tische, Matten und Sportgeräte für Schützen. Mit zehn Prozent wird außerdem die Anschaffung von Zusatzgeräten bezuschusst. Darunter fallen etwa Zeitmessgeräte, Rasenmäher, Anzeigetafeln oder Ballmaschinen.

Vereine, die eine Baumaßnahme oder eine Anschaffung planen, wenden sich direkt an Miriam Wollmann oder Christiane Göckel aus dem Geschäftsbereich Vereinsmanagement. Sie senden die erforderlichen Formulare gerne zu und sind bei allen Fragen rund um die Sportförderung behilflich.

Christiane Göckel/Isabell Boger

O B E N

Die Förderung der rund 22.000 Übungsleiter/Trainer mit Lizenz liegt auch dem Vizepräsidenten am Herzen.

Foto: RaphiD / pixabay.com



Mehr Informationen zur Sportförderung sowie die Förderrichtlinien finden Sie im Vereinsberaterportal: www.lsbh-vereinsberater.de unter „Beratung und Förderung“ => „Sportförderung“ => „Baumaßnahmen und Sportgeräte“.



Sie haben Fragen zur Bezuschussung?

Kontakt Übungsleiterbezuschussung: Ralph Hoffmeister, Telefon 069 6789-318, E-Mail: rhoffmeister@lsbh.de

Kontakt Vereinsmanagerbezuschussung: Miriam Wollmann, Telefon 069 6789-290, E-Mail: mwollmann@lsbh.de

Kontakt Jugendleiterbezuschussung: Heike Priess, Telefon 069 6789-247, E-Mail: hpriess@sportjugend-hessen.de

Kontakt Sportförderung: Miriam Wollmann, Telefon 069/6789-290, E-Mail: mwollmann@lsbh.de, oder Christiane Göckel, Telefon 069 6789-264, E-Mail: cgoeckel@lsbh.de

Pistenglück im Mittelgebirge

Hessischer Wintersport im Zeichen des Klimawandels / Vielfältige Möglichkeiten für Nordischen Skisport /
Stephan Leyhe und Noemi Ristau: Flachländer in der Weltspitze

Hessen ist nicht unbedingt als Wintersport-Hochburg bekannt. Mit der Rhön, dem Waldeckschen Upland und weiteren Mittelgebirgen gibt es zwar Möglichkeiten für Wintersport, doch diese sind, alleine schon wegen ihrer geografischen Lage, nur bedingt mit alpinen Skigebieten zu vergleichen. Doch insbesondere für die nordischen Disziplinen gibt es in Hessen zahlreiche Möglichkeiten und der Weltcup der Skispringer in Willingen ist ein international ausstrahlender Termin, der zehntausende Zuschauer/innen anzieht. Hinzu kommt, dass die Hessinnen und Hessen große Wintersportfans sind. Über 35.000 Mitgliedschaften verzeichnet die Bestandserhebung des Landessportbundes für den Hessischen Skiverband, dem 225 Vereine und Abteilungen angeschlossen sind.



Trotz aller Leidenschaft für den Schnee stellt sich das wintersportliche „Tagesgeschäft“, vor allem für den alpinen Ski- und Snowboardsport, immer mehr als schwierig heraus. 23 hessische Alpin-Skigebiete sind auf der Homepage des Hessischen Skiverbandes aufgeführt, zwölf davon werden von Skiclubs betrieben. Das Ski-Portal skiresort.de listet gar 43 hessische Skigebiete auf. Bei genauerer Betrachtung zeigt sich aber, dass viele der dort genannten Lifte und Anlagen inzwischen nicht mehr existieren oder nur noch sehr eingeschränkt betrieben werden.

Schwerpunkte: Rhön und Waldecker Land

Im Kern stellen die Rhön und das Waldecker Upland die wichtigsten Angebote dar, wo alpiner Skilauf in einem nennenswerten Umfang (noch) möglich ist. Sollte sich der Trend der vergangenen zwei Winter mit immer weniger Frost- und Schneetagen fortsetzen, ist jedoch abzusehen, dass auch dort immer schwierigere Wetterbedingungen herrschen und Schneesport in Hessen irgendwann nur noch Erinnerung sein wird.

Willingen mit insgesamt 17 km präparierten Pisten, der 1.400 Meter langen Ettelsberg-Kabinenseilbahn mit ihren 8er-Gondeln, der 8er-Sesselbahn K1 und der 6er-Sesselbahn Ritzhagen ist der einzige hessische Ort, in dem nicht nur ausschließlich Schlepplifte laufen und der einen an die Alpen angelehnten „Skizirkus“ bietet. In der Rhön zählen die Wasserkuppe und das „Skizentrum Simmelsberg“ bei Gersfeld zu den beliebtesten Skigebieten für Alpin-Skifahrer/innen.

Anders als in Willingen und der Wasserkuppe werden die Lifte am Simmelsberg von zwei Skiclubs betrieben. Der Skiclub Hanau zeichnet für den Hanauer

Lift verantwortlich, der die einzige schwarze Abfahrt Hessens erschließt, der kürzere „Rothenbergener Lift“ wird von der Skigemeinschaft Kinzigtal (dem Heimatverein des HSV-Präsidenten Dr. Werner Weigelt) betrieben. Ein Modell, das in den 1970-/80er-Jahren durchaus populär war. Seinerzeit wurden an vielen hessischen Hängen Skilifte durch Vereine in Betrieb genommen, in der Mehrzahl sogenannte „Babylifte“ mit Umlaufseil und Haltegriffen, später kamen vielfach „richtige“ Anker-Schlepplifte hinzu. Doch die Zahl dieser Vereinslifte geht Jahr um Jahr zurück und der Klimawandel ist nicht immer der Hauptgrund dafür.

Klimawandel und Bürokratie fordern heraus

„Inzwischen wird es immer schwieriger für Vereine, solche Anlagen zu betreiben“, weiß Stefanie Wintershoff, Geschäftsführerin des Hessischen Skiverbandes. Neben den klimatischen Veränderungen, die mit immer kürzeren, wärmeren Wintern und somit auch weniger Skitagen einhergehen, müssen sich die Vereine auch mit immer mehr bürokratischen Fragen auseinandersetzen. Denn anders als in den Anfangstagen, als es zunächst darum ging, einfach die technischen Voraussetzungen für einen Liftbetrieb zu schaffen, sorgen heute versicherungs- und sicherheitstechnische Anforderungen sowie die steuerlich korrekte Behandlung der Einnahmen und Ausgaben für sehr viel Arbeit bei den betroffenen Vereinen. „Dort, wo es auch heute noch gut funktioniert, wird sich mit sehr viel Engagement und Begeisterung für die Sache eingesetzt“, weiß Wintershoff.

O B E N

Wie lange in Hessen noch „Babylifte“ wie in Schmitten/Taunus laufen werden, kann niemand sagen.

Foto: David Mark/
pixabay.com

Titelthema
Sport im Winter

Für Wintersportler/innen, die sich dem Langlauf verschrieben haben stellt sich die Lage besser dar. Insbesondere im Vogelsberg, Rhön, Spessart und den anderen „kleineren“ Mittelgebirgen gibt es zahlreiche Loipen und Skating-Strecken, die von Ski-Clubs angelegt und unterhalten werden. So verzeichnet der Hessische Skiverband auf seiner Homepage über 150 Kilometer Loipen im Odenwald, mehr als 381 km in der Rhön und jeweils über 50 km Loipen in Taunus und Vogelsberg. Im Waldecker Land können mehr als 120 Loipenkilometer zurückgelegt werden und die Anlagen in Willingen zählen unter Kenner/innen zu den Top Ten der deutschen Langlaufgebiete.

Aus Hessen aufs Stockerl

Folgerichtig gibt es im Nordischen Skisport, anders als bei den Alpen, auch Hessinnen und Hessen im Spitzenleistungssport. Mit Noemi Ristau und ihrer Begleitläuferin Paula Brenzel gibt es zwar im paralympischen Skilauf ein hessisches Duo, das um Medaillen fährt, aber der Schwerpunkt der Nachwuchsförderung liegt bei den Nordischen Sportarten. Skispringer Stephan Leyhe und Biathletin Nadine Horchler sind die aktuell Bekanntesten und im Jugend- und Juniorenbereich haben Skispringerin Michelle Göbel und Biathlon-Juniorin Marie Zeuschel bereits auf sich aufmerksam gemacht.

Ein Grundstein dieser positiven Entwicklung ist das Skiinternat Willingen in Trägerschaft des Hessischen Skiverbandes. Seit 1979 gibt es diese Einrichtung für die Unterbringung auswärtiger Kader- und Nachwuchssportler. Zurzeit werden dort Schülerinnen und Schüler betreut, die die Kooperative Gesamtschule in Willingen besuchen. Im Internat wohnen die Schülerinnen und Schüler, die am Bundesstützpunkt Nachwuchs Winterberg/Willingen in den verschiedenen nordischen Skidisziplinen Skilanglauf, Biathlon, Skisprung und Nordische Kombination trainieren.

Nachhaltig Skifahren?

Trotz dieser positiven Rahmenbedingungen schwebt über dem Skisport und seinen Vereinen dennoch das „Damoklesschwert“ Klimawandel, mit dem sich die Verantwortlichen aber durchaus auseinandersetzen. „Die Reduzierung von klimaschädlichen Emissionen ist auch für den Hessischen Skiverband ein wichtiges Thema“, sagt HSV-Präsident Dr. Werner Weigelt.

„Alleine für unsere Ausbildungsfahrten, den Athleten-transport zu den Wettkämpfen und zum Training produzieren wir rund 112 Tonnen CO₂. Wir planen für November eine große Baumpflanz-Aktion, um für diese Belastung einen Ausgleich zu schaffen. Außerdem gibt es von Seiten des Verbandes Beratung für die Organisa-



tion nachhaltiger Skireisen. Für künftige Ausbildungsfahrten des Verbandes ist geplant, eine Klimaabgabe zu erheben“.

Aufschwung im Eiskanal

Doch Wintersport ist nicht nur Skisport, sondern auch auf dem Eis sind Hessen unterwegs. Insbesondere die Hessischen Bobsportler/innen haben in den vergangenen Jahren für Furore gesorgt. Mit Vizeweltmeisterin Kim Kalicki, einem der besten deutschen Anschieber, Malte Schwenzfeier, sowie Issam Ammour und Costa Laurenz sitzen Hessen in Bobs, die vordere Plätze beim Welt- und Europacup sowie bei deutschen Meisterschaften errangen.

Dabei hat der Hessische Bob- und Schlittensportverband nur 177 Mitglieder in sieben Vereinen. Platzhirsch ist der TSV Eintracht Wiesbaden, für den nahezu alle hessischen Bobsportler/innen an den Start gehen. Der Landesverband und Landestrainer Tim Restle haben es geschafft, innerhalb weniger Jahre eine Struktur zu schaffen, die nicht nur die hessischen Athlet/innen an die Weltspitze geführt hat, sondern auch für andere Bobsportler Strahlkraft entwickelt. Wiesbaden zählt inzwischen zu den ersten Adressen der „Formel1 des Eissports“.

Markus Wimmer

O B E N

Noemi Ristau ist eine der besten Paraskiläuferinnen der Welt.
Foto: Lucien Gerkau

L I N K S

Stephan Leyhe jubelt nach seinem Weltcup-Sieg auf der Willinger Mühlenkopfschanze.
Foto: Tadeusz Mieczynski/SC Willingen

R E C H T S

Kim Kalicki mischt für Eintracht Wiesbaden die Bobwelt auf.
Foto: BSD/Jürgen Wajsmuth

Immunsystem stärken, Winterblues vorbeugen

Gesundheitssportbeauftragter Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer spricht
im Interview über Sport in der kalten Jahreszeit

Gerade war es noch Sommer. Nun brummen die Heizungen, nachmittags wärmt eine Tasse Tee und der Hunger auf deftige Gerichte hat schlagartig zugenommen. Vielen Menschen fällt es mit Beginn der dunklen Jahreszeit schwerer, sich zu regelmäßiger Bewegung aufzuraffen. Warum man sich von der Kälte nicht abschrecken lassen sollte und worauf bei Sport im Herbst und Winter zu achten ist, darüber haben wir mit Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer gesprochen. Er ist Professor an der Goethe-Universität Frankfurt, Gesundheitssportbeauftragter des Landessportbundes Hessen sowie Leiter Wissenschaft der medizinischen Abteilung von Eintracht Frankfurt.

Herr Prof. Banzer, Umfragen zeigen, dass die Menschen im Winter weniger Sport treiben. Gibt es dafür medizinische Gründe?

Physiologisch gesehen ändert die Jahreszeit nicht viel. Gleichzeitig zeigt die Forschung, dass bei Menschen in Ländern, die weiter weg vom Äquator leben, saisonale Effekte zu beobachten sind: Sie bewegen sich in der kalten und nassen Jahreszeit tendenziell weniger. Dies kann bei unverändertem Ernährungsverhalten zu einer Zunahme an Körpergewicht und Körperfett führen. Die Gründe dafür, warum es vielen schwerer fällt, sich im Winter zu bewegen, sind wissenschaftlich nicht eindeutig belegt. Eine Rolle scheinen die Temperatur- und die Lichtverhältnisse zu spielen. Dazu kommen Empfindungen wie Komfort und Sicherheit: Wenn es keine beleuchteten Strecken gibt oder der Boden nass oder vereist ist, hemmt das. Von diesem Rückgang scheinen Aktivitäten, die man draußen ausübt, am stärksten betroffen zu sein – inklusive Gehen.

Was heißt das für die Sportangebote der Vereine?

Vereine können in der Regel mit guten Bedingungen werben und sollten das auch tun. Das gilt insbesondere für Indoor-Sportarten. Ich wäre aber dafür, dass die Vereine in der aktuellen Situation verstärkt auch Outdoor-Angebote entwickeln und anbieten. Bei einem Lauftritt spielt schlechte Beleuchtung eine kleinere Rolle als beim individuellen Laufen und ein Zirkeltraining, das in der Gruppe und auf einem Freiplatz stattfindet, ist motivierender als bei Dämmerung allein die Trimm-dich-Strecke zu bestreiten. Ich könnte mir vorstellen, dass vermehrte Outdoor-Kurse von Vereinen zu einem langsamen Umdenken beitragen: Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung. Gerade in der vor uns stehenden herausfordernden Zeit muss es ein vorrangiges



Ziel sein, dass Vereine ihre Mitglieder – jung und alt, gesund und erkrankt, fit und weniger fit – bei ihren Aktivitäten unterstützen. Ich würde Vereinen empfehlen, auf ihre Mitglieder zuzugehen und zu fragen, was sie sich wünschen, unter welchen Bedingungen sie eher trainieren würden, und nach Möglichkeiten suchen, diesen Wünschen entgegenzukommen. Außerdem sollten Vereine die Qualifikationen ihrer Übungsleiter betonen. Ich wundere mich, dass damit so selten geworben wird. Denn die Übungsleiter in den hessischen Vereinen sind besser ausgebildet als so mancher selbsternannte Personal Coach. Den Sportlerinnen und Sportlern müssen wir daher vermitteln, dass sie im Verein ein qualitätssicheres Angebot erwartet – mit Übungsleitern, die anleiten, helfen, unterstützen. Das ist derzeit besonders wichtig: Die Corona-Pandemie sorgt für so viel Unsicherheit. Da ist es gut, wenn die Vereine zeigen, dass sie klare Regeln haben und die Teilnehmenden hier kompetent dabei unterstützt werden, fit zu bleiben und so auch die eigenen Abwehrkräfte zu stärken.

Stichwort Abwehrkräfte – ist Sport im Winter besonders wichtig?

Absolut. Ich würde sogar noch einen Schritt weiter gehen: Vielleicht ist es sogar sinnvoll, im Winter noch aktiver zu sein. Wenn die Außentemperatur niedriger ist, muss der Körper weniger Wärmeregulation durchführen, der Herzrhythmus steigt also weniger stark an, das Herz arbeitet ökonomischer. Nicht umsonst laufen Marathonläufer lieber bei 10 als bei 30 Grad. Außerdem reduziert Kälte den Stress, wir gehen fokussierter zu Werke. Daneben ist ganz klar: Training bei Kälte stärkt die Immunabwehr. Das kommt mir in der ganzen Corona-Debatte der-

O B E N

Mit dem richtigen Warm-up und der richtigen Kleidung ist Outdoor-Sport auch im Winter kein Problem.

Foto: Undrey / shutterstock.com

U N T E N

Prof. Dr. Dr. Winfried Banzer ist Gesundheitssport-Beauftragter des Landessportbundes.
Foto: PRV



zeit zu kurz: Wir sind Viren und Bakterien nicht komplett schutzlos ausgeliefert, wir können auch aktiv etwas tun, um die Infektionsanfälligkeit zu reduzieren. Ausdauersport ist da ein wichtiges Mittel, aber jede Bewegung ist wertvoll. Auch ein zügiger Spaziergang ist ein Anfang. Nach draußen zu gehen ist in der lichtarmen Jahreszeit außerdem wichtig, um genügend Vitamin D zu bilden.

Steigt durch Sport im Kalten nicht auch das Erkältungsrisiko?

Das ist eine Mär. Wenn man nach der Sporteinheit im Kalten nicht gerade stehen bleibt, um mit dem Nachbar ein längeres Schwätzchen zu halten, ist die Gefahr gering. Und zu kalt sollte es natürlich nicht sein.

Gibt es – abgesehen von unnötigen Schwätzchen – beim Sport im Winter noch etwas zu beachten?

Man sollte versuchen, durch die Nase zu atmen. Sie wirkt wie ein Filter, der die Luft wärmt und befeuchtet, sodass sie nicht zu kalt auf die Bronchen trifft. Insbesondere für Vorerkrankte, z. B. Asthmatiker, ist das wichtig. Aber auch für alle anderen gilt: Lieber langsamer machen und dafür auf das Einatmen durch den Mund verzichten. Außerdem sollte man bei langen Belastungen – also über eineinhalb Stunden – genau wie im Sommer Flüssigkeit zu sich nehmen. Viele Leute vergessen das, wenn es kalt ist.

Ist man im Winter verletzungsanfälliger?

Nicht prinzipiell. Vielmehr ist man immer dann verletzungsanfällig, wenn unvorbereitete Strukturen einer großen Belastung ausgesetzt werden. Wer also nicht richtig warm ist, wessen Sehnen, Muskeln und Bänder nicht vorbereitet sind, der riskiert eine Verletzung. Auch Ermüdung spielt eine Rolle. Verletzungen können deshalb genauso gut im Sommer auftreten, gerade, wenn wir elektrolytisch entleert sind. Das passiert, wenn wir stark schwitzen und dadurch mehr Mineralstoffe aus dem Körper gespült werden als wir aufnehmen.

Richtiges Aufwärmen ist im Winter also das A und O. Worauf kommt es dabei an?

Das Aufwärmprogramm sollte stets an die Zielsportart angepasst sein. Wenn ich im Winter Laufen oder Radfahren gehe, also Sportarten betreibe, die per se geeignet sind, um den Körper in Schwung zu bringen, reicht es für die meisten Menschen aus, langsam zu starten, also beispielsweise erst mal locker loszutreten. Wer Probleme hat, sollte seine Gelenke vorab gut durchbewegen. Bei den meisten anderen Sportarten rate ich zu einem spezifischen Aufwärmprogramm. Dabei sollten genau die Muskeln angesteuert werden, die später auch zum Einsatz kommen. Sinnvoll ist es, zuerst mit den größeren Muskeln zu beginnen. Wenn ich mich zum Beispiel für ein Tennistraining aufwärme, kann ich mich zuerst einlaufen. Auf keinen Fall darf aber das Schultergelenk vergessen werden, weil es beim Spiel stark beansprucht wird. Es sollte schon beim Aufwärmen in Endstellung bewegt werden, damit nicht nur der Muskel, sondern auch die Sehnen durch-

blutet werden. Übrigens sollte auch bei klassischen Wintersportarten nicht aufs Aufwärmen verzichtet werden. Das kann Verletzungen vorbeugen.

Müssen sich ältere Menschen länger aufwärmen?

Man kann sagen, dass Erwachsene länger als Kinder brauchen, um warm zu werden. Prinzipiell ist Aufwärmen aber ein Thema für alle Altersklassen. Es gibt kaum Belege dafür, dass es bei Älteren per se länger dauert. Ich würde die Dauer, die nötig ist, eher an Vorschädigungen und der Leistungsfähigkeit festmachen: Wer abgenutzte Gelenke oder vorgeschädigte Strukturen hat, braucht mehr Vorbereitung. Das trifft natürlich vermehrt auf ältere Menschen zu, aber häufig auch auf Leistungssportler. Was man aber auf jeden Fall sagen kann, ist: Je kälter die Umgebung, desto mehr Fokus sollte aufs Aufwärmen gelegt werden. Wenn in einer Halle trainiert wird, die gut durchlüftet werden kann und in der dies aufgrund von Corona nun auch sorgfältig getan wird, kann es im Inneren kälter sein als gewöhnlich. Übungsleiter sollten die Sportlerinnen und Sportler in solchen Fällen auffordern, warme und gegebenenfalls auch Wechselkleidung mitzubringen und lieber etwas mehr Zeit fürs Warm-up einplanen.

Kleidung ist ja generell ein heikles Thema. Sollte man sich im Zweifel eher zu warm anziehen?

Nein, als Leitmotiv gilt: Es sollte ganz leicht kalt sein. Ansonsten ist der schöne Effekt, den ich vorhin im Blick auf die Wärmeregulierung beschrieben habe, dahin. Generell rate ich zum Zwiebelprinzip. Außerdem sind beim Outdoorsport winddichte Jacken super. Auch den Kopf und die Hände sollte man nicht vergessen. Und Funktionswäsche ist besser als Baumwolle.

Hilft Sport eigentlich auch gegen Winterblues?

Sportliche Betätigung sorgt generell für die Ausschüttung des Glückshormons Serotonin. Jeder kennt das: Man ist stolz, wenn man etwas gemacht hat. Das wirkt stimmungsverbessernd – auch und gerade im Winter. Außerdem ist jedes Kalt-Warm-Wechselspiel eine tolle Regenerationsmaßnahme. Wenn man sich also im Freien bewegt hat und anschließend eine heiße Dusche nimmt, ist das Wellness für Körper und Seele.

Winterzeit ist Erkältungszeit. Wenn die Nase läuft und der Hals kratzt, kann man dann noch Sport machen?

In Coronazeiten ist das natürlich noch heikler als sonst. Als Richtschnur gilt: Bei erhöhter Temperatur und Schluckbeschwerden sollte auf Sport auf jeden Fall verzichtet werden. Andere Erkältungsanzeichen sind eher harmlos. Lieber vorsichtig sein und nur moderat trainieren sollte man aber auch dann. Wer nach einem Infekt wieder wieder symptomfrei ist, sollte noch zwei bis drei Tage warten. Danach kann es wieder losgehen. Spätestens nach einer Woche sollte es das auch. Denn alle, die im Winter zur Sportpause neigen, dem sollte bewusst sein: Wer zwei Monate nichts tut, braucht vier Monate Training, um auf das alte Level zurückzukommen!

Die Fragen stellte Isabell Boger

Titelthema
**Sport im
Winter**

Reisen mit viele Fragezeichen

In Corona-Zeiten wird die Planung von Gruppenreisen zum Risiko-Spiel

Schnee, Sonne, Sport und geselliges Miteinander: das sind die Kernelemente einer Ski-/Snowboard- oder Winterfreizeit. Verbände, Sportjugend, Sportkreise und Vereine zählen zu den klassischen Anbietern von Winterfreizeiten. Gerade für die Vereine sind gemeinsame Schneesportfreizeiten ein wichtiger Aspekt der Arbeit. Denn angesichts der doch recht eingeschränkten Möglichkeiten für Wintersport in Hessen sind diese Freizeiten oft die einzige Möglichkeit, gemeinsam dem jeweiligen Lieblingssport nachzugehen. Viele der hessischen Skivereine sind sogenannte „Fahrtenvereine“, deren Hauptaktivität die Organisation von Vereins-Skifreizeiten ist.

Doch die dynamischen Entwicklungen bei den Corona-Beschränkungen machen es aktuell immer schwieriger, solche Freizeiten verantwortungsbewusst zu organisieren.

Umbuchen, verschieben, absagen

„Umbuchen, verschieben, absagen“ ist momentan der Dreiklang, der bei der Organisation von Winterfreizeiten den Ton angibt. Hinzu kommt noch Flexibilität und Ausdauer, denn wer aktuell Winterfreizeiten organisiert, hat alle Hände voll zu tun, oder streicht ganz die Segel. „Wir hatten zunächst einen Lehrgang im Pitztal geplant und vorbereitet, dann wurde Tirol zum Risikogebiet erklärt. Wir hatten das Glück, in einen Ort im Saazburger Land umbuchen zu können, dort ist kein Risikogebiet“, berichtet HSV-Geschäftsführerin Stefanie Wintershoff. Zwei weitere geplante Alpin-Lehrgänge des HSV seien aber verschoben, bzw. abgesagt worden.

Keine leichte Entscheidung

Abgesagt worden sind auch die Winterfreizeiten der Sportjugend Hessen. „Wir haben uns diese Entscheidung nicht leicht gemacht“, sagt Isabelle Schikora, Referatsleiterin Jugendreisen der Sportjugend Hessen. „Während der Planungsphase zeigte sich schnell, dass die von uns gebuchten Häuser keine Möglichkeiten boten, unser Hygienekonzept umzusetzen. Mehrbettzimmer, zu kleine Speiseräume, um ein Infektionsrisiko auszuschließen, und nicht zuletzt das organisatorische Risiko was die Anzahl der Teilnehmer/innen und die Organisation der Anreise mit Bussen betrifft, haben dabei eine Rolle gespielt. Auch die vom Robert Koch Institut prognostizierte Steigerung der Fallzahlen im Herbst und Winter hatten Einfluss auf die Absage.“ Das sei sehr schade, räumt sie ein, denn die Sportjugend habe sehr viel Energie in die Planung investiert, um



dann festzustellen, dass diese letztlich nicht umsetzbar seien.

Auch beim WSV Hofheim ist man noch verhalten zuversichtlich. Der Wintersportverein, der seit vielen Jahren Schneesportfreizeiten organisiert, kämpft allerdings mit den gleichen Problemen wie Sportjugend und HSV. Auch der Hofheimer Verein musste schon Freizeiten umbuchen, hinzu kommt ein aufwendiges Hygienekonzept, das berücksichtigt werden muss. Die Gesamtzahl der Teilnehmer/innen wurde halbiert, ebenso wurde bei der Zimmerbelegung reduziert und die Anreise findet in zwei Bussen statt in einem statt. Dort herrscht selbstverständlich Maskenpflicht, ebenso wie in den öffentlichen Räumen und Fluren der Unterkunft.

Familienfreizeiten: Einfacher zu planen

„Etwas einfacher ist es bei Familien-Freizeiten“, weiß Kerstin Leijdekker, von der Geschäftsstelle des Vereins. Anreise im eigenen PKW, Zimmerbelegung nur mit Menschen aus einem gemeinsamen Haushalt und die Unterbringung in Apartments machen die Organisation weitaus weniger kompliziert.

Leijdekker ist fest davon überzeugt, dass es für Vereine wichtig ist, solche Angebote auch in Corona-Zeiten aufrecht zu erhalten, auch wenn es schwierig ist: „Es ist schwierig und bedeutet mehr Arbeit und kann vielleicht auch nur in abgespecktem Rahmen stattfinden, aber ich denke, man sollte als Verein alles versuchen, um den Mitgliedern, insbesondere den Jugendlichen, das Erlebnis Skifreizeit zu ermöglichen.“

Markus Wimmer

O B E N

Die HSV-Fortbildung Alpin Oldies wird seit 18 Jahren ausgerichtet. Sie ist ein gutes Beispiel dafür, welchen Stellenwert solche Fahrten haben. Sie bilden die perfekte Verknüpfung von Sport, Spaß, Weiterbildung und Geselligkeit.
Foto: Dr. Werner Weigelt

Titelthema
Sport im Winter

„Auch im Sommer Angebote machen“

Interview mit dem Präsidenten des Hessischen Skiverbandes / Leistungssport als „Leuchtturm“

Dr. Werner Weigelt ist Präsident des Hessischen Skiverbandes und vertritt die Interessen von mehr als 35.000 organisierten Skisportler/innen aus 225 Abteilungen und Skivereinen. „Sport in Hessen“ hat den HSV-Präsidenten zur Arbeit seines Verbandes befragt.



Herr Weigelt, Hessen ist kein klassisches Wintersportland und dennoch schaffen es immer wieder hessische Sportler

bis in die internationale Spitze vorzudringen. Welchen Stellenwert hat der Leistungssport für den HSV?

Der Leistungssport ist für uns wichtig, da die Erfolge von Sportler/innen wie Stephan Leyhe oder Michelle Göbel insbesondere für Nachwuchssportler/innen eine hohe Motivation darstellen. Im Skisprung konnten wir einige hoffnungsvolle Talente gewinnen und jetzt im Juniorenbereich starke Teams stellen, die in der nationalen Spitze mitspringen.

Die Mehrheit der Hessischen Skivereine sind breitensportlich orientiert. Wie unterstützt der HSV diese Vereine bei ihrer Arbeit?

Wir unterstützen die Vereine zunächst durch die Ausbildung von Übungsleiter/innen. Das HSV-Lehrteam besteht aus über 30 Ausbilder/innen, mit denen wir unsere zahlreichen Lehrgänge gestalten. Außerdem stehen wir den Vereinen in den Bereichen Finanzen, Vereinsmanagement und bei der Entwicklung neuer Angebote zur Seite. Dazu zählt auch die Unterstützung von Vereinsevents, bei denen wir dann beispielsweise mit unserer Mini-Schanze vor Ort sind.

Immer kürzer werdender Winter und weniger Schneetage in Hessen stellen die Skiclubs vor immer größeren Herausforderungen. Wie können sie diesen Herausforderungen begegnen?

Es hat sich gezeigt, dass die Konzentration auf die Wintermonate nicht ausreicht, um die Mitglieder dauerhaft an die Vereine zu binden. Erfolgreiche Vereine haben auch ein Sportangebot für den Sommer. Das kann Radfahren sein oder Inline-Hockey, auch Wandern und Laufen sind attraktiv. Viele Vereine bieten über den Sommer Sportabzeichenkurse an, ein Mittel, mit dem insbesondere ältere Mitglieder erfolgreich angesprochen werden. *maw*

Titelthema Sport im Winter

Schutz vor der Wintersonne

Sport im Winter kann Haut und Augen vor eine Herausforderung stellen

Strahlend blauer Himmel, Sonne und verschneite Berge – so stellt man sich den perfekten Wintertag vor. Sich bei solchem Wetter zu Bewegung im Freien zu motivieren, fällt nicht schwer. Den Schutz von Haut und Augen sollte man dabei aber nicht vergessen.

Insbesondere in den Bergen ist ein Schutz vor UV-Strahlen wichtig. Schließlich steigt die UV-Intensität pro 1.000 Höhenmeter um 10 bis 15 Prozent. Außerdem reflektiert Schnee 50 bis 80 Prozent der Strahlen und sorgt damit ebenfalls für eine erhöhte UV-Dosis. 30 Minuten bevor es auf die Piste geht, raten Experten, sollte man Gesicht, Nacken und Co. deshalb mit Lichtschutzfaktor 30 eincremen und diesen Schutz alle zwei Stunden erneuern.

Neben der Strahlung wirken sich auch niedrige Temperaturen auf den Fett- und Feuchtigkeitshaushalt der Haut aus: Das Unterhautfettgewebe wird weniger stark durchblutet, der Stoffwechsel verlangsamt sich und die Talgdrüsen produzieren weniger Fett. Die Haut beginnt zu spannen, wird spröde und rissig. Verstärkt wird der Effekt durch trockene Heizungsluft in Innenräumen.

Wer im Winter länger draußen ist, sollte deshalb am besten auf eine Sonnencreme mit hohem Fettanteil setzen. Das verhindert, dass Feuchtigkeit aus der Luft auf der Haut anfriert. Aber Achtung: In geheizten Räumen kann eine stark fetthaltige Creme eher schädlich sein, da unter dem Fettfilm ein Wärmestau entstehen kann. Nach einem langen Tag an der frischen, kalten Luft sind deshalb hautberuhigende, feuchtigkeitsspendende Cremes das ideale Pflegeprogramm. Vorab ein ausgiebiges Bad in der herrlich heißen Wanne zu nehmen, ist hingegen weniger ratsam: Es wirkt entfettend und kann die Haut noch mehr austrocknen.

Trockene Lippen, geblendete Augen

Besonders anfällig im Winter, das kennt wohl jeder, sind die Lippen. Weil sie weder Talgdrüsen zur Fettproduktion besitzen noch Farbpigmente bilden können (der natürliche Schutz einer Bräune entfällt also), reagieren sie besonders empfindlich auf trockene oder kalte Luft. Ein Fettpflegestift mit hohem Lichtschutzfaktor ist für die Lippen deshalb besonders wichtig.

Vergessen sollte man auch seine Augen nicht: Eine Sonnenbrille macht die Reflexion des Schnees nicht nur angenehmer, sondern schützt auch vor UV-Strahlung. Wer darauf verzichtet, riskiert Beschwerden an der Binde- und Hornhaut. *ib*

„Die Motivation leidet – und damit auch die Qualität“

Lutz Arndt, Vizepräsident Leistungssport des Landessportbundes Hessen, über die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf den Nachwuchsleistungssport

Die Corona-Pandemie hat auch das Sportjahr 2020 mächtig auf den Kopf gestellt. Noch nie in Friedenszeiten sind so viele Wettkämpfe, Partien, Trainingslager abgesagt worden. Noch nie waren Kontaktsportarten (zumindest zeitweise) verboten. Noch nie wurden die Olympischen Spiele verschoben. Was das für die potenziellen Teilnehmer der Spiele bedeutet, darüber wurde viel berichtet. Auch die Einschränkungen im Breitensport standen häufig im Fokus. Vergessen dürfe man aber auf keinen Fall die Auswirkungen auf den Nachwuchsleistungssport, erklärt Lutz Arndt, Vizepräsident Leistungssport des Landessportbundes Hessen, im Interview.

Herr Arndt, die Corona-Pandemie stellt alles auf den Kopf. Warum machen Sie sich gerade um den Nachwuchsleistungssport so viele Sorgen?

Zuallererst, weil es hier um die Basis unserer Gesellschaft, um Kinder und Jugendliche, geht. Sie haben unter den Einschränkungen ganz besonders gelitten, auch, was den Sport angeht: Der Sportunterricht in den Schulen ist lange ausgefallen und findet vielerorts noch immer eingeschränkt statt. Gleiches gilt für das Training im Verein. Das hat nicht nur Nachteile für die Ausbildung der körperlichen Fähigkeiten und für die Gesundheit. Wir kennen heute besser als früher den positiven Einfluss von Bewegung auf Lernwilligkeit, Lernfähigkeit und das allgemeine Sozialverhalten. Das dürfen wir nicht aufs Spiel setzen. Es reicht nicht aus, auf die allgemein zugänglichen individuellen Möglichkeiten, wie Joggen oder Radfahren zu verweisen. Denn junge Menschen brauchen auch Gemeinschaftserlebnisse. Zudem ist die Möglichkeit, sich sportlich fair messen zu können, für Jugendliche und ihre Persönlichkeitsentwicklung, zum Beispiel im Umgang mit Sieg und Niederlage, besonders wichtig. Werden Sport- und vor allem Wettkampfangebote eingeschränkt, entsteht bei ihnen das Gefühl von fehlender Anerkennung. Das kann dazu führen, dass der Sport aus dem Fokus gerät und das Interesse daran schwindet.

Gilt das auch für Kinder, die eher leistungssportlich orientiert sind?

Ich denke, es gilt vor allem für Talentierte, die gerade an der Schwelle zum Leistungssport stehen. Die vor der Pandemie mehrmals pro Woche ambitioniert trainiert, aber noch keinen Kaderstatus oder ähnliches haben. Hier kann eine Unterbrechung zu einem Verlust an Interesse führen. Außerdem kann es die Motivation dämp-

fen, wenn Dinge, die vor Ausbruch der Pandemie erlernt wurden, jetzt nicht mehr so gut funktionieren. Bei Nachwuchskaderathleten halte ich die Gefahr des Abspringens für etwas geringer. Da überwiegt der Ärger darüber, dass Training und Wettkampf nicht in gewohnter Form möglich sind. Ganz klar ist aber: Der Aufbau für die Weltspitze beginnt früh, lange Unterbrechungen kann sich keiner leisten. Kommt es in Deutschland zu einer zweiten Welle mit ähnlich starken Auswirkungen, droht – durch die Kombination aus Trainingsrückständen und dem Wegbrechen einiger Talente – ein massiver Qualitätsverlust im Nachwuchsleistungssport.

Welchen Handlungsbedarf sehen Sie?

Am besten wäre es natürlich, wenn es nicht zu einer zweiten Welle kommt. Dazu können wir mit verantwortungsvollem Handeln beitragen. Vereine und Verbände sind angesichts der Pandemie mit Problemen konfrontiert, die sie noch nie hatten. Darunter darf aber gerade jetzt die Nachwuchsförderung nicht leiden. Extrem wichtig ist es aus meiner Sicht, jetzt nicht einfach nur zu jammern und zu klagen. Vielmehr müssen wir alle schauen, was wir unter den gegebenen Bedingungen in Sachen Nachwuchsförderung tun können. Generell habe ich großes Vertrauen in die Tatkraft, die Kreativität, das Geschick und die Motivationskraft unserer Trainer und Übungsleiter. Jetzt sind auch sie besonders gefordert. Sie müssen zum Beispiel auf ungewohnte Trainingsformen zurückgreifen, ihre Einheiten verstärkt an die frische Luft verlegen, sich über digitale Ergänzungen Gedanken machen oder überlegen, wie sich Grundlagentraining im Rahmen der Möglichkeiten



O B E N

Der Aufbau für die Weltspitze beginnt früh – gerade im Gerätturnen. Lange Pausen kann man sich da kaum erlauben.

Foto: Isabell Boger

U N T E N

Der Nachwuchsleistungssport liegt Lutz Arndt am Herzen.

Foto: Isb h



gestalten lässt, damit auch Kinder und Jugendliche Spaß daran haben. Hier liegt vielleicht auch die Chance der Pandemie: Wir sind gezwungen, neu zu denken und zu hinterfragen, was wir bisher vernachlässigt haben. Dabei können die einzelnen Sportarten auch voneinander lernen. Ich habe erst kürzlich eine sportartübergreifende Fortbildung von Handball-, Basketball- und Volleyballtrainern eröffnet und empfand den Erfahrungs- und Meinungsaustausch als sehr bereichernd.

Die Trainer haben derzeit also eine besonders wichtige Funktion?

Absolut. Sie müssen kreativer sein als sonst, außerdem fungieren sie noch stärker als Tröster und Motivator. Wenn es beispielsweise nur ein oder zwei Wettkämpfe gibt, ist es schwer, geforderte Normen zu erfüllen. Da kann eine kleine Erkältung die Hoffnungen eines jungen Menschen zerstören. Beistand ist deshalb wichtig! Generell haben bei einem Austausch mit unseren Landestrainern viele berichtet, wie sehr der Wegfall von Wettbewerben auf die Stimmung drückt. Im Feldhockey hat der Verband sich deshalb dazu entschlossen, die unterbrochene Saison in den Herbst hinein zu verlängern – die Temperaturen im September haben das ja hergegeben. Ob alle Hessenmeister in den Jugenden komplett ausgespielt werden können, muss man abwarten. Wichtiger als die Wertung sind im Moment die Spiele an sich. Die Begegnungen machen Spaß, geben dem Training einen Sinn und halten die jungen Spielerinnen und Spieler dadurch bei der Stange. Aus diesem Grund sind die Schulsportkoordinatoren gerade dabei, Konzepte für Schulsport-Wettkämpfe zu entwickeln. Die Ideen reichen von Kleinst-Formaten über klasseninterne Wettkämpfe bis hin zu digitalen Formaten.

Zu dieser Jahreszeit stehen normalerweise auch die Sichtungungen für die Sportförderklassen 5 an. Wie wirkt sich die Pandemie darauf aus?

Die neue Situation stellt die Lehrer-Trainer hier vor große Herausforderungen. Normalerweise gibt es Sichtungungen, an denen rund 350 Kinder aus diversen Grundschulen teilnehmen. Das ist momentan undenkbar. Die Sichtungungen sollen aber auf jeden Fall stattfinden, deshalb werden gerade kleinere Formate konzipiert. Klar ist aber schon jetzt, dass das mit einem personellen und zeitlichen Mehraufwand verbunden ist. Und die Gefahr besteht, dass wir nicht die besten Talente finden.

Als Vizepräsident Leistungssport liegt auch der Olympiastützpunkt Hessen in Ihrer Verantwortung. Waren dessen Leistungen für die Kaderathleten durch Corona eingeschränkt?

Natürlich standen während des Kontaktverbots nicht alle Angebote des OSP in gewohnter Weise zur Verfügung. Über die gesamte Zeit hinweg haben die Mitarbeiter jedoch telefonisch beraten. Sobald es möglich war, haben wir die physiotherapeutische und sportwissenschaftliche Betreuung wieder aufgenommen. Und: Wir haben während dieser Zeit weiter daran gearbeitet, die Bedingungen für den Leistungssport in Hessen weiter zu verbessern. Explizit möchte ich hier das Thema

Duale Karriere nennen: Wir haben die Kooperation mit den Agenturen für Arbeit in Frankfurt und Offenbach auf den Weg gebracht (wir haben in der letzten Ausgabe berichtet; Anm. d. R.) und Anfang September ist ein Herzensprojekt von uns gestartet: die Sportfördergruppe Verwaltung. Ähnlich wie die Sportfördergruppe der Polizei bietet sie eine tolle Möglichkeit, Beruf und Sport flexibel miteinander zu kombinieren. Dabei können diesmal auch paralympische Athletinnen und Athleten partizipieren. Ich würde mir wünschen, dass viele Sportlerinnen und Sportler diese Chance ergreifen. Eine der fünf ersten Studierenden hat mir kürzlich begeistert erklärt, wie vielfältig die Berufsfelder des öffentlichen Dienstes sind. Solche Rückmeldungen machen mich froh – und belohnen alle, die an der Umsetzung der Sportfördergruppe Verwaltung beteiligt waren. Jetzt müssen wir diese Angebote bekannt machen. Ich danke allen, die dabei mithelfen.

Die Fragen stellte Isabell Boger

Heute vor
10
Jahren

Patrick Franziska wird Newcomer des Jahres

Heute vor zehn Jahren: Sportler des Jahres auf der Olympischen Ballnacht ausgezeichnet

Mit unserer Serie „Heute vor 10 Jahren“ werfen wir einen kurzen Blick zurück auf Ereignisse, die den Landessportbund Hessen bewegten. Eine bunte Mischung aus Themen, die in dieser Zeit auf der Agenda standen und über die wir damals in „Sport in Hessen“ berichtet haben. Vor zehn Jahren stand die Berichterstattung ganz im Zeichen der Olympischen Ballnacht.

Einer der Höhepunkte damals: Die Auszeichnung von Hessens Sportlern des Jahres. Auf die Bühne durften Hammerwerferin Betty Heidler, Turner Fabian Hambüchen, Para-Schwimmer Christian Daniel Simon – und Patrick Franziska. Dass er den Titel „Newcomer des Jahres“ verdient hat, wird heute keiner mehr bezweifeln: Der Tischtennispieler gehört noch immer zu den Besten des Landes. Der Titel „Trainer des Jahres“ ging damals an Tischtennis-Urgestein Helmut Hampel, die Volleyball-Frauen des VC Wiesbaden wurden zu Hessens Mannschaft des Jahres gekürt.

Auch in diesem Jahr werden Hessens Sportler des Jahres wieder ermittelt. Die Jury setzt sich wie immer aus den Sportchefs hessischer Medien zusammen. Da die Olympische Ballnacht in diesem Jahr ausfällt, wird aktuell nach einem Rahmen gesucht, in dem die Ausgewählten unter Einhaltung der Corona-Regeln geehrt werden können. „Sport in Hessen“ wird darüber informieren, wenn eine Entscheidung über Art und Ort der Preisverleihung gefallen ist. *maw*

Sportlich erfolgreich, ehrenamtlich engagiert!

Der Lu-Röder-Preis in der Kategorie „Engagierter Nachwuchs“ geht an die 20-jährige Sportschützin Daniela Schäfer

Daniela Schäfer ist eine junge Sportlerin der besonderen Art. Die 20-jährige Sportschützin aus Romrod ist nicht nur in ihrer Sportart erfolgreich. Sie setzt sich außerdem auf vielen unterschiedlichen Ebenen und in vielen Gremien ehrenamtlich für die Interessen junger Menschen im Sport ein. Für dieses Engagement ist Daniela Schäfer am Wochenende in der Kategorie „Engagierter Nachwuchs“ mit dem mit 1.000 Euro Preisgeld dotierten Lu-Röder-Preis des Landessportbundes Hessen e.V. (lsb h) ausgezeichnet worden. Die Ehrung fand im Rahmen der Gesamtvorstandssitzung des Hessischen Schützenverbandes in Bad Sooden-Allendorf statt.

Mit dem Lu-Röder-Preis würdigt der Landessportbund seit 1988 jährlich Frauen, die sich für die Belange von Frauen im Sport einsetzen und überdurchschnittliche Leistungen im Verein, Verband oder Sportkreis vollbringen.

Engagement statt virtueller Realität

Dass das, was Daniela Schäfer ehrenamtlich leistet, vorbildlich ist, machte Sally Kulemann, Mitglied des lsb h-Landesausschusses für Gleichstellung im Sport, während der Preisübergabe deutlich. Kulemann: „In einer Zeit, in der immer mehr Heranwachsende und junge Menschen die virtuelle Realität dem richtigen Leben vorziehen, trägt Daniela Schäfer Verantwortung. Sie übernimmt in ihrem Verein, dem Schützenverein 1923 Ober-Breidenbach, Trainingseinheiten des Jugendleiters und gibt ihre Erfahrungen als Bundesligaschützin an den Nachwuchs weiter. Und wie sie sich – parallel zu den umfangreichen Trainingseinheiten, die sie als Sportlerin in der höchsten Schützenklasse absolvieren muss – engagiert in viele Gremien einbringt und hier auf die spezifischen Bedürfnisse junger Menschen im Sport eingeht, ist bewundernswert.“

Auf vielen Ebenen aktiv

Daniela Schäfer arbeitet im Vorstand ihres Vereins mit und vertritt die Interessen des Nachwuchses im Jugendvorstand des Schützenbezirks. Sie engagiert sich im Arbeitskreis Jugend des Kreisjugendrings und ist als Mitglied des Arbeitskreises Jugend auch im Sportkreis vertreten. Weiterhin setzt sich Daniela Schäfer auf Landesebene im Arbeitskreis Jugend des Hessischen Schützenverbandes für die Belange von Schülerinnen und Schülern und Jugendlichen ein. Auf der „aktiven“



Seite ihrer Sportart kann sie unter anderem mehrfache Erfolge bei den Hessischen Meisterschaften, den Titel der Landesjugendkönigin und den zweiten Rang beim Bundesjugendkönigsschießen bilanzieren.

„Sport hat immer zwei Seiten. Auf der einen Seite sind das die unzähligen Angebote, die unsere 7.600 hessischen Sportvereine Tag für Tag für ihre Mitglieder organisieren. Auf der anderen Seite muss es Menschen geben, die Vereinsangebote vorbereiten und durchführen und die auch Verantwortung übernehmen. Daniela Schäfer gehört zu den Menschen, die beides tun. Sie hat Freude an ihrem Sport und ist darin überdurchschnittlich erfolgreich. Gleichzeitig gibt sie Trainingseinheiten und setzt sich für die Belange von Kindern und Jugendlichen ein. Daniela Schäfer ist das beste Beispiel für Engagement im Sport. Sie hat den Lu-Röder-Preis mehr als verdient“, lobte Dr. Rolf Müller, Präsident des Landessportbundes Hessen e.V., die junge Sportlerin. Müller abschließend: „Wenn unser Sportsystem Bestand haben und sich weiterentwickeln soll, braucht es junge Menschen wie Sie. Bitte machen Sie so weiter!“

Ralf Wächter

O B E N

Glückwunsch an Daniela Schäfer. Die 20-jährige Sportschützin wurde von Sally Kulemann (links) und lsb h-Präsident Dr. Rolf Müller geehrt.

U N T E N

Die Preisträgerin des Lu-Röder-Preises in der Kategorie „Engagierter Nachwuchs“, Daniela Schäfer.

Fotos: Werner Wabnitz



Lu Röder war von 1973 bis 1987 Präsidiumsmitglied des Landessportbundes Hessen und initiierte Programme, um Frauen zu einem selbstbestimmten Sporttreiben zu animieren. Den Frauenanteil in Führungspositionen des Sports zu erhöhen, war ein wichtiges Ziel ihrer Arbeit. Dazu entwickelte sie Qualifizierungsmaßnahmen, die Frauen befähigten, ihre Interessen besser durchzusetzen.



Eine Netzwerkerin mit Vorbild-Funktion

Landessportbund Hessen e. V. verleiht Lu-Röder-Preis in der Kategorie „Vorbild/Lebenswerk“ 2020 an Marianne Becker

Mit dem Lu-Röder-Preis in der Kategorie „Vorbild/Lebenswerk“ hat der Landessportbund Hessen e. V. (lsb h) Marianne Becker (Diemelsee) ausgezeichnet. Die 61-Jährige erhielt den mit 1.500 Euro dotierten Preis für ihr großes Engagement im Bereich Gesundheitssport und für die Förderung von Frauen im Sport. Der Preis selbst erinnert an Lu Röder. Die hatte sich als Präsidiumsmitglied des Landessportbundes Hessen von 1973 bis 1987 vehement für die Qualifizierung von Frauen im Sport eingesetzt und dazu viele Initiativen gestartet.

Röders Ziel, Frauen zur Übernahme von Führungspositionen zu ermutigen, ist bei der diesjährigen Preisträgerin voll aufgegangen: „Marianne Becker hat im Verein, im Turngau und im Sportkreis nicht nur Verantwortung übernommen. Sie leistet seit Jahren auch wertvolle Netzwerkarbeit und bestärkt andere darin, tätig zu werden“, lobte Brigitte Senftleben, Laudatorin und Vorsitzende des lsb h-Landesausschusses für Gleichstellung im Sport.

Becker selbst war von 1997 bis 1999 Fachwartin, von 1998 bis 2002 stellvertretende Vorsitzende und danach bis 2014 Vorsitzende des Turngaus Waldeck. In dieser Zeit (und auch danach) gelang es ihr, viele junge Turnerinnen zur Mitarbeit im Vorstand zu bewegen. Dass sich die „Neulinge“ in Sachen Rat und Hilfe auf Marianne Becker verlassen konnten und können, ist dabei selbstverständlich.

„Du lebst das Ehrenamt“

Weiterhin engagiert sie sich seit 2012 im Vorstand des Sportkreises Waldeck-Frankenberg als Beisitzerin. Dessen Vorsitzender Uwe Steuber sagt über sie: „Marianne ist immer da, wenn etwas organisiert werden muss. Sie ist eine, die anpackt.“ Und direkt an Marianne Becker gerichtet sagte er: „Du lebst das Ehrenamt und hast immer wieder neue Ideen.“ Dem TSV Wirminghausen, ihrem Heimatverein, das muss vollständigshalber erwähnt werden, ist die seit 1996 lizenzierte Übungsleiterin bis heute treu.

Die Preisträgerin selbst sagt: „Emotionaler Zusammenhalt kann Großes bewirken. Teamfähigkeit ist für mich daher eine der wichtigsten Eigenschaften, um etwas voranzubringen.“

Genau das hat sie vor Ort auch geschafft, wie Laudatorin Senftleben darlegte: Unter Beckers Führung wurde



im Landkreis Waldeck-Frankenberg ein Pilot-Projekt im Bereich Kinderturnen gestartet, eine Kooperation zwischen sechs Sportvereinen aufgebaut und das Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung im Angebot des Sportkreises verankert. Dass der TSV Wirminghausen 2012 einen Großen Stern in Bronze gewinnen konnte, ist in großen Teilen ebenfalls Beckers Verdienst: Mit verschiedenen Aktionen, Kursen und neuen Angeboten wurde das Thema Gesundheitssport im Verein verankert.

„In ihrer Sportart und in ihrer Zeit hat Marianne Becker weitergeführt, was wir mit Lu Röder in besonderer Weise verbinden. Sie ist Vorbild und Förderin für und von Frauen im Sport“, so Senftleben. Juliane Kuhlmann, Vizepräsidentin des Landessportbundes Hessen e. V., ergänzte: „Im Sport stehen leider oft genug nur die Cristiano Ronaldos dieser Welt in der öffentlichen Wahrnehmung und nicht die, die tagaus, tagein das Vereinsleben gestalten. Dabei sind es oft die Frauen, die mit Herz und Verstand viel zur Arbeit an der Basis beitragen. Der Lu-Röder-Preis zeigt nicht nur die Wertschätzung für ihr Lebenswerk, sondern er bringt auch die öffentliche Aufmerksamkeit mit sich, die wir uns für Frauen wie Marianne Becker wünschen.“

Preisgeld gespendet

Marianne Becker selbst war ob der positiven Würdigungen mehr als bewegt. Das, was sie getan habe und tue, sei aber nur möglich, weil sie von ihrer Familie und von vielen Gleichgesinnten im Sport eine tolle Unterstützung erfahre. Dass sie die 1.500 Euro Preisgeld an ihren Turngau und ihren Verein stiftete, rundet das Bild der Preisträgerin ab.

O B E N

Landrat Dr. Reinhard Kubat, Brigitte Senftleben (lsb h), Bürgermeister Volker Becker (Diemelsee), Marianne und Reinhold Becker, Sportkreisvorsitzender Uwe Steuber und lsb h-Vizepräsidentin Juliane Kuhlmann (von links) während der Übergabe des Lu-Röder-Preises.

U N T E N

Lu-Röder-Preisträgerin Marianne Becker
Fotos: Ralf Wächter



Hervorragende Nachwuchsarbeit

Für ihre hervorragende Arbeit im Nachwuchsleistungssport sind die Tennisabteilung der Frankfurter Eintracht und der Schwimmverein Wiesbaden mit dem „Grünen Band“ ausgezeichnet worden. Der Preis wird jährlich vom DOSB und der Commerzbank AG ausgeschrieben und belohnt die ausgezeichneten Vereine mit jeweils 5.000 Euro Preisgeld. Die Bewertungskriterien ergeben sich aus dem Nachwuchsleistungssport-Konzept des DOSB und schließen unter anderem die Trainersituation, die Zusammenarbeit mit Institutionen wie Schulen oder Olympiastützpunkten, die Doping-Prävention sowie pädagogische Aspekte der Leistungsförderung mit ein. „Wir freuen uns sehr über diese Auszeichnung. Das Preisgeld ermöglicht uns, unsere Nachwuchsarbeit weiterzuentwickeln und auch in der kommenden Saison jungen Talenten die bestmögliche Ausbildung zu bieten“, sagt Michael Otto, Vize-Präsident von Eintracht Frankfurt. Auch Kerstin Prassol, stellvertretende Vorsitzende des SC Wiesbaden, freut sich: „Die Corona-Zeit hat besonders die Kinder hart getroffen. Die mit dem Grünen Band verbundene Prämie wird uns sicher helfen, nach dieser schweren Zeit alles wieder richtig in Gang zu bringen.“ Mehr Informationen unter www.dasgrueneband.com.

Ehrenvorsitzender des SV Gelnhausen



Landessportbund-Präsident Dr. Rolf Müller ist jetzt Ehrenvorsitzender des Schwimmvereins Gelnhausen. Nach 20 Jahren als Vorsitzender und insgesamt 55 Jahren im Vorstand des Vereins hatte er sein Amt Mitte September in jüngere Hände übergeben. Die verangenen 55 Jahren seien „wie im Flug vergangen“ und er habe seine Ämter stets mit großer Freude ausgefüllt, betonte Müller in seiner letzten Rede als Vorsitzender. Außerdem bekannte er: „Ehrenamt macht Spaß, und das sollen die Menschen auch spüren. Nur wenn man diese Freude auch ausstrahlt, kann man Vorbild für Jüngere sein, sich ebenfalls zu engagieren.“ Dem Landessportbund Hessen steht der 72-Jährige seit nunmehr 23 Jahren vor. Das „Modell Generationswechsel“ hält er auch für die größte Personenvereinigung des Landes für nachahmenswert. Im nächsten Jahr will er deshalb nicht mehr als Präsident kandidieren. *ib*

Förderprogramm fürs Ehrenamt

Mit ihrem ersten Förderprogramm will die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt gemeinnützige Organisationen in der Corona-Pandemie unterstützen. Es soll dabei helfen, einem Mitgliederschwund in Vereinen und Initiativen entgegenzuwirken, Mitglieder zum Engagement zu motivieren und neue Angebote aufzubauen. Einzelprojekte können mit bis zu 100.000 Euro gefördert werden. Anträge müssen bis 1. November gestellt werden, die beantragten Mittel müssen im Jahr 2020 ausgegeben werden. Es gibt drei Förderschwerpunkte, für die jeweils ein Antrag gestellt werden kann. 1. Innovation und Digitalisierung: Eingereichte Projekte sollten darauf zielen, die digitalen Kompetenzen Ehrenamtlicher zu verbessern und die Voraussetzungen für im oder über das Internet umgesetzter Veranstaltungen zu schaffen. 2. Nachwuchsgewinnung: Gefördert werden innovative Wege der Nachwuchsgewinnung sowie die Absicherung von bestehenden Engagementstrukturen in der Corona-Pandemie. Besonders Kinder, Jugendliche und Senior/innen sollen an Ehrenamtsstrukturen herangeführt werden. 3. Struktur- und Innovationsstärkung in strukturschwachen und ländlichen Räumen: Gefördert werden neue Ideen, um Ehrenamtsstrukturen zu schaffen, aufrechtzuerhalten und auszubauen. Mehr unter www.deutsche-stiftung-engagement-und-ehrenamt.de/foerderung. *ib*

Juliane Kuhlmann will kandidieren

Juliane Kuhlmann will 2021 Präsidentin des Landessportbundes Hessen werden. Sie strebt damit die Nachfolge des langjährigen Präsidenten



Dr. Rolf Müller an, der beim Sportbundtag im September 2021 aus Altersgründen nicht mehr antreten wird. Ihre Kandidatur hat die Vorsitzende der Sportjugend Hessen jetzt auf dem Jugendhauptausschuss bekanntgegeben (siehe S. 32/33). Für ihr derzeitiges Amt steht sie 2021 damit nicht mehr zur Verfügung. Was die Zukunft der Sportjugend ohne sie anbelangt, zeigt sie sich jedoch optimistisch: „Wir sind im Vorstand gerade ein sehr gutes und auch junges Team. Ich habe vollstes Vertrauen in die Fähigkeiten der Vorstandsmitglieder und bin der Auffassung, dass sie weiterführen werden, was wir gemeinsam auf einen guten Weg gebracht haben.“ *ib*

Athleten fordern Meinungsfreiheit

Der Verein Athleten Deutschland fordert mehr Freiraum für Meinungsäußerungen bei den Olympischen Spielen. Die Vertretung der Sportler/innen pochen deshalb auf eine Anpassung der Regel 50.2 der Olympischen Charta. Darin sind Demonstrationen sowie politische, religiöse oder rassistische Botschaften an Sportstätten und bei allen offiziellen Zeremonien untersagt. Die weitgehende und pauschale Einschränkung von Meinungsäußerungen im Rahmen von Sportwettbewerben sei nicht länger hinnehmbar. Athletinnen und Athleten sollten sich „jederzeit zu den Werten einer freiheitlich-demokratischen Gesellschaft bekennen können“, fordern die Athleten. Ausgelöst worden war die Diskussion angesichts der weltweiten Proteste gegen Rassismus und Polizeigewalt, denen sich auch viele Sportler/innen angeschlossen hatten. *ib*



Beste Bedingungen für die duale Karriere

Sportfördergruppe Verwaltung startet mit fünf hessischen Top-Athleten / Sichere Zukunft dank gelungener Verbindung aus Sport und Beruf

Die Sportfördergruppe der Hessischen Polizei, 2005 eingeführt, ist unter Spitzensportler/innen inzwischen gut bekannt – und sehr beliebt. Seit September gibt es für Kaderathlet/innen nun eine weitere Möglichkeit, ihre sportliche und berufliche Karriere mithilfe eines Dualen Studiums unter einen Hut zu bringen: die Sportfördergruppe Verwaltung.

Das Modell dahinter ist ähnlich: Für Bundeskaderathlet/innen oder Landeskaderathlet/innen mit Perspektive wird der Bachelor-Studiengang „Public Administration“ (etwa: Öffentliche Verwaltung) an der Hochschule für Polizei und Verwaltung von drei auf viereinhalb Jahre gestreckt. Ihre Praxisphasen absolvieren die Athlet/innen im Innenministerium und dessen Geschäftsbereichen oder perspektivisch auch in kommunalen Verwaltungen.

„Für viele klingt Public Administration erst einmal langweilig und trocken. Das merke ich auch an den Reaktionen von Freunden – die gucken schon mal kritisch. Verwaltung ist aber sehr vielfältig. Allein im Innenministerium gibt es so viele spannende Bereiche, in denen man mit diesem Studium später arbeiten kann“, sagt Lea Schneider. Die Fußballerin von Eintracht Frankfurt ist eines von fünf Mitgliedern der Sportfördergruppe Verwaltung, die im September ihren Dienst angetreten haben.

Solide berufliche Perspektive

Bei deren Begrüßung sprach Innen- und Sportminister Peter Beuth von einer „Herzensangelegenheit“ der Hessischen Landesregierung und des organisierten Sports. „Das Land bietet seinen Top-Athleten mit der Sportfördergruppe Verwaltung eine weitere Möglichkeit, Sport und Beruf flexibel miteinander zu kombinieren. Wir las-

sen unsere Spitzensportler nicht alleine und bieten ihnen so eine solide berufliche Perspektive nach ihrem Karriereende.“ Konkret bedeutet dies: Sobald alle beamten- und laufbahnrechtlichen Voraussetzungen vorliegen, werden die Studierenden zu Inspektoranwärter/innen in das Beamtenverhältnis auf Widerruf ernannt. Damit erhalten sie bereits mit Beginn ihres Studiums attraktive Anwärterbezüge sowie weitere Vorzüge des öffentlichen Dienstes.

Vorreiterrolle in Deutschland

„Es ist großartig, dass das Hessische Innenministerium nach der Einführung einer Polizeisportfördergruppe erneut die Vorreiterrolle in Deutschland übernommen und diese innovative Idee realisiert hat“, freut sich auch Bernd Brückmann. Der Laufbahnberater des Olympiastützpunktes Hessen hat die Entwicklung der Fördergruppe Verwaltung von Anfang an mitbegleitet und weiß, wie sehr sich der Minister dafür stark gemacht hat. Ein Aspekt ist Brückmann besonders wichtig: „Die neue Sportfördergruppe bietet auch jenen Athletinnen und Athleten die Möglichkeit auf eine spätere Beamtenlaufbahn, die nicht zur Polizei können oder wollen.“

Schließlich sollte keiner eine Polizeilaufbahn einschlagen, nur weil die Sportfördergruppe Polizei ihm die besten Rahmenbedingungen für die Vereinbarkeit von Sport und Beruf biete. Erstmals überhaupt können nun auch paralympische Athlet/innen partizipieren, wie Lutz Arndt, Vizepräsi-

O B E N

Gruppenbild zum Start (v. l.) Lea Schneider, Oliver Palme (HMdIS), Sportminister Peter Beuth, Tamara Link, Katja Jung (Ausbildungsleiterin), Johannes Ursprung, Bernd Brückmann (OSP Hessen), Winfried Schmäing (HMdIS), Dr. Beate Eibelhäuser (Hochschule für Polizei und Verwaltung Hessen), Sarjana Klamp, Fabian Otto und Lutz Arndt (Landessportbund Hessen).

Fotos: HMdIS

U N T E N

Motiviert ins Duale Studium: Ruderin Sarjana Klamp.



dent Leistungssport des Landessportbundes Hessen im Interview auf S. 10/11 darlegt. Ihnen ist der Weg zum Polizeibeamten/zur Polizeibeamtin aufgrund ihrer Behinderungen verstellt. Für die Zukunft erhofft Arndt sich deshalb eine stärkere Nachfrage von paralympischen Athlet/innen für die Sportfördergruppe Verwaltung. Unter den bisherigen fünf Mitgliedern finden sich jedoch noch keine. „Es ist deshalb auch an uns, für die Sportfördergruppe zu werben und deren Attraktivität aufzuzeigen“, so Arndt.

Er appelliert an die Sportfachverbände, die neue berufliche Möglichkeit gegenüber Kaderathleten zu kommunizieren und auf die Beratung seitens des Olympiastützpunktes Hessen zu verweisen. Denn noch immer sei es für Spitzensportler/innen nicht einfach, Beruf und Sport zu kombinieren. Laufbahnberater Bernd Brückmann: „Dank der Kooperationen des Olympiastützpunktes Hessen mit zahlreichen Hochschulen kann das Studium nun vielerorts flexibler gestaltet werden. Im Berufs-

alltag tun sich jedoch noch immer viele Arbeitgeber schwer, mit den besonderen Anforderungen, die durch Trainings- und Wettkampfzeiten entstehen, umzugehen.“

Das Duale Studium beim Land Hessen bietet hier bessere Perspektiven. „Es trägt zur Persönlichkeitsentwicklung sowie zur langfristigen Existenzsicherung bei und beugt dem vorzeitigen Ende der leistungssportlichen Karriere vor. Unsere Athletinnen und Athleten aus Polizei und Verwaltung können sich so eine berufliche Perspektive

schaffen und sich gleichzeitig weiter intensiv ihrer sportlichen Karriere widmen“, bringt es Sportminister Peter Beuth auf den Punkt.

Für Lea Schneider war das bei der Entscheidung ein wichtiger Aspekt: „Sport und berufliche Karriere gehen hier parallel, ohne sich dauernd Gedanken über die Zukunft machen zu müssen.“ Geschenkt, das weiß sie, wird den Athlet/innen trotzdem nichts. „Natürlich ist eine Befreiung für Wettkämpfe oder Training hier leichter. Der Sport ist vorrangig. Wenn du etwas verpasst, musst du das aber nacharbeiten, vielleicht auch in einem späteren Semester nachholen. Uns wird also nichts hinterhergeworfen, wir müssen trotzdem diszipliniert arbeiten.“ Angst hat sie davor nicht. Sportler sind es schließlich gewohnt, sich Ziele zu stecken und dafür zu kämpfen, diese auch zu erreichen.

Isabell Boger



Interessierte Sportler oder Verbandsfunktionäre wenden sich an Bernd Brückmann, Tel.: 069 6789-852, E-Mail: BBrueckmann@lsbh.de

LINKS

Will auch im Dualen Studium Gas geben: Fußballerin Lea Schneider.



Die Mitglieder der Sportfördergruppe Verwaltung 2020: Sarjana Klamp (Rudern, Limburger Club für Wassersport), Tamara Link (Rugby, Rugby Klub Heusenstamm), Fabian Otto (Sportschütze, SV Lengers), Lea Schneider (Fußball, Eintracht Frankfurt), Johannes Ursprung (Rudern, FRG Germania Frankfurt)

Sport und Luxus aus Schweden

Aktuelles Angebot unseres Partners Athletic Sport Sponsoring

Elegantes skandinavisches Design, kompromisslose Leistung und modernste Technologien. Das sind die Attribute, mit denen Volvo sein Luxus-Modell S60 bewirbt. Die dynamische Premium-Limousine bietet die perfekte Balance aus Komfort und Dynamik.

„ASS Ich bin dein Auto“ bietet jetzt die sportliche Limousine des schwedischen Autobauers für monatlich 399 Euro an. Der Wagen mit 2.0 Liter Benziner Mild-Hybrid-Motor, 197 PS (145 kW), R-Design, 8-Gang Geartronic und 19 Zoll Leichtmetallfelgen kommt mit Parkassistenten-Paket, Winterpaket und Ganzjahresreifen daher.



DYNAMISCH. SKANDINAVISCH.
VOLVO S60

Mit dem Mild-Hybrid-System erreichen die Schweden eine Reduktion des Kraftstoffverbrauchs und der Emissionen um bis zu 15 Prozent. Das Mild-Hybrid-System umfasst einen integrierten riemengetriebenen Starter-Generator (ISG), eine 48-V-Lithium-Ionen-Batterie und ein System zur Bremsenergie-Rückgewinnung.

ASS bietet den Volvo S60 im 12-Monats-Neuwagen-Abo für 399 Euro monatlich an. In dem Preis sind die Kfz-Steuer und Kfz-Versicherung ebenso enthalten wie Überführungs- und Zulassungskosten und eine Laufleistung von 20.000 Kilometer. *maw*



Infos und Beratung unter www.ass-team.net, info@ass-team.net, Telefon: 0234 9512840

Mit Vorurteilen brechen

In der Serie „Hessische Erfolgsgeschichten“ porträtiert die Sportstiftung Hessen erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler – dieses Mal die Boxerin Ramona Graeff



O B E N

Boxerin Ramona Graeff, 22 und Mathematik-Studentin, hat ihre Ziele fest im Blick.

Foto: Manar Alseyd

Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm – an diesem Sprichwort ist wirklich was dran. Auch auf Ramona Graeff, die als erste deutsche Boxerin an Olympischen Spielen teilnehmen möchte, trifft es zu: Die Mathematikstudentin und Sportsoldatin (22) stammt aus einer echten Kampfsportfamilie, denn beide Elternteile haben früher hobbymäßig Kung Fu betrieben, auch ihre Brüder waren schon als Kinder aktiv. Sie selbst hat im zarten Alter von drei Jahren angefangen und ist später aufs Kickboxen umgestiegen.

Zum Boxen ist die amtierende Deutsche Meisterin in der Klasse bis 57 kg nur deshalb gekommen, weil sie ihre Schlagtechnik verbessern wollte: „Dann bin ich da hängengeblieben.“ Schnell wurde ihr auch bewusst, dass Boxen seit 2012 in London für Frauen olympisch ist und nicht nur deshalb seriöser: „Beim Kickboxen gibt es zig Verbände, ein Deutscher Meistertitel ist nicht unbedingt so viel wert.“

Schwierige Vermarktung

Ramona Graeff, die in Düsseldorf lebt und für die TG 75 Darmstadt startet, möchte im Dezember bei der EM in Italien in den Ring steigen und den Titel holen. Das erste Qualifikationsturnier hat die Dritte der Studenten-WM 2018 mit drei Siegen optimal abgeschlossen, Ende Oktober folgt in Rostock ein weiterer Prüfstein. Dazwischen steht ein internationales Turnier in Schwerin auf dem Programm. Trotz der Pandemie ist im Boxsport also ganz schön viel los. Graeff bezweifelt trotzdem, dass die Spiele in Tokio 2021 stattfinden werden: „Momentan kann ich mir nicht vorstellen, wie das umgesetzt werden soll.“

Auf dem Weg zu welchem sportlichen Höhepunkt auch immer fühlt sie sich von der Sportstiftung Hessen sehr

gut unterstützt. „Das war mein erster finanzieller Förderer. Auch bei Verletzungen konnte ich mich immer auf sie verlassen.“ Im Frauenboxen sei das umso wichtiger, weil es sich um eine immer noch mit Vorurteilen behaftete Randsportart handele. Sponsoren aus der freien Wirtschaft seien dementsprechend schwer zu bekommen. Sie selbst habe sich in puncto Vermarktung aber auch noch nicht größer schlaue gemacht. Wann sie dafür die Zeit finden wird, das steht in den Sternen.

Kaum Zeit für die Bachelorarbeit

Momentan schafft sie es jedenfalls kaum, sich neben dem Hochleistungssport noch um ihre Bachelorarbeit zu kümmern, die einen Aspekt der Spieltheorie behandelt: „Immer wenn ich da bisher dran war, bin ich wieder rausgerissen worden“, so Graeff, die – nachdem sie zwei Schulkassen überspringen durfte – als 16-Jährige schon Studentin war.

Doch noch einmal zurück zum Frauenboxen an sich. Hierzulande führe es ein echtes Schattendasein. „Deutschland ist wirklich ganz weit unten. Die internationalen Konkurrentinnen freuen sich immer, gegen eine Deutsche zu boxen“, erzählt Graeff, die das gerne ändern möchte und die dank ihrem Talent, ihrer Zielstrebigkeit sowie ihrem ausgeprägten Selbstbewusstsein auch das Zeug dazu hat. Die Hundebesitzerin (Boxerhündin Luna ist zwei) würde sich auch wünschen, dass es mit den typischen Vorurteilen bald einmal aufhört: „Hast du denn keine Angst um dein Gesicht?“ oder „Du bist viel zu hübsch für eine Boxerin“ – Sprüche wie diese bekommt sie immer mal wieder zu hören. Graeff pflegt dann zu entgegnen: „Ein guter Boxer ist ein schöner Boxer.“ Das könnte ein Zitat von Muhammad Ali sein.

Margit-Rosa Rehn



Weitere Infos zur Stiftung unter www.sportstiftung-hessen.de und auf www.facebook.de/sportstiftunghessen

„Mit Herzblut für den Sport“

Ministerpräsident Volker Bouffier würdigt das Engagement von Prof. Dr. Heinz Zielinski, Peter Dinkel, Doris Lochmüller und Karl-Heinrich Auffahrt mit dem Hessischen Verdienstorden

Für ihr jahrzehntelanges ehrenamtliches Engagement im Sport hat Ministerpräsident Volker Bouffier Mitte September Prof. Dr. Heinz Zielinski (Linden), Peter Dinkel (Hainburg), Doris Lochmüller (Staufenberg) sowie Karl-Heinrich Auffahrt (Marburg) mit dem Hessischen Verdienstorden ausgezeichnet. Der Orden wird zur Würdigung hervorragender Verdienste um das Land Hessen und seine Bevölkerung vergeben.

Bei der Feierstunde im Biebricher Schloss lobte Bouffier: „Sie setzen sich mit viel Herzblut ein, um Sportangebote in Ihrer Region anzubieten und Talente zu fördern. Damit leisten Sie einen herausragenden Beitrag für das Gemeinwohl. Wir sind stolz darauf, solche Menschen in unserem Bundesland zu haben.“ Anschließend ließ er die vielfältigen Verdienste der Geehrten Revue passieren.

Prof. Dr. Heinz Zielinski

Sich dabei kurz zu halten, war insbesondere beim Vizepräsidenten Schule, Bildung und Personalentwicklung des Landessportbundes Hessen nicht einfach: Prof. Dr. Heinz Zielinski prägte den Sport seit drei Jahrzehnten, insbesondere im Sportkreis Gießen, dessen Vorsitzender er ist. Bouffier: „Prof. Dr. Heinz Zielinski setzt sich für ein funktionierendes Vereinsleben und die sportliche Entwicklung ein. Dabei bringt er seine Expertise nicht nur lokal und regional, sondern auch hessenweit ein.“ Seit 2001 ist der 73-Jährige Mitglied im Vorstand der Bildungsakademie des lsb h, seit 2003 dessen Vorsitzender. Zudem gehört der Lindenener seit 2002 dem Vorstand der Stiftung Sporthilfe Hessen als Geschäftsführer an. Im Bereich Fußball bringt er sich seit 2007 außerdem als Mitglied im Kuratorium der Sozialstiftung des Hessischen Fußball-Verbandes und im Vorstand des Fördervereins „Museum Eintracht Frankfurt“ ein.

Peter Dinkel

Die Liste an ehrenamtlichen Tätigkeiten, die Peter Dinkel im Laufe der Jahre ausgeübt hat, ist ebenfalls beachtlich: Alles fing mit der Reitsportvereinigung Klein-Krotzenburg an, die er 1973 mitgegründet hat. Weiter ging es mit der Fastnacht der Gemeinschaft der örtlichen Vereine und Verbände (ÖVV) Klein-Krotzenburg, deren Ehrenvorsitzender der 80-Jährige seit 2007 ist, der Radsportvereinigung 1905 und der SG Germania 1915 Klein-Krotzenburg, die er 20 Jahre lang als Vorsitzender führte. In dieser Zeit stieg der Klub in die Landesliga auf und baute eine Fußballhalle für rund 400 Personen. „Über so viele Jahre so aktiv zu sein, verdient unser aller Respekt“, so Bouffier. Seine koordinierende Aufgabe als Vorsitzender des Sportkreises Offenbach (seit 2006) lobte der Regierungschef besonders: „Peter Dinkel berät



mehr als 350 Vereine mit rund 116.000 Mitgliedern. Von seinem Erfahrungsschatz profitieren alle.“

Doris Lochmüller

„Doris Lochmüller ist im Gießener Sportleben eine Institution. Sportvereine funktionieren nur, wenn es Ehrenamtliche gibt, die ihre Zeit einbringen, um Bewegungsangebote durchzuführen. Durch ihren aufopfernden Einsatz ist Doris Lochmüller eine tragende Säule für verschiedene Vereine“, würdigte der Ministerpräsident Lochmüllers über fünf Jahrzehnte andauerndes Engagement als Übungsleiterin, vor allem beim TV 05 Treis. Seit 1974 gehört sie außerdem dem Vorstand des Sportkreises Gießen an. Im Bereich Frauensport sei sie eine „Pionierin in Hessen“, die insbesondere für Frauen im Seniorensportbereich Initiativen in Gang gesetzt habe, die mittlerweile in ganz Hessen Nachahmer gefunden haben. Spezifische Angebote und Fortbildungen habe die 72-Jährige kontinuierlich und zielführend entwickelt.

Karl-Heinrich Auffahrt

Der gebürtige Westfale Karl-Heinrich Auffahrt war Ehrenamtsbeauftragter des Deutschen Fußball-Bundes, des Hessischen Fußball-Verbandes und des Kreisfußball-Ausschusses Marburg-Biedenkopf. „Sport bedeutete für ihn nicht nur, aktiv in einem Verein sportliche Leistungen zu zeigen, sondern über das normale Maß hinaus engagiert für seine Werte und Ansichten einzutreten. Für diesen Einsatz verdient er höchsten Respekt“, befand Bouffier. Auffahrts Engagement sei es zu verdanken, dass Marburg einen regelrechten Aufschwung im Sportbereich erfahren habe und zum Austragungsort zahlreicher überregionaler Veranstaltungen wurde. „Sein Idealismus und der damit verbundene Elan für den Sport hat den Namen der Universitätsstadt Marburg weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt gemacht.“

I. Boger/Hessische Staatskanzlei

O B E N

Hessens Ministerpräsident Volker Bouffier (2. v. l.) verlieh den Hessischen Verdienstorden an (v. l.) Peter Dinkel, Doris Lochmüller, Karl-Heinrich Auffahrt und Prof. Dr. Heinz Zielinski. Foto: Hessische Staatskanzlei/Ralf Riehl

Amtliches

Neuaufnahmen

Nachstehende Vereine wurden laut Beschluss des Präsidiums in den lsb h aufgenommen. Gegen den Beschluss ist kein Rechtsmittel gegeben.

Sportkreis 22 Hersfeld-Rotenburg e. V. Mitgliedsnummer 22 381

Verein für Gesundheitssport im Fuldata e. V., 2018; 1. Vors. Fred-Peter Helfers, Am Roten Graben 6f, 36251 Fuldata-Bad Hersfeld

Sportkreis 37 Groß-Gerau e. V. Mitgliedsnummer 37 395

Verein für Sportförderung Ginsheim-Gustavsburg e. V., 2019; 1. Vors. Udo Pieh, In der Nachtweid 22, 65462 Ginsheim

Antrag auf Aufnahme

Der nachstehende Antrag auf die Aufnahme in den lsb h ist bei der Geschäftsstelle eingegangen. Einsprüche gegen diese Neuaufnahme sind innerhalb von 14 Tagen – mit

Begründung – bei der Geschäftsstelle einzulegen.

Sportkreis 10/16 Marburg-Biedenkopf e. V.
Polizei-Motorsport-Club Marburg 1990 e. V.;
1. Vors. Eberhard Dersch, Raiffeisenstr. 1,
35043 Marburg

Abteilungs-Anmeldungen

Sportkreis 12 Gießen e. V.
Mitgliedsnummer 12 486
Boxen Lollar e. V.: Behinderten- u.
Rehabilitationssport

Sportkreis 24 Frankfurt e. V.
Mitgliedsnummer 24 193
VfL Goldstein 1953 e. V.: Taekwondo

Sportkreis 25 Wetterau e. V.
Mitgliedsnummer 25 111
TG Melbach 1891: Basketball

Sportkreis 37 Groß-Gerau e. V.
Mitgliedsnummer 37 047
TSV 1899 Goddelau e. V.: Taekwondo

Sportkreis 39/40 Rheingau-Taunus e. V.
Mitgliedsnummer 40 023

TSG Eschenhahn 1906 e. V.: Behinderten- und Rehabilitationssport

Abteilungs-Abmeldung

Sportkreis 33/34 Darmstadt e. V.
Mitgliedsnummer 33 124
RSV Germania 03 Pfungstadt: Badminton

Austritt/Auflösung/Streichung

Sportkreis 22 Hersfeld-Rotenburg e. V.
Mitgliedsnummer 22 223
KSV 1981 Wölfershausen



VEREINSSERVICE

Abend-Hotline: Sie erreichen uns donnerstags bis 20 Uhr.

Am **15.10.2020**

Schwerpunkt: Sportförderung, Baumaßnahmen und langlebige Sportgeräte

Telefon: 069 6789-290

Am **22.10.2020** Schwerpunkt: Übungsleiterförderung und Neuaufnahme

Telefon: 069 6789-254

GIB GUMMI

WIR BRINGEN DICH SCHNELLER INS ZIEL



SANDMASTER

Sandmaster GmbH

☎ 07024/80590-0

info@sandmaster.de
www.sandmaster.de