Ausgabe BSB Freiburg – 07|2023

LSV bw Landessportverband Baden-Württemberg e.V.

BSB Badischer Sportbund Freiburg

Badischer Sportbund

WLSB Württembergischer Landessportbund e.V.

SPORT in BW

Das Magazin des Sports in Baden-Württemberg

Foto: LSV NRW / Andrea Bowinkelmann

Mitgliederrekord

Mehr als vier Millionen Mitgliedschaften haben die 11.299 baden-württembergsichen Sportvereine gemeldet.
Die Zahl der Kinder ist besonders gestiegen.

Sportstättenbau

Insgesamt 9,94 Millionen Euro kann der Badische Sportbund Freiburg in einer ersten Bewilligungsrunde an 442 Vereine aus 24 Fachverbänden ausschütten.

SPOSA im Fokus

Interview der bsj zur Kooperation „Sport und Soziale Arbeit“ mit der Katholischen und der Evangelischen Hochschule in Freiburg

Unsere Partner

ARAG

ORIGINAL BENZ® SPORT

LOTTO Baden-Württemberg

AOK

Spiel 77

Gib dem Glück eine Chance
LOTTO 6aus49

5. UND 8. JULI
BUNDESWEITE SOMMER SONDER AUSLOSUNG

SPIEL 77

3 × 777.777 €
100 × 7.777 €
ZUSÄTZLICH ZU GEWINNEN.

Die geschätzte Chance auf einen Sonderauslosungsgewinn von 777.777 € beträgt rund 1:2,2 Mio.

MEHR AUF
LOTTO-BW.DE

LOTTO
Baden-Württemberg

18 Ab 18! Glücksspiel kann süchtig machen. Infos und Hilfe unter: lotto-bw.de, check-dein-spiel.de oder buwei.de. Offizieller Anbieter (Whitelist).

In diesem Heft

SPORT IN BW

Mitgliederbestandserhebung 2022 4
Landestrainer-Hauptseminar: Training und der weibliche Zyklus 6
Interview mit EU-Staatssekretär Florian Hassler 7
Tagungen: BWSJ: „Faires Kämpfen“ / IdS: Stützpunktvereine 8
Fachgespräch „Gewaltprävention im Kinder- und Jugendsport“ 9
WTB und Tennisvereine starten N!-Charta-Sport-Konvoi 10
SON: Radeln für den guten Zweck / Dank Lotto 11

BADISCHER SPORTBUND FREIBURG

Erneut ansteigende Mitgliederzahlen 12
Mitgliederstatistik 2023 für Sportfachverbände 14
Neue Funktionalitäten im digitalen Veranstaltungsportal 17
9,94 Millionen Euro für den Vereinssportstättenbau 18
Aus- und Fortbildungen des BSB 21
Neues von der Sportschule Baden-Baden Steinbach 22
Das Sportabzeichen – eine jährliche Herausforderung 24
Führungskräfte-Seminare und Vereinsmanager-Ausbildung 26
Fragen und Antworten zum Lizenzwesen 28
ARAG Sportversicherung informiert 30
„Zukunftswerkstatt“ des Skiverband Schwarzwald 32
Wichtige Termine des BSB für das 2. Halbjahr 2023 33
Trikottag Baden-Württemberg 34
Badische Sportjugend Freiburg informiert 35
Sport und Soziale Arbeit (SPOSA) im Fokus 36
Kolumne Kirche + Sport / Impressum 38

Reinschauen ins Bildungsprogramm 2023 der Sportschule Steinbach

Interesse an einer Aus- oder Fortbildung? Dann reinschauen ins Bildungsprogramm der Badischen Sportschule Baden-Baden Steinbach. Dieses kann sofort geordert werden.

Gleichzeitig ist die komplette Broschüre auf www.sportschule-steinbach.de einsehbar.

Andreas Felchle
Präsident des Württembergischen Landessportbundes

Mit vielen kleinen Schritten nachhaltig vorankommen

Verdorrte und braune Rasenplätze, staubtrockene Tennisanlagen und eine Inflation von schattenspendenden Sonnenschirmen am Rande der Sportstätten waren im Sommer 2022 nicht zu übersehen. Zwischen Mitte Mai und Mitte Juni regnete es wieder kaum. Ich vermute, das wird in den nächsten Jahren fast jeden Sommer so sein. Der Klimawandel hat schon jetzt spürbare Auswirkungen, von denen auch der Sport nicht verschont bleibt.

Weniger Treibhausgase, mehr Klimaschutz, weniger Ressourcenverbrauch, mehr Wiederverwerten und Regenerativ-Erzeugen – das müssen die Leitplanken für das künftige Handeln sein, wenn wir unser Land, unsere EINE Welt in einem lebenswerten Zustand halten wollen. Gelingt uns das nicht, werden nicht nur ökologische, sondern auch soziale und ökonomische Verwerfungen die Folge sein. Die vielen Fluchtbewegungen auf der Welt kommen nicht von ungefähr und dass sie in unserer Gesellschaft deutliche Spuren hinterlassen, wissen wir spätestens seit 2015.

Nun will ich aber keine Untergangsszenarien heraufbeschwören. Weil Angst und Miesepetrigkeit keine guten Ratgeber sind und lähmen. Stattdessen brauchen wir Zuversicht, die uns motiviert, den vor uns liegenden Weg zu beschreiten. Dieser Weg muss uns zu nachhaltigem Handeln führen – und das in vielen Bereichen. Wir müssen sparsamer mit Wasser umgehen, die Energieerzeugung auf regenerativ und dezentral umstellen, von Wegwerfprodukten wegkommen und es schaffen, mit Strom, Wasserstoff oder Muskelkraft mobil zu sein.

Dass inzwischen schon einige Vereine und Verbände die N!-Charta Sport, die vom Umweltministerium des Landes Baden-Württemberg und dem LSVBW konzipiert wurde, unterzeichnet haben, die eine freiwillige Selbstverpflichtung zu mehr Nachhaltigkeit ist, ist ein Zeichen dafür, dass wir schon auf dem Weg sind. Dazu passt dann auch, dass der Württembergische Landessportbund sich mit dem Aufbau einer Nachhaltigkeitsberatung beschäftigt. Gerade bei jenen Themen, die nur bedingt mit der Kernaufgabe „Sport“ zu tun haben, muss man den Vereinen praktisch zur Seite stehen.

Wir neigen dazu, erst alles bis Ende zu durchdenken und dann loszulegen. Gerade wir im Sport wissen aber: Es ist besser, mit kleinen Schritten loszulaufen und nach und nach „mehr Nachhaltigkeit“ zu lernen. Auch Salto, Aufschlag oder Schwimmen schafft kaum jemand auf Anhieb – sondern braucht Übung und Beharrlichkeit.

Sportvereine melden Rekord

11.299 Sportvereine haben 4.031.464 Mitgliedschaften gemeldet

Der organisierte Sport in Baden-Württemberg hat erstmals die Vier-Millionen-Mitglieder-Marke übersprungen. Am 31. Dezember 2022 hatten die 11.299 Sportvereine 4.031.464 Mitgliedschaften, ein Plus von 122.596 Mitgliedschaften oder 3,24 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Die Mitgliederzahl von 2019, dem letzten Jahr vor der Corona-Pandemie, wurde um 45.205 Mitgliedschaften übertroffen.

Mit Spannung haben der Badische Sportbund Freiburg, der Badische Sportbund Nord, der Württembergische Landessportbund sowie der Landessportverband Baden-Württemberg auf die Auswertung der

Gesamtmitgliederzahl (A-Meldung Einfachzählung – Mehrfachmitgliedschaften sind nicht berücksichtigt)

Landessportverband Baden-Württemberg e.V.	Badischer Sportbund Freiburg e.V.	Badischer Sportbund Nord e.V.	Württembergischer Landessportbund e.V.
4.031.464	976.581	797.457	2.257.426

Mitglieder in den Sportarten (B-Meldung Mehrfachzählungen – Mehrfachmitgliedschaften sind berücksichtigt)

	Sportfachverbände	Vereine	0 - 2		3 - 6		7 - 10		11 - 14		15 - 18		19 - 26		27 - 35	
			m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w
1	Aikido (AVBW)	48	0	0	1	0	45	24	94	64	68	49	79	47	84	50
2	Aikido (FABW)	73	1	0	18	11	186	150	221	166	137	108	69	66	100	59
3	American Football	72	8	6	16	90	138	434	581	634	1.014	465	2.228	652	1.759	277
4	Badminton	519	9	6	51	55	489	337	1.298	974	1.469	1.132	1.964	1.294	2.260	1.364
5	Bahnengolf	36	2	5	6	5	7	8	17	4	28	8	48	20	103	34
6	Baseball	44	9	6	113	42	297	67	336	91	261	107	449	153	529	138
7	Basketball	287	25	12	576	231	3.273	1.176	6.007	1.886	4.280	1.224	3.598	1.106	2.643	671
8	Behinderten-/Rehasport	773	24	20	129	74	185	128	208	129	191	134	560	528	937	1.092
9	Bergsport/Klettern	98	667	581	2.301	2.120	4.503	4.163	6.169	5.842	6.777	5.940	14.281	11.972	22.227	16.848
10	Billard	80	0	0	3	1	7	1	23	11	54	15	208	33	373	43
11	Bob- und Schlitten	3	0	0	0	0	7	2	10	8	8	3	23	13	48	13
12	Bogensportverband	31	1	2	2	2	25	13	53	24	62	32	55	25	57	27
13	Boule/Boccia/Pétanque	210	5	5	13	16	34	19	60	29	51	33	145	76	286	128
14	Bowling (BSB Nord)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
15	Boxen	133	18	10	114	35	658	218	1.413	413	2.221	654	2.914	818	1.594	485
16	Dart	110	0	0	1	1	11	2	31	7	76	8	299	45	500	64
17	Eissport	80	11	7	283	288	697	643	771	533	625	413	815	477	750	311
18	Fechten	91	3	0	22	16	276	178	491	361	367	251	365	204	228	114
19	Floorball	10	1	0	37	6	47	8	70	12	35	7	76	13	66	13
20	Fußball	2.965	3.127	1.634	28.674	6.128	75.898	11.034	79.660	13.526	64.834	12.322	108.649	20.805	112.260	17.898
21	Gewichtheben	76	1	1	71	29	144	80	236	108	634	326	1.562	814	1.619	825
22	Golf	42	13	5	103	62	397	258	630	406	751	368	1.175	453	961	341
23	Handball	625	234	206	4.249	2.897	9.886	7.215	10.745	7.883	8.874	6.587	13.139	8.801	11.005	6.343
24	Hockey	55	6	10	346	197	1.129	991	1.058	1.058	756	723	768	631	584	299
25	Judo	288	10	4	764	338	3.253	1.336	2.441	1.171	1.363	664	1.489	670	1.368	478
26	Ju-Jutsu	118	4	2	91	37	607	321	588	449	452	270	507	260	502	198
27	Kanu	118	38	31	133	82	265	187	499	306	533	321	861	545	918	599
28	Karate	341	9	7	645	357	2.816	1.718	2.127	1.432	1.068	805	1.019	656	751	475
29	Kegeln/Bowling	243	2	6	15	9	71	52	188	82	221	82	512	218	844	337
30	Leichtathletik	1.325	294	275	2.884	3.027	9.214	10.421	8.731	10.405	6.182	7.353	7.150	7.525	5.095	4.792
31	Luftsport	143	16	10	30	32	44	23	136	40	474	87	1.453	256	2.032	287
32	Mod. Fünfkampf	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1
33	Motorbootsport	46	5	2	12	17	36	21	55	35	51	51	155	107	226	77
34	Motorsport	64	11	9	50	18	209	46	333	66	405	94	801	170	759	184
35	Radsport	577	50	40	338	192	1.442	726	2.191	958	1.961	870	2.591	1.130	3.721	1.255
36	Rasenkraftsport	42	1	0	6	5	19	21	40	29	70	30	357	138	458	184
37	Reiten	833	57	82	355	1.552	670	6.266	852	8.762	760	8.046	1.375	11.371	1.751	10.778
38	Ringen	130	63	33	744	323	1.518	420	1.319	327	1.088	231	1.835	332	1.907	508
39	Rollsport/Inline	89	6	8	107	187	272	604	298	463	206	266	318	308	477	259
40	Rudern	45	5	8	23	20	54	35	399	200	453	251	598	334	635	372
41	Rugby	23	5	3	122	46	253	59	230	36	179	63	324	205	453	127
42	Schach	398	4	1	92	28	879	230	1.446	295	1.288	177	1.637	206	1.449	156
43	Schwimmen	328	370	346	2.802	2.871	7.095	7.315	5.597	5.898	3.238	3.327	2.790	2.985	1.935	2.030
44	Segeln	134	22	21	66	61	320	237	641	447	658	452	1.283	778	1.628	828
45	Ski/Snowboard	762	325	300	1.673	1.620	3.455	3.175	4.827	4.354	5.333	4.732	9.673	8.233	8.709	6.766
46	Solidarität	23	1	1	10	37	56	126	88	156	79	110	135	151	124	123
47	Sportakrobatik	34	11	15	119	197	171	474	185	472	117	265	129	248	92	158
48	Sportärzteschaft	2	0	0	0	0	0	0	0	0	5	2	24	25	5	8
49	Sportlehrer	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	7
50	Sportschützen	1.280	102	81	187	159	766	420	2.504	1.291	3.734	1.754	7.873	2.931	11.177	3.331
51	Squash u. Racket	37	5	0	106	71	136	74	194	110	173	100	456	223	432	219
52	Taekwondo	172	2	3	446	240	1.664	1.128	1.401	1.122	859	673	638	481	330	235
53	Tanzen	451	22	66	213	2.137	305	3.296	265	2.424	246	1.611	760	2.239	1.031	2.063
54	Tauchsport	126	15	19	45	35	133	118	231	212	312	209	616	417	910	462
55	Tennis	1.741	160	126	2.513	2.020	10.644	8.260	14.037	10.586	11.550	9.233	13.837	10.409	14.487	10.335
56	Tischtennis	1.334	67	47	254	201	2.183	971	6.676	1.985	6.537	1.776	8.186	2.311	7.788	1.986
57	Triathlon	163	6	6	45	35	155	161	207	198	240	179	470	355	787	442
58	Turnen	2.910	16.122	16.592	60.940	71.795	48.210	75.710	30.752	53.976	21.357	37.270	25.954	44.431	24.117	53.212
59	Volleyball	1.060	58	64	333	292	765	1.177	2.651	4.755	3.064	5.118	4.477	5.907	5.291	5.142
	Insgesamt	21.844	22.033	20.724	113.292	100.347	196.019	152.277	202.311	147.211	167.830	117.381	253.753	155.601	263.170	155.851
	Insgesamt Vorjahr	21.729	16.375	14.946	99.250	86.989	180.992	139.409	197.466	145.173	167.088	117.354	249.152	154.925	252.526	148.391
	Differenz	115	5.658	5.778	14.042	13.358	15.027	12.868	4.845	2.038	742	27	4.601	676	10.644	7.460

Zahlen der Mitgliederbestandserhebung 2022 geblickt. Wie haben die Sportvereine in Baden-Württemberg die Corona-Pandemie in Bezug auf ihre Mitgliedschaften bewältigt? Dies lässt sich mit zwei Worten sagen: Sehr gut. Denn mit 4.031.721 Mitgliedschaften wurde erstmals die Hürde von vier Millionen übersprungen. Damit sind fast 36 Prozent der Einwohner Baden-Württembergs Mitglied in einem Sportverein.

„Wir können stolz sein auf die Arbeit der vielen ehrenamtlichen und hauptberuflichen Mitarbeiter in unseren Sportvereinen“, sagt LSVBW-Präsident Jürgen Scholz, „mit ihrem Engagement haben sie gezeigt, wie man gestärkt aus einer Krise herauskommen kann.“ Er verband seinen Dank an die Landesregierung und die Städte und Gemeinde sowie die Landkreise für deren Unterstützung in den vergangenen drei Jahren mit dem Hinweis: „Damit die Sportvereine ihre wichtige Arbeit für die Gesellschaft weiter in dieser Art und Weise verrichten können, müssen sie weiter in vielfältiger Weise unterstützt werden und dürfen nicht zusätzlich belastet werden.“

Prozentual den größten Zuwachs kann der Badische Sportbund Freiburg mit einem Plus von 4,04 Prozent gegenüber dem Vorjahr verzeichnen. In Nordbaden bestehen 3,18 Prozent mehr als vor einem Jahr. Württemberg hat einen Zuwachs von 2,75 %.

Nicht überraschend ist der überdurchschnittlich große Zuwachs bei den Kindern bis sechs Jahre mit 17,40 Prozent. Ebenfalls ein deutliches Plus mit 5,38 Prozent gibt es in der Altersklasse sieben bis 14 Jahre.

Die Sportart mit den meisten Mitgliedschaften ist nach wie vor Turnen (1.145.095). Dies sind 38.472 oder 3,48 Prozent mehr als im Vorjahr. Der Vorsprung gegenüber Fußball, der erstmals mehr als eine Million Mitgliedschaften (1.028.886/4,21) vermelden kann, ist kleiner geworden. ■

Klaus-Eckhard Jost

36 - 45		46 - 65		66 - 79		80 - 89		über 90		Gesamtmitglieder			2022	Ver-änderung	%
m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	m	w	gesamt			
126	54	441	131	87	27	22	1	3	0	1.050	447	1.497	1.548	-51	-3,29
187	89	590	257	87	35	5	6	0	0	1.601	947	2.548	2.516	32	1,27
556	118	335	90	14	6	3	0	0	0	6.652	2.772	9.424	8.584	840	9,79
2.584	1.283	5.725	2.708	1.229	457	156	39	4	3	17.238	9.652	26.890	26.092	798	3,06
105	52	418	196	224	86	38	20	4	3	1.000	441	1.441	1.485	-44	-2,96
509	187	523	217	65	22	12	10	0	0	3.103	1.040	4.143	3.729	414	11,10
2.634	553	2.633	1.015	653	192	172	65	12	0	26.506	8.131	34.637	31.784	2.853	8,98
1.381	2.138	8.136	12.643	9.266	11.511	4.297	4.389	295	309	25.609	33.095	58.704	57.446	1.258	2,19
23.319	17.926	54.961	39.231	15.793	8.542	5.951	2.748	603	277	157.552	116.190	273.742	265.144	8.598	3,24
539	102	1.329	111	169	11	22	2	0	0	2.727	330	3.057	2.898	159	5,49
32	14	97	46	4	0	0	0	0	0	229	99	328	333	-5	-1,50
94	52	348	143	83	23	7	1	0	0	787	344	1.131	1.152	-21	-1,82
301	123	2.032	934	1.787	777	427	167	26	10	5.167	2.317	7.484	7.256	228	3,14
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	390	-390	-100,00
1.303	317	1.318	289	247	71	88	20	15	6	11.903	3.336	15.239	14.335	904	6,31
544	69	903	132	65	11	9	0	0	0	2.439	339	2.778	1.651	1.127	68,26
977	531	1.851	604	584	185	184	50	20	2	7.568	4.044	11.612	11.445	167	1,46
220	108	506	191	148	64	93	31	9	3	2.728	1.521	4.249	4.143	106	2,56
56	14	38	11	2	0	0	0	0	0	428	84	512	468	44	9,40
94.717	17.238	192.916	35.876	81.095	11.822	31.334	3.550	3.444	445	876.608	152.278	1.028.886	987.278	41.608	4,21
1.284	804	2.861	2.378	1.340	997	430	238	23	12	10.205	6.612	16.817	15.546	1.271	8,18
1.071	538	5.836	4.021	4.221	3.017	1.233	660	56	14	16.447	10.143	26.590	26.020	570	2,19
8.393	4.553	19.020	8.015	7.885	2.038	3.345	530	397	45	97.172	55.113	152.285	151.140	1.145	0,76
514	292	986	445	202	75	97	33	4	3	6.450	4.757	11.207	11.090	117	1,06
1.129	448	2.247	871	625	207	123	26	9	2	14.821	6.215	21.036	19.902	1.134	5,70
568	199	955	359	99	42	21	12	2	1	4.396	2.150	6.546	6.018	528	8,77
1.096	789	3.606	2.408	1.165	619	508	242	47	31	9.669	6.160	15.829	15.866	-37	-0,23
997	636	2.927	1.177	531	129	44	17	1	1	12.935	7.410	20.345	19.215	1.130	5,88
860	402	2.720	1.157	1.650	613	568	225	55	31	7.706	3.214	10.920	11.261	-341	-3,03
5.654	5.821	17.837	15.928	8.878	6.731	4.050	2.289	377	169	76.346	74.736	151.082	148.784	2.298	1,54
2.136	294	6.316	703	2.762	248	833	61	133	10	16.365	2.051	18.416	6.730	11.686	173,64
1	0	8	3	7	0	1	0	0	0	20	4	24	25	-1	-4,00
295	135	1.468	582	568	197	207	55	15	7	3.093	1.286	4.379	4.335	44	1,01
758	223	2.576	599	892	152	263	62	29	4	7.086	1.627	8.713	8.558	155	1,81
4.514	1.619	10.792	4.189	3.802	1.303	1.297	424	101	24	32.800	12.730	45.530	45.127	403	0,89
357	173	906	386	340	138	132	32	22	0	2.708	1.136	3.844	3.839	5	0,13
2.257	9.338	8.218	15.533	4.269	2.422	1.504	608	197	79	22.265	74.837	97.102	97.094	8	0,01
1.685	824	4.795	1.568	2.553	511	1.049	152	87	19	18.643	5.248	23.891	23.569	322	1,37
504	358	711	424	170	68	63	21	7	3	3.139	2.969	6.108	5.935	173	2,91
612	403	1.869	1.310	784	331	480	138	36	27	5.948	3.429	9.377	9.187	190	2,07
283	81	373	87	101	18	56	3	7	1	2.386	729	3.115	3.037	78	2,57
1.309	148	4.563	323	1.885	102	748	27	123	6	15.423	1.699	17.122	16.945	177	1,04
2.521	2.995	5.959	6.068	1.817	2.100	832	738	81	75	35.037	36.748	71.785	67.757	4.028	5,94
1.888	947	6.988	3.114	3.137	1.028	1.237	362	108	21	17.976	8.296	26.272	26.072	200	0,77
9.062	8.218	31.279	25.625	12.832	8.585	5.214	2.987	503	234	92.885	74.829	167.714	169.456	-1.742	-1,03
143	149	475	336	240	114	72	40	7	0	1.430	1.343	2.773	2.845	-72	-2,53
123	228	248	302	134	146	61	33	9	5	1.399	2.543	3.942	3.800	142	3,74
11	11	97	16	53	8	5	0	0	0	200	70	270	270	0	0,00
8	22	45	79	41	21	12	6	1	0	114	135	249	251	-2	-0,80
14.238	3.735	47.412	10.720	22.255	3.588	8.358	1.125	892	105	119.498	29.240	148.738	147.934	804	0,54
322	94	740	234	124	35	7	0	0	0	2.695	1.160	3.855	4.114	-259	-6,30
483	313	860	374	122	54	9	2	0	0	6.814	4.625	11.439	10.777	662	6,14
957	1.818	5.455	7.652	2.404	2.685	442	391	19	20	12.119	26.402	38.521	37.341	1.180	3,16
927	455	2.946	1.260	698	193	132	18	6	0	6.971	3.398	10.369	10.321	48	0,47
18.938	13.318	47.184	30.913	28.273	15.783	9.876	4.270	588	222	172.087	115.475	287.562	282.535	5.027	1,78
7.913	2.018	20.881	5.665	8.796	1.675	3.017	521	218	42	72.516	19.198	91.714	91.112	602	0,66
1.090	481	2.385	871	247	44	29	5	1	1	5.662	2.778	8.440	8.342	98	1,17
32.409	79.836	81.540	168.402	48.276	86.863	23.805	37.371	2.542	3.613	416.024	729.071	1.145.095	1.106.621	38.474	3,48
4.683	3.769	10.985	6.516	2.765	1.082	652	235	41	22	35.765	34.079	69.844	65.560	4.284	6,53
262.177	187.453	642.169	425.438	288.545	177.804	113.632	65.058	11.179	5.907	2.536.110	1.711.052	4.247.162	4.114.008	133.154	3,24
247.865	179.473	641.908	426.481	283.103	173.774	112.562	62.491	10.732	5.583	2.459.019	1.654.989	4.114.008			
14.312	7.980	261	-1.043	5.442	4.030	1.070	2.567	447	324	77.091	56.063	133.154			

Die Auswirkungen des weiblichen Zyklus

Sabrina und Florian Dieskau haben beim Landestrainer-Hauptseminar über den Menstruationszyklus beim Leistungssport referiert

Die weibliche Physiologie und der Menstruationszyklus im Fokus der Sportwissenschaft und -praxis: Ein Trend oder wissenschaftlich haltbar? Durch die gewachsene mediale Präsenz hat sich das Thema rund um den weiblichen Zyklus rasant verbreitet. Beim Landestrainer-Hauptseminar haben Sportwissenschaftlerin und Ernährungsberaterin Sabrina und Physiotherapeut Florian Dieskau darüber referiert.

Wo stehen wir aktuell?

Mehrere wissenschaftliche Studien haben sich mit der Frage: "Können sich die hormonellen Schwankungen des Menstruationszyklus auf die sportliche Leistung auswirken?" beschäftigt. Der Großteil konnte keine Veränderungen in der sportlichen Leistung in den verschiedenen Zyklusphasen beobachten. Deshalb werden keine generalisierte und sportartübergreifende Empfehlungen ausgesprochen – auch Trainingspläne, die bestimmte Trainingsinterventionen pro Zyklusphase vorsehen, lassen sich wissenschaftlich nicht halten. Trotzdem ist für Trainer das Wissen um Menstruationszyklus, die weibliche Physiologie und das Bewusstsein wichtig.

Was ist der Menstruationszyklus?

Bei der Beschreibung des Zyklus wird in der Regel auf den 28-tägigen Zyklus zurückgegriffen, da sich dabei die Phasen und Ereignisse veranschaulichen lassen.
Zu Beginn des Zyklus steht die Menstruation, auch als Periodenblutung bekannt. Setzt die Blutung ein, so beginnt mit Zyklustag 1 ein neuer Zyklus. Die Periode dauert je nach Frau drei bis sieben Tage. Mit dem Einsetzen der Blutung beginnt auch die Follikelphase, welche im Beispielzyklus den Zeitraum von Tag 1 bis 14 beschreibt. Die anschließende Phase ist die Lutealphase, sie beschreibt Tag 15 bis 28. Zwischen den beiden Phasen kommt es zum Eisprung, ein Ereignis von wenigen Stunden.

Transfer und Relevanz in der Praxis

Betrachtet man die einzelnen Phasen und die damit verbundenen, möglichen Auswirkungen auf die sportliche Performance, so bemerkt man schnell, dass dies

Kennt Regeln in anderen Ländern: Beachvolleyballerin Carla Borger. *Foto: picture alliance Newscom Jiro Mochizuki*

hochindividuell abläuft. Zu Beginn des Zyklus, in der Menstruationsphase, gibt es zum einen Frauen, welche sich gut fühlen und wenig Symptome empfinden. Andererseits kann es zu sehr starken Symptomen in Form von bspw. Unterleibsschmerzen kommen, worauf das Training angepasst werden sollte. Hormonell betrachtet spricht in der Menstruationsphase nichts gegen Sport. „In Spanien gibt es eine bestimmte Anzahl an Urlaubstagen für Regelschmerzen", erläutert Beachvolleyballerin Karla Borger, „in Deutschland sind wir davon noch weit weg". Die Zahl der Frauen mit Problemen sei „viel höher als wir denken", so die Präsidentin von Athleten Deutschland.
Australische (Para-)Athletinnen haben in einer Umfrage, wann sie am Liebsten ihren Wettkampf bestreiten wollen, einstimmig geantwortet: "right after my period" – also etwa in der zweiten Hälfte der Follikelphase. In dieser Zeit fühlen sich die meisten Sportlerinnen am leistungsfähigsten. Genauso sieht es in der Eisprungphase aus. In der anschließenden Lutealphase kann es zu einer langsameren Regeneration und Motivationsproblemen kommen. Diese Phase zeichnet sich durch höhere Hormonlevel aus, im Vergleich zur Follikelphase, welche jede Frau wiederum unterschiedlich erlebt. In der Lutealphase kann es im Training Sinn machen, den ein oder anderen Regenerationstag mehr einzulegen – sofern die Athletin davon profitiert.

Die weibliche Anatomie und Sportverletzungen

Im Wachstum und in der Pubertät verändert sich der weibliche Körper. Weil das Becken breiter wird, verändert sich der sogenannte Q-Winkel. Dies kann zur Folge haben, dass das Knie anders unter der Hüfte läuft. Die Beinachse verändert sich und Fähigkeiten wie Sprinten, Springen und Landen müssen gegebenenfalls neu erlernt werden. Eine instabile Beinachse kann Verletzungen fördern.

Energiemangel im Sport – der Zyklus als Feedbacksystem

Der weibliche Zyklus ist sehr individuell und es kann keine generalisierte Trainingsempfehlung ausgesprochen werden. Eine Funktion sollte im Training dringend berücksichtigt werden: Es ist ein sensibles Feedbacksystem. Kommt es zu einem Energiemangel im Sport, hervorgerufen durch zu viel Training und zu wenig Energie durch Nahrung und unzureichende Regeneration, kann es zu unregelmäßigen Zyklen kommen. Bleibt die Periode über mehrere Zyklen aus, so ist dies als Alarmsignal zu sehen, welches sich langfristig auf die Gesundheit der Athletin auswirken kann. Eine ausbleibende Periode kann zu einem gestörten Hormonsystem führen, was bspw. in verminderter Knochendichte und einem erhöhten Ermüdungsbruchrisiko enden kann. ■

Weitere Informationen

In der Printausgabe findet nur eine gekürzte Version des Vortrages Platz. Der vollständige Text findet sich über den nebenstehenden QR-Code.

„Meine Forderung: Einheitliche und einfachere Förderprogramme der EU“

Nicht nur das Land und der Bund fördern den Sport, finanzielle Hilfe kommt auch aus Brüssel. Darauf verweist Staatssekretär und Vertreter des Landes bei der EU Florian Hassler

Florian Hassler ist Staatssekretär für politische Koordinierung und Europa im Staatsministerium Baden-Württemberg. Als Sportfan hat der 45-jährige Sindelfinger stets auch die Interessen des Sports im Blick. „Ich setze mich in Brüssel dafür ein, dass wir noch mehr Möglichkeiten aus Europa bekommen, dieses ehrenamtliche Engagement zu unterstützen“, sagt er im Interview mit „Sport in BW“.

Staatssekretär Hassler, in einem Jahr finden in Paris die Olympischen Spiele statt. Nach langer Zeit kommen diese wieder nach Europa zurück. Welche Chancen bietet dieses Ereignis - nicht nur für Frankreich, sondern auch für Europa?
Erst einmal freue ich mich auf diese Olympischen Spiele im Herzen von Europa. Wenn man sich anschaut, in welchen Ländern zuletzt die Spiele stattgefunden haben – im autokratisch regierten China und Russland – da ist es ein ermutigendes Signal, dass solche Sportgroßveranstaltungen noch bei uns stattfinden können. Pierre de Coubertin, der Gründer der modernen Olympischen Spiele, hat formuliert: Das Wichtigste an den Olympischen Spielen ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme. Auch im Leben ist nicht das Ziel, sondern das Streben nach einem Ziel das Wichtigste. Diesen olympischen Gedanken den Kindern und Jugendlichen zu vermitteln, ist natürlich etwas Fantastisches. Einmalig ist auch, dass die Eröffnungsfeier mitten im Zentrum von Paris stattfinden wird.

Das deutsche Vereinssystem ist einzigartig in Europa. Wie wird das große ehrenamtliche Engagement der Bürgerinnen und Bürger für die Gesellschaft in Brüssel gesehen?
Das ist ein ganz wichtiger Punkt. Sport verbindet auf einfache Art Menschen unterschiedlicher Herkunft, Menschen mit und ohne Behinderung, Menschen mit verschiedenen sozialen und kulturellen Hintergründen. Sport schafft auch Brücken zwischen Generationen. Und vor allem vermittelt Sport Werte wie Toleranz, Fairness, Solidarität. Das ist genau das, was wir in Baden-Württemberg, in Deutschland, in Europa brauchen. Um diese Kraft des Sports zu unterstützen mache ich, wenn Sie gestatten...

Gerne...
...einen kleinen Exkurs nach Baden-Württemberg. Wir haben vor einigen Monaten einen Modellversuch mit der Ehrenamtskarte in den Kreisen Freiburg, Ulm, Calw und Ostalb gestartet. Eine Ehrenamtskarte auch als Zeichen der Wertschätzung für bürgerschaftliches Engagement, ein Zeichen der Anerkennung. Baden-Württemberg ist das Ehrenamtsland Nummer 1. Unser Gemeinwesen lebt von solchen Menschen, die sich gerade in den Sportvereinen engagieren. Diese Ehrenamtskarte habe ich bei einer Sitzung in Brüssel vorgestellt. Danach haben Kolleginnen und Kollegen aus Ländern, die kein so starkes ehrenamtliches Engagement kennen, nachgefragt, wie wir das machen.

Staatssekretär Florian Hassler.
Foto: Staatsministerium

Gibt es auch finanzielle Unterstützung?
Ich setze mich in Brüssel dafür ein, dass wir noch mehr Möglichkeiten aus Europa bekommen. Es gibt bereits Möglichkeiten im Rahmen des Erasmus+-Programmes. Darin ist Sport ein fester Bestandteil und antragsberechtigt.

Bei den Sportstätten, die künftig nach Kriterien des GreenDeals erstellt und betrieben werden sollen, gibt es zur Finanzierung weder für den Sport noch für die Kommunen genügend Mittel. Kann es Hilfe aus EU-Töpfen geben?
Im Rahmen der Förderrichtlinien des Landes gewinnen Nachhaltigkeitsaspekte mehr und mehr an Bedeutung. Ein prominentes Beispiel waren die Verfüllungen in den Kunstrasenplätzen mit Mikroplastik. Dieselbe Problematik gibt es auch auf Reitplätzen. Natürlich stellt dies Sportverbände und Sportvereine vor Herausforderungen. Der Europäische Fond für regionale Entwicklung (EFRE) bietet dafür Möglichkeiten. Wir haben das sehr im Blick, wie wir es Kommunen und Vereinen leichter machen können, in diesem Bereich den GreenDeal zu erreichen.

Eine Vereinheitlichung trägt zur Vereinfachung bei.
Das wäre meine Forderung an Brüssel: Einheitliche und einfachere Förderprogramme der EU. Das wäre auch kumulierbar mit unseren Förderprogrammen im Land. Im Breitensport – ich denke an in die Jahre gekommene Sporthallen, Vereinsheime und Umkleidekabinen – gibt es vor Ort ein riesiges Potenzial, in kleinen Schritten zum Klima- und Umweltschutz beizutragen und gleichzeitig in die Vereinsinfrastruktur zu investieren.

Geringere Kosten wären ein Anreiz.
Stimmt, bei steigenden Energiepreisen wird dies zu einem Kostenfaktor.

Der LSVBW beteiligt sich aktuell an einem Antrag gemeinsam mit Norwegen, Rhônes-Alpes und Kroatien zur Steigerung der Quote von Frauen in Führungsfunktionen in Sportverbänden gestellt.
Ich finde dies eine tolle Initiative, die ich vollumfänglich unterstütze. Die Steigerung der Quote von Frauen in Führungspositionen, generell und auch im Sport, ist ganz wichtig. ■

Das Gespräch führte Klaus-Eckhard Jost

Weitere Informationen

In der Printausgabe findet nur eine gekürzte Version des Vortrages Platz. Der vollständige Text findet sich über den nebenstehenden QR-Code.

Rangeln und Raufen

Nach den Corona-Lockdowns geht es bei „Faires Kämpfen in Jugendhilfe, Schule und Sportverein“ um die Bedeutung des Körperkontakts

Die Veranstaltung zum Thema „Faires Kämpfen in Jugendhilfe, Schule und Sportverein“ wird von dem Kommunalverband für Jugend und Soziales Baden-Württemberg (KVJS) und der Aktion Jugendschutz Baden-Württemberg (ajs) in Kooperation mit dem Landessportverband Baden-Württemberg (LSVBW) am 12. und 13. Oktober 2023 an der Landessportschule Ruit durchgeführt.

Angesprochen sind Fachkräfte aus Jugendhilfe und Schule, sowie Übungsleiterinnen und Übungsleiter aus Sportvereinen, die den Aspekt Bewegung auf spielerisch-kämpferische Weise verstärkt und reflektiert in ihren pädagogischen Alltag einbinden wollen.

Macht Spaß: Spielerisches Raufen. *Foto: LSV NRW / Andrea Bowinkelmann*

Ziele und Inhalt:
Wenn Kinder oder Jugendliche untereinander raufen, kann das bei allen Beteiligten große Begeisterung auslösen. Sie können dabei ihre Kraft zeigen und entwickeln, ihren Körper spüren und Selbstwirksamkeit erleben. Zudem wissen wir aus der Entwicklungspsychologie, dass Körperkontakt wesentlich ist für eine rundum gesunde psychosoziale Entwicklung. Für die (sport-) pädagogische Gewaltprävention stellen Angebote eines geregelten und fairen Kämpfens eine große Bereicherung dar.
Wie können Kinder ein Gefühl füreinander, ein spielerisches Gegeneinander im Miteinander entwickeln? Was kann ausgelebt werden, wenn jemand spielerisch „aufs Kreuz gelegt“ oder „in die Knie gezwungen“ wird? Gibt es diesbezüglich Besonderheiten bei Mädchen und Jungen – und wenn ja, welche? Worin genau liegt der entwicklungsfördernde Wert beziehungsweise der erzieherische Sinn einfacher, geregelter Kämpfe? Welche gewaltpräventiven Anteile enthält dieser Ansatz? Welche Vorbereitung und welcher Rahmen sind dafür notwendig? Wie können „Übergriffe“ vermieden werden? Diesen Fragen werden sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unter fachkundiger Anleitung annähern.

Methoden:
In vier Trainingseinheiten werden praktische Übungen mit theoretischen Hintergründen und Einsatzmöglichkeiten verknüpft, eingerahmt von einem Input und einer Reflexionsphase.

Hinweis:
Die Teilnehmenden werden gebeten, Neugier und Bewegungsfreude sowie bequeme und reißfeste Sportkleidung mitzubringen.
Die Veranstaltung inklusive Anmeldungsformular ist über den Link https://www.kvjs.de/fortbildung/ unter dem Suchbegriff „Rangeln und Raufen“ oder der Veranstaltungsnummer 23-4-JSA7-1k zu finden.

Lisa Porada

„Integration durch Sport“ – Stützpunktvereinstagung

Im Rahmen des Stuttgarter Sportkongresses tagen die IdS-Stützpunktvereine

Das Bundesprogramm „Integration durch Sport“ (IdS) ist wieder beim Stuttgarter Sportkongress vertreten.

Die gemeinsame Stützpunktvereinstagung in Baden-Württemberg mit Infos, Workshops und Vorträgen findet am Samstag, 21. Oktober von 9 Uhr an statt. Gefördert wird IdS durch das Bundesministerium des Innern und für Heimat (BMI) und das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF). In Baden-Württemberg wird das Bundeprogramm im Zusammenspiel vom Landessportverband Baden-Württemberg (LSVBW), dem Badischen Sportbund (BSB) Nord, dem BSB Freiburg sowie dem Württembergischen Landessportbund (WLSB) umgesetzt.

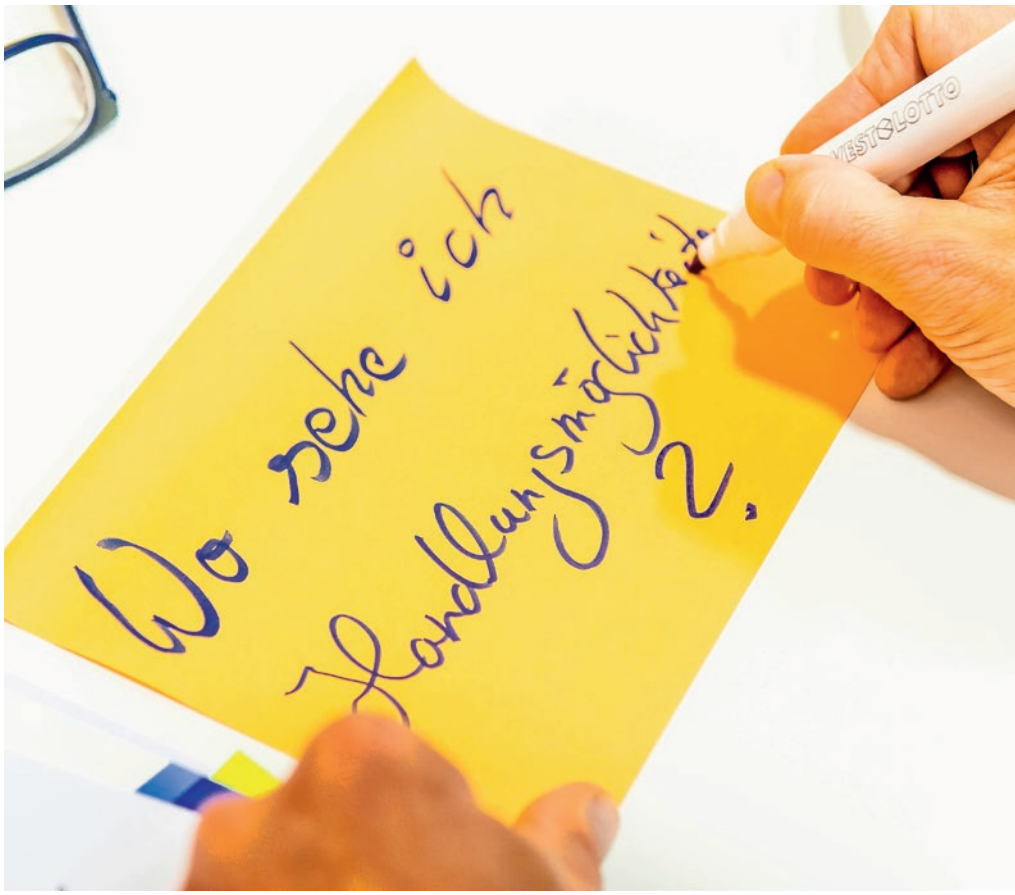
Gefördert durch:
Bundesministerium des Innern und für Heimat
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Weitere Informationen
zum Stuttgarter Sportkongress finden Sie in Kürze auch unter
www.stuttgarter-Sportkongress.de.

Kultur des Hinschauens und Handelns

Beim Fachgespräch „Gewaltprävention im Kinder- und Jugendsport“ wurden Good-Practice-Beispiele aus zwei Vereinen vorgestellt

Ein Online-Fachgespräch mit Stammtisch und offenem Austausch hat Mitte Juni für Interessierte aus Sportvereinen und -verbänden sowie Fachkräften der Jugendhilfe und weiteren Neugierigen stattgefunden. Die Veranstaltung wurde von der Baden-Württembergischen Sportjugend (BWSJ) zusammen mit der Aktion Jugendschutz Baden-Württemberg (ajs) organisiert und durchgeführt.



Teil eines Schutzkonzept: Regelmäßige Kommunikation. *Foto: LSB NRW / Andrea Bowinkelmann*

Grenzüberschreitungen und Gewalt an und von Kindern und Jugendlichen sind ein gesamtgesellschaftliches Thema. Ob körperliche, psychische oder sexualisierte Gewalt.

Die Pflicht der Sportvereine ist es Kinder und Jugendliche zu schützen. Übungsleiterinnen und -leiter und Trainerinnen und Trainer haben einen erheblichen Anteil daran, Schutzkonzepte ganzheitlich vorzuleben. Also jede Form von Gewalt zu erkennen und angemessen zu handeln.

Nach einer kurzen Einführung ins Thema und einem theoretischen Einblick, wie Gewaltprävention gelingen kann, stiegen die Teilnehmenden in den praktischeren Teil ein. Als Good-Practice-Beispiele skizzierten der TV Neckarhausen (TVN) sowie der SC Staig ihre expliziten Herangehensweisen, Prozesse und Herausforderungen zur Einführung und Umsetzung eines Schutzkonzeptes. Horst Gropp, geschäftsführender Vorstand des TVN und Gewaltschutztrainer, erläuterte, dass es insbesondere darum gehe, eine „Kultur des Hinschauens und Handelns“ zu schaffen – und diese ausgeweitet auf alle Gewaltformen. Im März 2023 wurde die Implementierung des Schutzkonzeptes des TVN verabschiedet. Dieses Schutzkonzept weist eindeutige Handlungsempfehlungen und Leitlinien aus. Anna Maria Knapp, Kindheitspädagogin, sowie Horst Gropp werden im TVN als Schutzbeauftragte eingesetzt und sind somit Ansprechpersonen im Themenfeld Gewalt sowie verantwortlich für die interne Weiterbildung aller ehrenamtlich Tätigen im TVN. Darüber hinaus hat der TVN bereits eine Arbeitsgruppe ins Leben gerufen, die sich umfassend mit dem Thema Implementierung des Schutzkonzeptes auseinandersetzt.

Heiß diskutiert wurde insbesondere die Thematik des erweiterten Führungszeugnisses. Horst Gropp äußerte sich diesbezüglich eindeutig: „Spätestens, wenn man in die Runde fragt, wer gegen ein Gewaltschutzkonzept ist, habe man alle Menschen im Raum auf seiner Seite.“

Simone Ströbler, Kinder- und Jugendschutzbeauftragte des SC Staig, stellte ebenfalls den Prozess zur Erarbeitung und Implementierung eines Schutzkonzeptes in ihrem Verein vor. Sie äußert, dass alle Vereine anerkennen müssen, dass (sexualisierte) Gewalt in jedem Verein vorkommen kann. Beim SC Staig handele es sich um einen ländlichen Verein mit 2200 Mitgliedern, in dem man sich kennt und sich nicht vorstellen könne, dass so etwas passiert. Aber genau das könne man nie ausschließen. Seit 2019 hat der SC Staig daher ein Schutzkonzept, um präventiv gut aufgestellt zu sein. Darüber hinaus hat die ausgebildete Sozialarbeiterin Simone Ströbler einen Ehrenkodex formuliert, den alle unterschreiben müssen und veranstaltet jährlich Informationsveranstaltungen für die Übungsleiter. Dort, wo es zu eins-zu-eins Trainingssituationen komme, achte sie darüber hinaus auf ein erweitertes Führungszeugnis der Trainer.

Nach der Vorstellung eines Zehn-Punkte-Plans, der zur Hilfestellung und Orientierung bei der Entwicklung eines Präventionskonzeptes dienen kann, kamen die etwa 60 Teilnehmenden in den Austausch, diskutierten, hakten nach und vernetzten sich, um voneinander zu profitieren. Dabei wurde klar ersichtlich, dass jeder Verein individuell ist in seinen Voraussetzungen und mit unterschiedlichen Rahmenbedingungen zu kämpfen hat. Ein wirksames Schutzkonzept bedarf daher der Auseinandersetzung mit den individuellen Gegebenheiten des Vereins. ■

Lisa Porada

Tennis wird nachhaltiger

Der Württembergische Tennisbund (WTB) und sieben Tennisvereine haben den N!-Charta-Sport-Konvoi gestartet

Im Rahmen der BOSS OPEN auf dem Stuttgarter Weissenhof haben die Vertreter des WTB und der Vereine die Urkunde von André Baumann, Staatssekretär im Ministerium für Umwelt, Klima und Energiewirtschaft Baden-Württemberg, und Professor Franz Brümmer, Mitglied des Expertenrates Sport, Umwelt, Nachhaltigkeit und EU beim Landessportverband Baden-Württemberg (LSVBW), erhalten. Die Projekte im Einzelnen.

Württembergischer Tennisbund

Im Gegensatz zu anderen Sportarten benötigen Tennisvereine eine eigene Infrastruktur, die sie in der Regel selbst unterhalten müssen. Der WTB will als Knotenpunkt für Austausch und Vernetzung (Foren, Seminare und Round-Table) seine Vereine in ihrer langfristigen Vereins- und Mitgliederentwicklung unterstützen und nachhaltige Projekte vorantreiben. Innerhalb dieser N!-Charta-Sport-Projektgruppe können Lösungswege schneller für die Bewältigung der Herausforderungen gefunden werden.

TSG Backnang Tennis

Die TSG Backnang Tennis hat sich der Mitgliedergewinnung und -bindung verpflichtet. „Uns gefällt, dass das Thema Nachhaltigkeit nicht nur auf den Energiesektor begrenzt ist“, sagt der Technische Leiter Wolfgang Michel, „der Umgang mit unseren Mitgliedern – und allgemein mit unseren Mitmenschen in unserer Gesellschaft – im sozialen Bereich ist ein sehr wichtiger Eckpunkt.“ Wichtig ist auch eine erfolgreiche Nachwuchsförderung. Neben diesen sozialen Belangen werden auch Projekte zum effektiven Umgang mit Energie und Ressourcen umgesetzt. Neben einer Fotovoltaikanlage auf der Dreifeldhalle wird von dort auch das Regenwasser in einer Zisterne gesammelt.

Tennisclub Besigheim

Die Anlage des Tennisclubs Besigheim in unmittelbarer Nähe zum Neckar bietet sich geradezu an, Akzente auf dem ökologischen Sektor zu setzen. Dazu wurde dieses Jahr eine Wildwiese mit blühenden Pflanzen angelegt sowie zwei selbst gefertigte Insektenhotels aufgestellt. Um Energie einzusparen wurden neben der Flutlichtanlage alle Lampen auf LED-Technik umgestellt sowie Bewegungsmelder installiert.

SV Böblingen Tennis

Die Tennisabteilung des SV Böblingen konnte durch Blockheizkraftwerk, Fotovoltaikanlage und Batteriespeicher die laufenden Energiekosten reduzieren. Neben etwa einer Million Tonnen CO_2 werden etwa 4000 Euro pro Jahr eingespart. Auch Bewegungsmelder in den beiden Tennishallen tragen zu den Einsparungen bei. Zwei E-Ladesäulen sowie eine Blumenwiese runden das Programm ab.

TSV RSK Esslingen

Bei der Tennisabteilung des TSV RSK Esslingen stehen die Mitglieder und soziale Belange im Mittelpunkt seiner Umsetzung innerhalb der N!-Charta Sport. „Wichtig ist für uns die Einbindung und Bindung der Kinder und Jugendlichen in den Verein, dass sie uns erhalten bleiben“, sagt Jugendwart Oliver Meinecke. Deshalb soll ein Jugendausschuss gegründet und ein Jugendsprecher gewählt werden. „Die jungen Menschen sollen sehen, dass ein Verein nicht von alleine funktioniert“, so Meinecke. Aber auch die älteren Mitglieder sollen gefragt werden, was sie bewegt und in welchen Bereichen sie noch Verbesserungsmöglichkeiten sehen. Ein besonderer Schwerpunkt wird auf das Recyceln der Bälle und deren Verpackung gelegt.

TC Leinfelden-Echterdingen

„Kleinere Dinge, die schnell umsetzbar sind, haben wir bereits angegangen“, berichtet Frank Wietschorke. Dann zählt der stellvertretende Vorsitzende des Tennisclubs Leinfelden-Echterdingen auf: „Wir sind weg von den Papierspendern, verwenden wieder Handtuchrollen.“ In den Umkleideräumen wurden Bewegungsmelder installiert und die gesamte Beleuchtung auf LED umgestellt.

TC Lichtenwald

Beim Tennisclub Lichtenwald wird das junge Engagement gefördert. Dazu dienen drei Events, die von den jugendlichen Mitgliedern für die jugendlichen Mitglieder organisiert werden. Auch strebt der Verein an, dass jedes Jahr ein Jugendlicher aus dem eigenen Nachwuchs die Ausbildung zum Tennisassistenten absolviert. Und dass das jährliche U10-Ballstufentraining unter Mithilfe eines Jugendlichen aus dem eigenen Nachwuchs durchgeführt wird.

TC Weiß-Rot Stuttgart

Die Ziele der Tennisclub Weiß-Rot Stuttgart liegen zunächst auf dem sozialen Bereich. Weil sich in der Nachbarschaft des Vereins mit der Betty-Hirsch-Schule eine Grundschule für blinde und sehbehinderte Kinder befindet, soll über eine Kooperation ein Projekt Blindentennis gestartet werden. Im Bereich Ressourcenschonung wird zur Wässerung der Außenplätze der Bau einer Zisterne neben der Zweifeldhalle geprüft. ■

Klaus-Eckhard Jost

Gruppenbild mit N!-Charta-Sport-Urkunden: Vertreter des WTB und sieben Tennisvereinen mit Staatssekretär André Baumann (9.v.l.) und LSVBW-Experte Franz Brümmer (daneben). *Foto: LSVBW*

Erfolgreiche Kilometerchallenge zu Gunsten von Nachwuchsathleten

Der LSVBW präsentiert sich beim Porsche-Tennis-Grand-Prix sportlich und fordert die Besucher zum Strampeln für den guten Zweck auf. GTÜ spendet 2400 Euro

Natürlich hat Valentina Steiner auf dem Stand des Landessportverbandes Baden-Württemberg (LSVBW) und der Stiftung OlympiaNachwuchs vorbeigeschaut, als sie beim Porsche-Tennis-Grand-Prix durch die Schleyerhalle gegangen ist.

Die Tennisspielerin wird bei ihrem Spagat, Sport und Schule unter einen Hut zu bringen, von der Stiftung unterstützt. Die 16-Jährige lebt in Remseck-Aldingen, trainiert entweder am Leistungszentrum in Stuttgart-Stammheim oder ihrem Verein TEC Waldau Stuttgart und wird am Olympia-Stützpunkt Stuttgart betreut.
„Kilometer sammeln für den Nachwuchs“ hieß es am Stand des LSVBW. Dazu animierte ein Fahrradergometer nicht nur die Turnierbesucher, sondern auch Fußball-Weltmeister Jürgen Klinsmann. Tennisspielerin Donna Vekic bat am LSVBW-Stand zu einer Autorgrammstunde. Mehr als 1000 Kilometer wurden in den Turniertagen gestrampelt. Die Gesellschaft für Technische Überwachung (GTÜ) stockte den Betrag auf 2400 Euro auf. Diese Spende, welche die GTÜ-Personalleiterin Geraldine Westphal übergeben hat, fließt in die Förderung junger Nachwuchsathleten in Baden-Württemberg mit ein.
Davon profitiert auch das Tennistalent Steiner. „Ich träume davon einmal beim Porsche-Tennis-Grand-Prix spielen zu können“, sagte Steiner bei ihrem Besuch. Wobei sie schon einmal auf dem Center-Court gespielt hat. Mit neun Jahren hat sie beim Porsche-Mini-Grand-Prix mitgemacht.
Noch sind es kleinere Turniere, bei denen Steiner spielt. Oder in der Bundesliga im Team der TEC Waldau. Ihr Fokus liegt bei den Spielen weniger auf den Ergebnissen, als vielmehr sich weiterzuentwickeln. Denn langfristig möchte sie bei den Grand-Slam-Turnieren antreten. Dass dies ein langer Weg werden wird und viel Geduld erfordert, ist Valentina Steiner bewusst. ■

Am LSVBW-Stand: Geraldine Westphal (GTÜ), Sascha Molt (OSP Stuttgart), Paraskifahrerin Andrea Rothfuß und Kristin Redanz (Stiftung OlympiaNachwuchs; v.r.n.l.). *Foto: LSVBW*

Klaus-Eckhard Jost

In die Zukunft investiert

Mit Unterstützung von: LOTTO Baden-Württemberg

Der Reit- und Fahrverein Herrenberg hat beim Bau seiner Reitanlage auf eine offene Bauweise, Solarstrom und moderne Bewässerung gesetzt

Die Bauzeit dauerte 13 Monate, die konkreten Planungen für die neue Reitanlage vor den Toren von Herrenberg begannen 2018. Im Mai 2021 ist der Reit- und Fahrverein Herrenberg vom bisherigen ungeliebten Standort nahe des Stadtzentrums vor die Tore der Kommune gezogen auf die grüne Wiese gegenüber eines alten Schulungszentrums zwischen der Bundesstraße 14 und der Bahntrasse.
2,5 Hektar der insgesamt 3,6 Hektar großen Fläche wurden überbaut. Die Kosten für das Projekt beliefen sich auf rund 2,4 Millionen Euro. Vom WLSB erhält der der RFV Herrenberg einen Zuschuss von 200.000 Euro. Die Stadt Herrenberg wiederum stellte dem Verein das erschlossene Gelände auf Erbbaurechtbasis zur Verfügung. Der 360 Mitglieder starke Verein hat zudem einiges in Eigenleistung erbracht, wie beispielsweise die Frischwasserversorgung.

Mitten im Grünen liegt die moderne Reitanlage des Reit- und Fahrvereins Herrenberg. *Foto: RFV Herrenberg*

Zisterne fasst über 200.000 Liter

Auf dem Areal sind 26 Pferdeboxen mit Paddock, ein Offenstall für 16 Pferde und drei Ponys, ein Vereinsheim mit Schulungsraum, eine Wohnung für den Betriebsleiter, diverse Sanitär- und Nebenräume sowie eine Reithalle mit einer Größe von 20 mal 40 Meter entstanden. Hinzu kommt eine 80 mal 23 Meter große Reitfläche mit Teilüberdachung. „Wir haben bewusst auf eine offene Bauweise mit viel Licht und viel Luft gesetzt“, sagt Claudius Decker, Vorstandmitglied und Betriebsleiter. Eine Besonderheit ist neben der großen Photovoltaikanlage der sogenannte Ebbe-Flut-Platz in der Reithalle, der über eine 200.000 Liter fassende Zisterne bewässert wird. Statt den Boden von oben zu wässern, befindet sich unter dem Reitboden eine Art Wanne. Das System reguliert mit hochwertigster Technik den Wasserhaushalt stets so, dass er im Idealbereich liegt. ■

Elke Rutschmann