Ausgabe BSB Freiburg – 08 | 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: Special Olympics World Games Berlin 2023 / Sarah Rauch

Motivation

Eine Frauenquote lehnt Margarete Lehmann ab. „Was steigen sollte ist der Prozentsatz“, sagt die Vorsitzende der LSVBW-Kommission „Frauen und Gleichstellung“. Deshalb will sie Frauen motivieren.

Sportstättenbau

Das Land bezuschusst in diesem Jahr im Bereich des BSB Freiburg 28 Projekte des Kommunalen Sportstättenbaus mit insgesamt 4,7 Millionen Euro.

Schutzschild

Der Badische Sportbund Freiburg und die Badische Sportjugend Freiburg bringen unter dem Namen „Schutzprozesse im Sportverein“ ein neues Konzept auf den Weg.

Unsere Partner

ARAG

ORIGINAL BENZ® SPORT

LOTTO Baden-Württemberg

AOK

4 zum Glück

SYMBOLE ENTDECKEN UND GLÜCKSLINIE AUFRUBBELN

Das schnelle Glück

mit 4 zum Glück – für 3 € erhältlich in allen Lotto-Annahmestellen

BIS ZU 25.000 €* GEWINNEN

*Theoretische Chance auf den Spitzengewinn: 1:480.000

MEHR AUF LOTTO-BW.DE

LOTTO Baden-Württemberg

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

Interview mit Frauenausschussvorsitzender Margarete Lehmann 4
Frauen in Führungspositionen 5
Neuroathletiktraining 6
Nachbericht Special Olympics Weltspiele 8
WiS-Vorbereitungsseminar/Trikottag 9
BWSJ: Petition an Deutschen Bundestag 10
Gratulation: Gundolf Fleicher zum 80. / Dank Lotto! 11

BADISCHER SPORTBUND FREIBURG

Über 4,7 Millionen Euro für den Kommunalen Sportstättenbau 12
Neue Funktionalitäten im digitalen Veranstaltungsportal des BSB..... 14
BSB-Präsident Gundolf Fleischer 80 Jahre alt geworden 15
Wichtige Termine des BSB 2023 15
Dr. Reinhold Brandt neuer Fußball-Präsident in Südbaden – Thomas Schmidt zum neuen Ehrenpräsidenten gewählt 16
SPORTOUT-Gewinner TV Gengenbach im Porträt 18
Vereinsorganisation 21
AOK – Partner des BSB 22
Service 23
Neues von der Sportschule Baden-Baden Steinbach 24
Noch Termine auf dem Herzogenhorn frei 25
Vereinsmanager-Ausbildung 2023 26
Fragen und Antworten zum Lizenzwesen 28
ARAG Sportversicherung informiert 30
„Schutzschild im und für den Sport“ 32
Infos der Badischen Sportjugend Freiburg 34
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.

Gundolf Fleischer
Präsident des Badischen Sportbundes Freiburg

Ja zur Leistung

Wir haben schon immer in einer Leistungsgesellschaft gelebt, und das wird auch in der Zukunft so sein. Dies gilt nicht zuletzt für den Sport, der stets für eine Leistungsgesellschaft mit menschlichem Gesicht gestanden hat. Deshalb ist es eine unserer wichtigsten Aufgaben, bereits Kinder mit dem Leistungsgedanken vertraut zu machen, damit diese für die Zukunft fit gemacht werden können.

Genau in die umgekehrte Richtung zielt der Beschluss der Kultusminister, ab dem kommenden Schuljahr den Wettkampf- und Leistungsgedanken bei den Bundesjugendspielen außer Kraft zu setzen. So darf in den Klassen 1 bis 4 statt des „Wettkampfs“ nur noch ein „bewegungsorientierter Wettbewerb“ stattfinden. Urkunden soll es für die Leistung des Einzelnen nicht mehr geben, sondern lediglich für das Leistungsvermögen einer ganzen Jahrgangsstufe oder Klasse. Dadurch sollen Teamfähigkeit und soziale Kompetenzen gestärkt werden. Zur Erreichung dieses Ziels jedoch den Wettkampf- und Leistungsgedanken außer Kraft zu setzen, ist schlicht kontraproduktiv. Der junge Mensch ist zum Wettbewerb angelegt. Wo dies beim Verlierer oder Schlechteren zu Frustration führt, sollte dies bei Eltern, Pädagogen oder eben Trainern dazu führen, dass gelehrt wird mit Sieg und Niederlage in fairer Weise umzugehen.

Der junge Mensch soll gerade im Sport feststellen, wo er Schwächen hat, die es zu verbessern gilt. Und wo Spitzenleistung erbracht wird, soll diese möglichst noch gesteigert werden. Dem Stärksten darf man den Erfolg und die Auszeichnung nicht nehmen, nur weil es in seiner Klasse Langsame oder nicht so Sportliche gibt. Die eine ist sportbegabt, der andere musikalisch und künstlerisch, wieder andere sprachlich oder handwerklich. Überall gilt – und besonders im Sport: Es gibt immer jemanden, der im Leben besser oder schneller ist. Den kindgerechten Leistungsgedanken zugunsten einer Kuschelpädagogik abzuschaffen, hilft den Kindern nicht.

Lasst bei Bundesjugendspielen auch künftig alle eine Teilnehmerurkunde erhalten, die Besten aber eine ganz Besondere. Bereiten wir die Kinder auf das Leben in einer Leistungsgesellschaft vor, statt sie in Watte zu packen. Befähigen wir sie, mit Niederlagen genauso wie mit Siegen umzugehen und die eigene Leistung richtig einzuschätzen. Die Kultusminister haben ein paar Monate Zeit, die Reform ab dem Schuljahr 2024/2025 wieder rückgängig zu machen. Im Sinne der Kinder, aber auch zur Förderung des Sports im Allgemeinen.

„Frauen bringen natürlich die nötigen Qualifikationen für eine Führungsposition mit“

Von einer Frauenquote in Vereinsvorständen hält Margarete Lehmann nichts, sondern sie will den Mehrwert eines ehrenamtlichen Engagements herausstellen

Seit vielen Jahren steht Margarete Lehmann dem Sportkreis Tuttlingen vor. Im Landessportverband Baden-Württemberg (LSVBW) ist die die Schatzmeisterin für die Finanzen zuständig und führt den Ausschuss „Fachkommission Frauen und Gleichstellung im Sport“. Doch so durchsetzungsstark sind nicht alle Frauen. „Frauen sind viel selbstkritischer, hinterfragen sich zigmal und prüfen von zehn Positionen, ob sie die auch alle erfüllen können“, berichtet sie im Gespräch mit „Sport in BW“.

Frau Lehmann, als Sie vor vier Jahren als Vorsitzende des Ausschusses „Frauen und Gleichstellung im Sport“ wiedergewählt wurden, sagten Sie: „Wenn es Führungspositionen in der Sportorganisation zu besetzen gilt, sollte es keine Rolle mehr spielen, ob der Bewerber männlich oder weiblich ist“. Ist dies mittlerweile Realität in den Sportvereinen und -verbänden?

Noch nicht, wir arbeiten daran. Inzwischen kommt ein ganz anderes Problem dazu, dass überhaupt händeringend Menschen fürs Ehrenamt in Führungspositionen gesucht werden. Nach der Corona-Pandemie suchen wir nicht nur Frauen in Führungspositionen, sondern allgemein Menschen, die sich fürs Ehrenamt begeistern lassen.

Gehen Männer und Frauen gleich an ein ehrenamtliches Engagement im Verein heran?

Nein. Frauen sind viel selbstkritischer, hinterfragen sich zigmal und prüfen von zehn Positionen, ob sie die auch alle erfüllen können. Wobei diese Kriterien gar nicht gefordert sein müssen, sondern von den Frauen teilweise selbst erstellt werden. Häufig steht ihnen der Hang zum Perfektionismus im Weg.

Wie lassen sich dann Frauen fürs Ehrenamt gewinnen und binden?

Frauen muss man direkt ansprechen. Von allein würde eher keine aufstehen und sagen: ‚Ich mache das.‘ Aber durch persönliche Gespräche ist vieles machbar.

Margarete Lehmann
Foto: LSVBW/Martin Stollberg

Wenn sie dabei sind, bleiben sie dabei.

Das schon. Sobald irgendetwas nicht rund läuft, nimmt das eine Frau früher wahr. Das ist für Frauen häufig ein richtiges Problem.

Immer wieder wird über eine Quote gesprochen. Würde dies helfen mehr Frauen in Führungspositionen zu bringen?

Wir brauchen keine Quote. Wir brauchen Frauen nicht der Quote willen, sondern wir brauchen Frauen, die die Aufgabe von sich aus machen wollen und fürs Ehrenamt einstehen. Die nötigen Qualifikationen bringen sie natürlich mit.

Warum beteiligt sich der LSVBW gemeinsam mit Norwegen, Kroatien und Rhônes-Alpes an einem EU-Antrag zur Steigerung der Quote von Frauen in Führungspositionen in Sportverbänden?

In diesem Fall setzen wir die Quote in Anführungszeichen. Was steigen sollte ist der Prozentsatz. Wichtig ist, dass wir den Mehrwert des Ehrenamts herausstellen und bei den Projektpartnern lernen und abschauen können. So wie diese gegebenenfalls bei uns tolle Ansätze kopieren können. Und wir müssen sichtbar machen, dass es schon viele Frauen in Ehrenämtern gibt und dass es ihnen guttut.

Der LSVBW hatte sechs Jahre in Elvira Menzer-Haasis eine Präsidentin. Hat sich dadurch etwas verändert?

Insgesamt in der Sportorganisation auf alle Fälle. Elvira hat eine Vorbildfunktion ausgeübt. Ihre Sichtbarkeit war eindeutig gegeben. Sie ist ja schon nach kurzer Zeit auch auf DOSB-Ebene als Vorsitzende der Konferenz der Landessportbünde in eine Führungsposition geschlüpft. Für uns war und ist Elvira ein Vorbild.

Können Sie Unterschiede in der Einstellung der verschiedenen Generationen zu einem ehrenamtlichen Engagement feststellen?

Das ist keine Sache der Einstellung, sondern teilweise ein Zeitproblem. Wenn junge Menschen in den Arbeitsprozess einsteigen, dann ist man heutzutage nicht mehr ortsgebunden, sondern viel unterwegs. In diese Phase fällt auch die Familiengründung und sonstiges. In diesem Bereich hat sich das Familienrollenbild auch etwas geändert. Männer und Frauen teilen sich vieles, was sehr schön ist für die Kinder. Dadurch sind die Prioritäten gesetzt. Drum darf man die ältere Generation nicht außen vorlassen. Im fortgeschrittenen Alter hat man bereits Netzwerke und mehr Zeit.

Als Übungsleiterin sind viele Frauen aktiv, dagegen ist die Zahl der hauptberuflichen Trainerinnen noch relativ niedrig. Inwiefern beschäftigt sich der Ausschuss „Frauen und Gleichstellung“ mit dieser Situation?

Das Thema wird mehr auf DOSB-Ebene diskutiert. Wenn man die Zahl der Übungsleiter und Trainer in seiner Gesamtheit betrachtet, sind die Frauen sicher in der Überzahl. Eine Frau ist vielleicht lieber an der Basis tätig, wo sie die persönliche Anbindung hat, als ein überregionales Traineramt auszuüben. Aber auch in diesem Bereich gibt es Veränderungen. Es gibt immer mehr Frauen, die Profimannschaften trainieren. Es kommt schon. Ich möchte aber nicht jammern, denn wir brauchen auch die Übungsleiterinnen an der Basis. Wenn eine Frau das Kinderturnen leitet oder die F-Jugend trainiert, dann ist das genauso wichtig. ■

Das Gespräch führte Klaus-Eckhard Jost

Weitere Informationen

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

Frauen Mut machen

Damit mehr Frauen in Führungspositionen im Sport kommen, braucht es in den Vereinen einen Kulturwandel

Männer und Frauen engagieren sich in etwa gleich ehrenamtlich, aber aus einer anderen Motivation heraus. Dies ist eines der Ergebnisse des Fachtages der LSVBW-Kommission „Frauen und Gleichstellung“. Entsprechend müssen die Strukturen verändert werden.

Gern gesehener Gast am Frauenfachtag: Die Ausschussvorsitzende Margarete Lehmann (stehend) begrüßt LSVBW-Präsident Jürgen Scholz. *Foto: LSVBW*

Wenn der Ausschuss „Frauen und Gleichstellung im Sport“ einen Fachtag abhält und die Frage „Frauen in der 1. Reihe! Wie halten sie sich da?“ diskutiert, ist es für Jürgen Scholz eine Selbstverständlichkeit, dass sich der erste Mann im Landessportverband Baden-Württemberg (LSVBW) engagiert beteiligt. Schließlich sind etwas mehr als 40 Prozent der vier Millionen Mitgliedschaften im LSVBW weiblich. Im ehrenamtlichen Engagement stehen sie den Männern wahrlich in Nichts nach. In Führungspositionen allerdings sind Frauen (noch) unterrepräsentiert. Sehr zum Leidwesen von Scholz: „Frauen haben einen anderen Blickwinkel und Herangehensweise als Männer, das ist bereichernd.“

Frauen haben anderen Blickwinkel und Herangehensweise als Männer

Damit dieser andere Blickwinkel zum Tragen kommt, müssen die passenden Voraussetzungen geschaffen werden. Das heißt, dass sich der gemeinnützige Sport moderne Führungsstrukturen geben muss, in denen Frauen sich wiederfinden. „Wie radikal müssen wir denken, damit wir die Lebensrealitäten ändern?“, fragte Jutta Hannig, Vizepräsidentin im Badischen Sportbund Nord und Mitglied im LSVBW-Ausschuss „Frauen und Gleichstellung im Sport“ die 20 Teilnehmenden aus Fachverbänden, Sportbünden, Sportkreisen und Vereinen des Fachtages im SpOrt Stuttgart. So sind zum Beispiel die Zeiten, zu denen die Sitzungen der Gremien stattfinden, vor allem für berufstätige Frauen mit Familie, nur bedingt leistbar? Doch wie dies ändern? „Um Strukturen zu ändern, braucht man eine Entscheiderfunktion“, sagte Daniel Kraft, Präsident des Nordbadischen Volleyball-Verbands (NVV).

Genau darin liegt die große Herausforderung, dass Frauen in diese Funktionen kommen. Denn im Gegensatz zu Männern, die ein Führungsamt häufig übernehmen, damit sie eine Leitungsposition innehaben, steht für Frauen der soziale Aspekt und die Beziehungsarbeit mehr im Fokus.

In den Vereinen braucht es einen Kulturwandel. Einen Wandel dahingehend, mehr Frauen in Führungspositionen zu wollen. „Wir müssen mehr an der Basis kratzen und den Frauen Mut machen“, forderte Ulrike Höflich vom Württembergischen Radsportverband. Dass dies mit vielen Mühen verbunden ist, davon konnte Peter Knapp, Präsident des Badischen Handball-Verbandes, berichten. „Mein Anspruch ist es, dass ich eine Nachfolgerin gefunden habe, wenn ich in ein paar Jahren aufhöre“, sagte der Präsident das Badischen Handball-Verbandes. Doch trotz intensiver Suche kann er noch keinen Vollzug vermelden.

Dass sich Frauen nicht freiwillig in die erste Reihe stellen, hat Franziska Fraas, Vizepräsidentin im NVV, mehrfach beobachtet. „Man muss Frauen bewusst an die Aufgaben heranführen“, lautet ihr Credo. Und ihnen Zeit geben. „Frauen müssen sich mit einer neuen Situation gedanklich auseinandersetzen“, hat Margarete Lehmann, die Vorsitzende der LSVBW-Kommission „Frauen und Gleichstellung“ mehrfach beobachtet. Mit der Rolle in einem Verein gelingt dies besser als in einem Verband. Denn im Verein könne man die Kinder noch mitnehmen, so Lehmann.

Die Bedeutung von Frauen für die Sportvereine ist unbestritten. Dies bemerkten alle Teilnehmenden des Fachtages. Allerdings fehle häufig die Anerkennung. Um darauf aufmerksam zu machen, wurde über die Fiktion eines Streiks nachgedacht. „Ich weiß nicht, ob ein Streik das richtige Mittel ist“, merkte Heid Estler, ehemalige Präsidentin des Deutschen Tanzsportverbandes an. „Einen Streik wäre am ehesten an der Basis zu spüren“, sagte Lehmann, „doch auf die Barrikaden würde dort niemand gehen, sondern vielleicht nach vier Wochen höflich beim Vorstand nachfragen, wann es weitergeht.

Komplexe Probleme kennen keine linearen Lösungen

Wie Frauen in die erste Reihe in Sportvereine und -verbände kommen? Etliche Studienergebnisse zu weiblichem Engagement wurden debattiert. Und dennoch: Die passende Antwort auf diese Frage hatten die Teilnehmerinnen am Fachtag auch nicht parat. „Komplexe Probleme kennen keine linearen Lösungen“, sagte Jutta Hannig. Und Jürgen Scholz ergänzte: „Frauen sind Teil der Lösung, aber nicht alleine.“ Also anpacken, Männer und Frauen. ■

Klaus-Eckhard Jost

Im Gehirn wird Bewegung programmiert

Über Neuroathletiktraining wird das Gehirn auf besondere Situationen vorbereitet und kann damit den Körper vor Verletzungen bewahren

Mit abgefahrenen Übungen neue Reize setzen: Neuroathletik-Trainerin Tilla Armstrong (l.) übt mit Rugby-Nationalspieler Tim Lichtenberg. *Foto: Tobias Dittmer*

Das Gehirn steuert alle Bewegungen des Körpers. Über Neuroathletiktraining werden verschiedene Szenarien simuliert, dass die Informationen schneller zwischen Muskeln und Gelenken sowie Gehirn fließen können. Wie dies funktioniert, hat Tilla Armstrong vom Olympia-Stützpunkt Metropolregion Rhein-Neckar in einem Modul beim Landestrainer-Hauptseminar vorgestellt.

Frau Armstrong, was verbirgt sich hinter dem Begriff Neuroathletiktraining?
Neuroathletiktraining ist das Training fürs Gehirn. Bisher wird im Training darauf geschaut, dass am bewegungssteuernden System, dem Körper mit Muskeln, Sehnen, Bändern und Gelenken gearbeitet wird. Allerdings funktioniert der Körper nur dann, wenn er die Signale vom Gehirn bekommt. Denn im Gehirn wird die Bewegung programmiert. Ich erkläre dies gerne mit folgendem Bild: Wenn das Gehirn unser Dirigent ist, dann ist der Körper das Orchester, das nach den Kommandos des Dirigenten spielt. Ich sage aber jedem Sportler gleich zu Beginn unserer Zusammenarbeit, dass dich der neurozentrierte Ansatz allein nicht zum Weltmeister werden lässt. Es ist ein zusätzlicher Baustein.

Zur Person

Nach dem Bachelor in Physiotherapie in Deutschland hat Tilla Armstrong in England den Master gemacht. In diesem Bereich hat die ehemalige Rugbyspielerin am Olympia-Stützpunkt Metropolregion Rhein-Neckar begonnen, sich zusätzlich in den neuroathletischen Bereich eingearbeitet, indem sie u. a. an Fortbildungen bei Lars Linhard, dem Vorreiter in Deutschland, teilgenommen hat.

Woher kommen die Kommandos?
Zum einen dient das Auge als äußeres Sinnesorgan als wichtige Informationsquelle, aber auch das Gleichgewichtsorgan im Innenohr hilft bei der Orientierung. Auch die Haut kann als größtes Organ Reize aufnehmen und weiterleiten. Aber auch über das propriozeptive System, also die Gelenksensoren, werden Informationen geliefert. Wenn wir zum Beispiel auf einer Kante umknicken, meldet das Sprunggelenk dem Gehirn, dass dies eine gefährliche Situation ist. Im besten Fall erkennt das Gehirn die Gefahr und reagiert sofort mit einer schützenden Bewegungsantwort.

Diese Ansteuerung der Muskulatur und Gelenke lässt sich durch gezieltes Training beschleunigen?
Im neurozentrierten Ansatz will man dem Gehirn über die Sinneseindrücke viele gute Informationen liefern, damit der Körper Bewegungen optimal ausführen kann. Reagiert der Fuß beim Umknicken nicht sofort mit einer Gegenbewegung, bedeutet dies, dass die Bewegungsantwort vom Gehirn fehlerhaft ist oder überhaupt nicht gesendet werden kann. Vielleicht kennt das Gelenk diese Position überhaupt nicht. Unbekannte Positionen sind wie schwarze Flecken im Gehirn.

Sie bereiten die Athleten also auf Unvorhergesehenes vor?
Ja, zum Beispiel einer Verletzungsprävention. Schaut man sich Leistungssportler an, sind sie sehr gute Spezialisten in ihrer Sportart. Aus der sport- und therapiewissenschaftlichen Forschung weiß man, dass sich vielfältig zu bewegen und dem Hirn verschiedene Informationsquellen zu geben wichtig ist. Wenn man über Jahre dieselbe Strecke joggt oder dieselben Jogaübungen macht, dann ist das keine Bewegungsleistung mehr. Dann ist man Profi in seinen Bewegungen. Das bedeutet, dass die Athleten gut in ihren Endbewegungen sind, aber sobald diese Endbewegung nur minimal abweicht, egal ob bei einem Leichtathleten oder bei einem Ballsportler, wird dies möglicherweise in einer Verletzung enden oder wird der Körper so reagieren, dass er sich schützt, aber kurz- oder langfristig nicht mehr seine Leistung erbringen kann.

Das Gehirn will also den Körper schützen.
Richtig, das Gehirn ist immer auf Sicherheit aus. Unser Gehirn ist zwar ultrakomplex, arbeitet aber megaeinfach. In allem, was es tut, will es immer Sicherheit gewährleisten. Dem Gehirn ist es egal, wie schnell ich laufe, wie weit ich springe. Ihm ist nur wichtig: Bin ich sicher oder nicht? Wenn sich unser Gehirn unsicher fühlt, wird es immer mit angezogener Handbremse Bewegungen ausführen.

Lässt sich das Gehirn überlisten?
Kurzfristig können wir Sicherheit vorgaukeln, irgendwann wird das System aber

doch reagieren und in den Schutzmodus gehen. Und dann macht es Sinn mit Neuroathletik zu arbeiten.

Wie muss man sich ein Neuroathletiktraining vorstellen?
Prinzipiell muss man unterscheiden, ob ein Sportler mit einer Verletzung kommt, ob er ein technisches Problem hat oder ob er generell schauen will, in welchen Bereichen er noch Defizite hat, wo er noch nacharbeiten kann, um noch schneller zu werden, weiter oder höher zu springen oder zu werfen. Zunächst wird eine Diagnostik mit neurozentrierten Tests, bezogen auf die jeweilige Sportart, durchgeführt. Für einen Mehrkämpfer sieht dieser anders aus als für einen Basketballer. Neben den drei großen Informationssystemen (Sehen, Gleichgewicht und Propriozeption, die Redaktion) werden zusätzliche Tests gemacht, um ein gesamtheitliches Bild zu bekommen. Daraufhin wird dann das Training gestaltet.

Dazu müssen Sie nicht nur mit dem Athleten, sondern auch mit dem Trainer zusammenarbeiten?
Optimalerweise arbeite ich mit Athlet und Trainer gezielt zusammen. So ist durch viele Wiederholungen meiner Übungen eine langfristige und anhaltende Verbesserung der Ziele sichtbar. Beim spezifischen Training dabei zu sein hilft mir die Sportart zu verstehen. Gleichzeitig kann ich besser dem Trainer und Athleten erklären, weshalb Übungen sinnvoll sind, auch wenn sie erstmal ziemlich abgefahren aussehen.

Was sind das für Übungen?
Manchmal halte ich den Sportlern einen vibrierenden Stab an den Kiefer oder lasse sie eine Augenklappe anziehen. Da gehört schon das Verständnis dazu, warum ich das mit ihnen mache.

Erklären Sie.
Das Kiefergelenk wie auch die Zunge sind extrem wichtig für die Stabilisation des gesamten Körpers. Mit meinen Übungen fahre ich das Gehirn genau dort hoch, wo das Defizit liegt. Die Vibration direkt am Kiefergelenk wirkt sofort auf das Gleichgewichtssystem. Dies bringt, wenn der Sportler auf der einen Seite instabil ist, kurzfristig einen Effekt. Das Ganze hält zwischen zwei und vier Minuten. Danach ist der Sportler wieder auf dem Stand von davor. Durch viele Wiederholungen passt sich unser Gehirn dann an.

Aber Sie können doch nicht in jedem Training vor Ort sein?
Deshalb ist es wichtig, sowohl den Athleten wie auch den Trainer mit im Boot zu haben. Die Schwimmer machen z.B. im Wasser zum Warm-up Übungen, die ihr Kleinhirn, das für die Koordination von Bewegungen zuständig ist, aktivieren. Auch in Technikeinheiten werden meine Übungen vom Trainer mit eingebaut.

Kommt auch der mentale Bereich mit ins Spiel?
Interdisziplinär arbeite ich mit Psychologen, die mit den Sportlern im mentalen Bereich trainieren. Denn auch Emotionen und Gedanken entstehen im Gehirn und sind letztendlich Bewegung. Die interdisziplinäre Arbeit mit dem Verständnis für die Übungen und Möglichkeiten des Athleten aber auch des Trainers diese selbständig zu trainieren führt schließlich zum größten Erfolg der Methode.

Das ist dann wie beim Lernen in der Schule.
Richtig. Im Bewegungslernen gibt es schon sehr interessante Forschungsergebnisse. Jegliche Form von körperlicher Bewegung hilft uns schneller im Gehirn Verknüpfungen zu erstellen und viel schneller in Lernprozessen zu sein. Warum Bewegung auch für die Schüler so wichtig ist, kommt in der Zwischenzeit auch schon in der Schule an. Es ist deutlich schneller und einfacher über Bewegung zu lernen wie alles Andere. ■

Das Gespräch führte Klaus-Eckhard Jost

Weitere Informationen

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

Trainerpreis 2023 – Ausschreibung gestartet

Bereits zum 27. Mal schreibt der LSVBW gemeinsam mit seinen Partnern den Trainerpreis Baden-Württemberg aus. Bewerbungsschluss ist der 31. Oktober 2023

Der Landessportverband Baden-Württemberg vergibt zum 27. Mal den Trainerpreis Baden-Württemberg und sucht ab sofort den Trainer bzw. die Trainerin des Jahres 2023. Bis zum 30. Oktober 2023 können Athleten, Verbände oder Vereine die Bewerbung für einen Trainer oder eine Trainerin einreichen.

Der Trainerpreis wird an baden-württembergische Trainer und Trainerinnen – egal, ob sie im Nachwuchsleistungssport oder Spitzensport tätig sind – in folgenden Kategorien verliehen:

- Trainer oder Trainerin des Jahres
- Ehrenpreis Lebenswerk

Die Jury mit Vertretern des Landessportverbandes Baden-Württemberg, der Partner sowie Persönlichkeiten aus Sport, Politik und Medien des Landes Baden-Württemberg behält sich zudem vor, Sonderpreise auszuloben. ■

Bewerbungsschluss

ist der 30. Oktober 2023. Eine Bewerbung umfasst den vollständig ausgefüllten Bewerbungsbogen. Diesen finden Sie auf der Website des LSVBW unter www.lsvbw.de/trainerpreis oder über nebenstehenden QR-Code.

Kontakt

E-Mail: c.huettmann@lsvbw.de

Festival der Gewinner

Bei den Special Olympics Weltspielen hat bei allem Streben nach Bestleistungen noch das olympische Motto des Dabeiseins statt Siegens gezählt

Die Special Olympics Weltspiele in Berlin sind Geschichte. Die 6500 Sportlerinnen und Sportler sind wieder in ihre Heimatländer zurückgereist. Mitgenommen haben sie tolle Erlebnisse bei den Wettkämpfen. Geblieben ist, mit welcher Lebensfreude die Menschen mit geistiger oder mehrfacher Beeinträchtigung dieses Sportfest zu etwas ganz Besonderem gemacht haben.

Natürlich war Ralf Andrasch aufgeregt. Bevor der Fußballer der BSG Neckarsulm mit seinem Unified-Team das erste Spiel bestreiten musste, fiel ihm bei der Eröffnungsfeier eine besondere Rolle zu. Er durfte für die Athleten der Weltspiele im mit 55 000 Besuchern gefüllten Olympiastadion den olympischen Eid ablegen. Auf Englisch und selbstverständlich auch auf Deutsch: „Lass mich gewinnen. Aber wenn ich nicht gewinnen kann, dann lass mich bei dem Versuch mutig sein.“ Der 31-Jährige hat diese Herausforderung mit Bravour gemeistert. Und war mächtig stolz. „Eine größere Ehre kann es kaum geben”, sagte Andrasch.

Nach dem Ende der neuntägigen Veranstaltung waren sich alle Beteiligten einig, dass dies nicht nur eine überwältigende und wegweisende Veranstaltung war, sondern dass sie alle Erwartungen deutlich übertroffen hat: Insgesamt 330.000 Menschen besuchten die Weltspiele, die Wahrnehmung in Fernsehen und allen anderen Medien war überragend. Und die Spiele in Berlin haben gezeigt, dass es geht Inklusion zu leben. Alle sind zusammengekommen, um die Botschaft der Inklusion zu verbreiten. Das sieht auch Christopher Märkle von der Lebenshilfe Baden-Württemberg so: „Eine beeindruckende Veranstaltung, die Mut und Kraft gibt, weiter Begegnungen vielfältigster Art und Weise zu schaffen. Für uns als Gesellschaft eine große Chance diese positiven Erlebnisse zu multiplizieren und gemeinsam nachhaltig für mehr Teilhabe zu sorgen.“

Doch auch im Kleinen haben die Tage von Berlin Erstaunliches hervorgebracht. Dass sich Elvira Amirov im Wasser wohl fühlt, hat sie mehrfach bewiesen. Doch Gespräche mit der 21-Jährigen und ihrer Zwillingsschwester Inna gestalteten sich schwierig. Doch nachdem sie dreimal Gold, darunter gemeinsam mit Inna in der Staffel, gewonnen hatte, stellte sie sich selbstbewusst allein einem Fernsehreporter zum Interview. „Die Kraft der Weltspiele hat viel bewirkt“, sagte Betreuerin Heike Acker noch Tage später voller Bewunderung, „wir haben Elvira noch nie so viel sprechen erlebt.“ Vereinskollege David Sanzenbacher kehrte mit drei Bronzemedaillen zurück.

Kuriosum: Schwimmerin Khudeeda spielt Fußball

Kuriose Ereignisse und damit völlig neue Perspektiven gab es auch: Rozaliya Khudeeda war als Nachrückerin im Schwimmen dabei. Kurzfristig wurde die Neckarsulmerin in die Fußball-Nationalmannschaft der Frauen berufen. Auch in dieser ungewohnten Sportart hat sie ihre Sache mehr als perfekt gemacht.

Um auf diese Weltspiele der mehrfach behinderten Sportler einzustimmen, wurde ein Host-Town-Programm aufgelegt. 21 Kommunen in Baden-Württemberg empfingen insgesamt 850 Athletinnen und Athleten aus aller Welt. „Unsere Kommunen haben sich mächtig ins Zeug gelegt für ein großes Fest der Gastfreundschaft“, sagte Sportministerin Theresa Schopper stolz, „über den Sport können wir verstehen lernen, wie Inklusion in der Gesellschaft gelingt: Nämlich indem Menschen mit und ohne Behinderung sich auf Augenhöhe begegnen – unbekümmert, gemeinsam, mit Freude und Ehrgeiz.“ Egal ob bei den Empfängen der britischen Mannschaft auf dem Stuttgarter Marktplatz, der Vietnamesen in Pforzheim oder des liechtensteinischen Teams in der Gemeinde Klettgau sprang die Lebensfreude der Sportlerinnen und Sportler auf die Bevölkerung über.

Beim Empfang der baden-württembergischen Teilnehmer nach den Special Olympics hob Jürgen Scholz, Präsident des Landessportverbandes Baden-Württemberg, nicht nur das Auftreten der Sportler („Ihr lebt die Werte, die den Sport ausmachen. Ihr freut Euch miteinander, auch wenn Ihr gegeneinander um den Sieg kämpft.“) und die tollen Leistungen hervor, sondern auch die Anzahl der Athletinnen und Athleten. „Stolz bin ich auf die große Delegation aus Baden-Württemberg innerhalb der deutschen Mannschaft“, sagte er. Von den insgesamt 413 Sportlerinnen und Sportlern des deutschen Teams waren 80 aus Baden-Württemberg gekommen. Dies war die zweitgrößte Landesdelegation.

Große Ehre: Ralf Andrasch darf bei der Eröffnungsfeier der Special Olympics den Eid sprechen. Foto: Special Olympics World Games Berlin 2023 / Annegret Hilse

Ralf Andrasch hat nicht nur beim Ablegen des Eids geglänzt, sondern auch auf dem Spielfeld. Das Finale hat das deutsche Unified-Team zwar unter dubiosen Umständen (Halbfinalgegner Korea durfte trotz des Aus in der Gruppenphase weiterspielen) verpasst, aber das kleine Finale gewann es. „Wir haben nicht Gold verloren, sondern Bronze gewonnen“, sagte Andrasch. Genauso positiv fiel das Fazit von Badmintonspieler Julian Ruback nach zweimal Gold aus. „Ich nehme viel positive Energie mit nach Hause“, sagte der Überlinger. ■

Klaus-Eckhard Jost

Vorbereitung auf Trainerlehrgang

„Willkommen im Sport“: Durch Qualifizierung im Sport soll das Engagement von Geflüchteten gestärkt werden

Im Rahmen des Projekts „Willkommen im Sport“ fand Mitte Juli an der Landessportschule Ruit ein Trainer-Vorbereitungsseminar für Geflüchtete statt. Die Qualifizierungsveranstaltung ist eine speziell auf diese Zielgruppe konzipiertes Angebot zur Förderung der Integration in den organisierten Sport.

Zum Seminar wurden Personen mit Fluchthintergrund, die bereits einen Zugang zum Sportverein gefunden haben, eingeladen. „Ziel des Seminars ist es, die Geflüchteten auf eine Teilnahme an Trainer-Lizenzseminaren vorzubereiten,“ erklärt Sergej Gergert, verantwortlich für das Projekt „Willkommen im Sport“ beim LSVBW.
„Ich habe mich bereits für einen Trainerlehrgang angemeldet und fühle mich durch das Trainer-Vorbereitungsseminar noch mehr motiviert, eine Trainerlizenz im Schwimmen zu erwerben“, sagte Eyad

Gut vorbereitet: Geflüchtete lernen das deutsche Sportsystem kennen. *Foto: LSVBW*

Babakurd. Der 34-jähriger Syrer engagiert sich als Helfer in Tübingen für die Initiative „Schwimmen für alle Kinder“.

Für Trainerlehrgang motiviert

Auch für Laila Golgir Elyaderani (21) aus Afghanistan, die seit acht Jahren in Stuttgart lebt, war das Seminar eine gute Gelegenheit, einen Einblick in die Strukturen des deutschen Sports zu bekommen. „Mein Ziel ist es nun, eine Ausbildung zur Trainerin zu machen. Das Arbeiten mit Menschen macht mir sehr viel Freude und als Trainerin kann ich meinen Verein Muslimischer Frauen unterstützen.“
Diplom-Psychologe Dietmar Czycholl erläuterte den Seminarteilnehmern mögliche psychische Belastungen in Verbindung mit einem Migrationsprozess. Mehrere Studien liefern interessante Ergebnisse dazu. Nach Czycholls Beitrag haben die Seminarteilnehmer lebhaft über ihre persönlichen Erfahrungen diskutiert. ■

Sergej Gergert

„Willkommen im Sport“
ist ein Projekt, das vom DOSB mit seinen Mitgliedsorganisationen und in Baden-Württemberg vom LSVBW in Kooperation mit Sportfachverbänden umgesetzt wird. Es wird gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration, Staatsministerin Reem Alabali-Radovan.

Flagge zeigen für den Sport hat sich gelohnt

66 Vereine aus Baden-Württemberg haben mit ihren Fotos vom bundesweiten Trikottag gewonnen

Bei der Arbeit, beim Einkaufen, in der Schule oder auch an der Uni – viele Sportvereine und ihre Mitglieder und Fans haben sich am bundesweiten Trikottag der Sportvereine beteiligt.

Sie alle haben am 14. Juni im Vereins-Outfit gezeigt, wie sehr ihr Herz für die Sportvereine im Land schlägt. Dazu passt, dass bei der Foto-Aktion mit Preisen im Gesamtwert von mehr als 40.000 Euro etwa 1000 Bilder hochgeladen wurden – eine Rekordbeteiligung. Wieder waren viele überraschende und witzige Motive dabei. Als „Belohnung“ wurden 60 Gutscheine des Trikottag-Partners owayo und sechs Gutscheine von BENZ Sport vergeben – die eine Hälfte der Preise nach Kreativität, die andere Hälfte per Los. Damit das möglich war, geht ein großes Dankeschön an die Trikottag-Partner owayo, Lotto BW und ARAG.
Erstmals gab es beim Trikottag BW auch eine Foto-Aktion für Schulen. Bei der Premiere nahmen etwa 70 Schulen und mehrere Tausend Schülerinnen und Schüler aus Baden-Württemberg teil. Unter allen eingesandten Bilder wurden dabei drei Gutscheine von BENZ Sport verlost. Wir gratulieren allen Gewinnern und freuen uns schon, sicherlich mit unseren Vereinen, auf den Trikottag BW 2024! ■

red

Kreativ: Mitglieder zeigen Flagge für ihren Verein am Trikottag. *Fotos: Privat*

Partner des Trikottags BW 2023 sind
owayo · LOTTO Baden-Württemberg · ARAG

Alle erfolgreichen Vereine
gibt es auf
www.trikottag-bw.de

Kampagne „Freiwilligendienst stärken“ mit Petition an den Bundestag erfolgreich

Mehr als 100 000 Unterschriften sind ein starkes Signal für die Forderungen der Freiwilligen. BWSJ-Jahrgang produziert Video

Die Freiwilligendienste sind eine bewährte Einrichtung, die gute und wichtige Dienste für die Gesellschaft erbringen. Trotzdem sollen die Fördermittel im Bundeshaushalt gekürzt werden. Deshalb haben die Freiwilligendienstleistenden eine Petition an den Deutschen Bundestag verfasst, in der sie eine kontinuierliche Förderung fordern.

In einer Petition an den Deutschen Bundestag, die von aktuellen Freiwilligendienstleistenden aus ganz Deutschland verfasst wurde, wird gefordert, dass die Attraktivität von Freiwilligendiensten gesteigert werden soll: Bund und Länder sollen Maßnahmen mit ausreichend finanziellen Mitteln umsetzen, wie zum Beispiel die kostenlose Nutzung von Nah- und Fernverkehr für Freiwilligendienstleistende, ein höheres Taschengeld angelehnt an den BAföG-Höchstsatz, besseren Zugang zu Wohngeld oder mehr Möglichkeiten, einen Teilzeit-Freiwilligendienst zu absolvieren. Zudem sollen Freiwillige für ihre Leistung bessere Anrechnungsmöglichkeiten, wie Pflichtpraktikumsersatz oder doppelte Wartesemester für ihre spätere Ausbildung oder Studium, erhalten. Damit die Rahmenbedingungen, gerade auch im Hinblick auf die pädagogische Begleitung, spürbar verbessert werden könnten, sei laut Petition mindestens eine Verdreifachung der Mittel durch den Bund und die Bundesländer nötig.

Ohne Freiwilligenengagement fallen wichtige Angebote weg

Das Ziel der Petition, innerhalb von vier Wochen 50.000 Unterschriften zu sammeln, wurde erreicht. Insgesamt wurden 100.512 (Stand: 19.07.2023) Unterschriften erfasst. Zum Erfolg der Petition erklärt die Petentin Marie Beimen: „Die zahlreichen Unterschriften machen deutlich, die aktuellen Bedingungen in den Freiwilligendiensten sind bereits länger nicht mehr tragbar! Dass gerade jetzt die Bundesregierung die Freiwilligendienste zusammenkürzen will und in Kauf nimmt, dass jeder vierte Platz in einer Einsatzstelle wegfällt, ist eine Katastrophe. Wir werden bei unserer Anhörung ganz klar machen: Wir brauchen jetzt eine Stärkung, keine Streichung.“

Der nächste Schritt ist nun die Weiterleitung der Petition durch den Petitionsausschuss an die Bundesregierung, bei welcher um eine Stellungnahme gebeten wird. Die Petenten werden – voraussichtlich im Herbst 2023 – zu einer öffentlichen Sitzung des Bundestags eingeladen und können die Inhalte der Petition persönlich vorstellen. Ergibt die Beratung im Petitionsausschuss, dass die Petition insgesamt oder teilweise begründet ist, fasst der Deutsche Bundestag auf Empfehlung des Petitionsausschusses einen entsprechenden Beschluss, der der Bundesregierung übermittelt wird.

Wichtig ist dies insbesondere vor dem Hintergrund der geplanten drastischen Haushaltskürzungen im Bundeshaushalt 2024 und 2025, die auch die Freiwilligendienste betreffen werden. Die vorläufigen Zahlen sehen Kürzungen im Bundesfreiwilligendienst von 154 auf 95 Mio. Euro vor. Im Freiwilligen Sozialen Jahr bzw. in den Jugendfreiwilligendiensten ist voraussichtlich mit Kürzungen von 120 auf 95 Mio. Euro zu rechnen. Zudem sind für 2025 weitere Kürzungen geplant. Somit kann im schlimmsten Fall im Vergleich zum Jahr 2023 jeder dritte Freiwilligendienstplatz nicht mehr finanziert werden. Dies kann auch die BWSJ ab dem Jahrgang 2024/2025 mit Start im August bzw. September 2024 betreffen. Es liegt nun an der Bundesregierung, die Weichen des geplanten Haushalts im November 2023 neu zu stellen.

Freiwilligendienste leisten unbezahlbare Arbeit in den Sportvereinen

Der BWSJ-Vorsitzende Jens Jakob steht ebenfalls hinter der Petition und dem Appell: „Die Freiwilligendienstleistenden tragen konkret dazu bei, unser soziales Zusammenleben lebenswerter, solidarischer und nachhaltiger zu gestalten. Sie leisten unbezahlbare Arbeit in unseren Vereinen.“ In Zeiten des Mangels an Lehrern, Übungsleitern und weiteren Engagierten benötigen Sportvereine und Schulen jede helfende Hand. Da die Freiwilligendienstleistenden im gesamten Land als Übungsleiter und Co. tätig sind, werden von den Haushaltskürzungen auch viele Kinder und Jugendliche betroffen sein. Jeden Tag zeigt sich der gesellschaftliche Mehrwert eines Freiwilligendienstes. Vor diesem Hintergrund appelliert Jakob eindringlich an die Bundesregierung, das junge Engagement im Sport auf Bundesebene zu unterstützen und die Freiwilligendienste in Deutschland zu stärken!

Die aktuellen Freiwilligen der BWSJ haben in Form eines Videos zur Unterstützung der Petition aufgerufen. Zusätzlich wurden Unterschriftenlisten gesammelt und zur Online-Unterzeichnung aufgefordert. Die BWSJ hat Hoffnungen, dass die Stellungnahme der Bundesregierung zum Wohle der Freiwilligendienste ausfällt, um diese zu stärken, anstatt mit Haushaltskürzungen zu schwächen. ■

Julia Semesch

Herzlichen Glückwunsch, Gundolf Fleischer!

Der LSVBW gratuliert seinem Vizepräsidenten zu dessen 80. Geburtstag

Gundolf Fleischer ist der Dauerbrenner des Badischen Sportbundes Freiburg (BSB). Seit mehr als 28 Jahren steht der Jurist an der Spitze des BSB. Satzungsgemäß ist Fleischer damit auch Vizepräsident des Landessportverbandes Baden-Württemberg (LSVBW). Zudem fungiert er als Vorsitzender des Olympia-Stützpunktes Freiburg e.V..

Seit 28 Jahren BSB-Präsident und LSVBW-Vizepräsident: Gundolf Fleischer. *Foto: LSVBW/Martin Stollberg*

In mehreren Landesregierungen bekleidete Gundolf Fleischer das Amt eines Staatssekretärs. Als Vertreter des Sports handelte er die mittlerweile vier Solidarpakte Sport mitverantwortlich aus. „In den Verhandlungen zu den Solidarpakten hat Gundolf Fleischer seine ganze politische Erfahrung eingebracht“, lobt LSVBW-Präsident Jürgen Scholz. 35 Jahre lang hat Fleischer den Wahlkreis Breisgau im baden-württembergischen Landtag vertreten. Dabei setzte er sich unter anderem für moderne Wettkampf- und Trainingsstätten in der Region Südschwarzwald ein. Zum Beispiel die Hochfirstschanze in Titisee-Neustadt, das Nordic-Center Notschrei oder das Schanzenzentrum in Hinterzarten. Am 22. Juli hat der in Mittelburg (Sachsen) geborene Fleischer seinen 80. Geburtstag gefeiert. ■

red

Dank Lotto BW!

Mit Unterstützung von: LOTTO Baden-Württemberg

Neue Trainingshalle für den Budo-Circle Konstanz e. V.

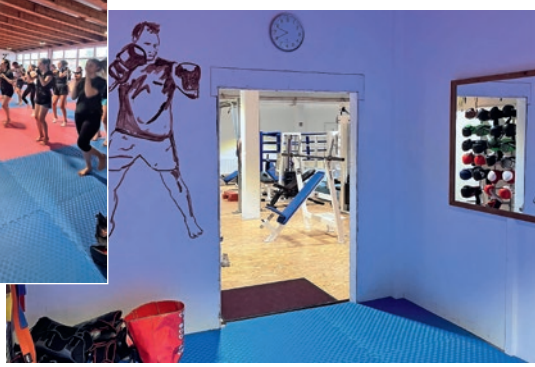
Kickboxen, Thaiboxen, Selbstverteidigung und Boxen als Fitness-Training: Im Budo-Circle Konstanz e. V. stecken Kampf- und Wandkunst, Fitness und Spaß am Sport unter einem Dach.

Seit Februar 2022 ist die Trainingsstätte des Vereins im Konstanzer Industriegebiet nahe des Seerheins zu Hause. 17 Trainer leiten die Mitglieder in verschiedenen Kampfsportarten an allen Wochentagen an. Die eher männlich konnotierten Sportarten sind im Budo-Circle Sport für alle; der Verein hat einen Frauenanteil von 50 Prozent, und von 350 Mitgliedern kommen rund 100 Kinder und Jugendliche ins regelmäßige Training. Besondere Trainingsfreude löst seit Neuestem das Pole-Fitness-Angebot aus: Training von Kraft und Beweglichkeit an der Stange.

Als die marode alte Trainingsstätte nicht mehr nutzbar war, begann ein lange Suche nach neuen Räumen. Eine Zeitlang musste das Training ausgesetzt werden, die Stadt Konstanz unterstützte dann mit Hallenzeiten, und schließlich konnte eine Werkshalle gefunden werden, welche sich zum Umbau in ein Trainingszentrum eignete. Das Gebäude wurde entkernt und drei abgeschlossene Trainingsräume, ein offener Kraftraumbereich und ein Aufenthaltsraum, dazu Umkleide- und Sanitärräume, eingebaut. Die alte, marode Versorgungstechnik der Halle musste komplett erneuert werden. Mit vielen gesponserten Baumaterialien und, wo es möglich war, der Erhaltung der ursprünglichen Bauteile, konnten die Kosten im möglichen Rahmen gehalten werden. Dazu stemmten die Vereinsmitglieder mit einem Höchstmaß an Eigenleistung und viel Kreativität unter der zusätzlichen Belastung der Pandemiezeit ihr Bauprojekt. Die Kosten in Höhe von fast 97.000 Euro wurden durch Eigenmittel, Spenden und Darlehen bewältigt. Der Badische Sportbund Freiburg bezuschusst das Projekt mit 28.980 Euro aus dem Wettmittelfonds des Landes.

Sport im Verein ist eben besser – dank Toto-Lotto! ■

Nina Rosenplänter



Die neue Trainingsstätte des Budo-Circle Konstanz. *Fotos: Verein*