

SPORT *forum*

Das Magazin des Landessportverbandes Schleswig-Holstein



Rückblick

SPORTABZEICHENTOUR – FINALE IN BÜSUM

Auszeichnung

**DORIS BIRKENBACH BEIM SOMMERFEST
DES BUNDESPRÄSIDENTEN**

Fachtag

**„PFLEGE IN BEWEGUNG –
ALTER IN BEWEGUNG“**





E.ON Hanse Cup

Die weltbesten Achter.

Vom 9. bis 11. September 2011 holt E.ON Hanse wieder die weltbesten Achter auf den Nord-Ostsee-Kanal in Rendsburg. Fiebern Sie mit beim härtesten Ruderrennen der Welt. E.ON Hanse: voller Energie für den Sport und die Menschen in der Region.

www.eonhansecup.com

e-on | Hanse

Medienpartner





Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

„Täglich Sport kann Leben verlängern“, lautete die Überschrift eines Artikels in den Kieler Nachrichten Mitte August. „Schon eine knappe Viertelstunde Sport jeden Tag reicht nach Erkenntnissen taiwanischer Wissenschaftler aus, um die Lebenserwartung um durchschnittlich drei Jahre zu verlängern.“ Fest steht, dass eine körperlich aktive Lebensweise nicht nur einen positiven Einfluss auf die Lebenserwartung, sondern auch auf die Lebensqualität hat. Besonders empfehlenswert ist der Sport in der Gruppe. Diesen Aussagen stehen die Ergebnisse der repräsentativen Umfrage gegenüber, die wir in der letzten Ausgabe des Sportforums vorgestellt haben: „Viele Deutsche über 50 sind Sportmuffel.“

Wie können wir es schaffen, noch mehr Menschen zu motivieren, sich zu bewegen, um in den Genuss der positiven Auswirkungen zu kommen? Dieses ist nicht nur eine Fragestellung, die das Individuum betrifft, sondern auch eine sportpolitische und gesellschaftliche Aufgabe.

Welche Rolle spielt in diesem Zusammenhang der organisierte Sport? Der Landessportverband (LSV) entwickelt seit mehr als zehn Jahren Konzepte und Programme für ältere Menschen, die in Kooperation mit den Verbänden und Sportvereinen vor Ort erfolgreich umgesetzt werden. Die Mitgliederzahlen der Menschen, die älter als 60 Jahre sind, steigen kontinuierlich an. Dies ist allerdings kein Grund, in den Anstrengungen nachzulassen. Der Seniorensport ist keine Nische, sondern eine wichtige, äußerst vielfältige und zukunftsrelevante Aufgabe mit einem großen Potenzial. Die Vielfalt liegt nicht nur in der Angebotspalette: Schnuppertage „Fit ins Alter“, Landeskonferenzen Seniorensport, Fachtage, Projekte wie „Gesund und bewegt“ oder „AKTIV 70PLUS“, Übungsleiterschulungen etc. sind wichtige Bausteine. Auch die sportpolitische Relevanz ist vielschichtig: Demografische Entwicklung, Gesundheitsprävention im Alter und ehrenamtliche Arbeit im Seniorensport sind nur einige Stichworte.

Es liegt auf der Hand, dass die oben genannten Herausforderungen nicht vom organisierten Sport alleine bewältigt werden können. Hierfür bedarf es eines funktionierenden Netzwerkes. Sportvereine und -verbände, Kommunen, Alten- und Pflegeeinrichtungen, Verbände der freien Wohlfahrtspflege und Senioren-Organisationen sollten an einem Strang ziehen. Auch in diesem Punkt ist der LSV auf einem guten Weg. Die Fachtagung „Netzwerkbildung im Senioren- und Gesundheitssport“ im letzten Jahr hatte eine große Resonanz. Am 10. September findet der Fachtag „Pflege in Bewegung – Alter in Bewegung“ in Zusammenarbeit mit unserem Kooperationspartner, dem Forum Pflegegesellschaft statt. Darüber hinaus wird die kommunale Vernetzung von Sportvereinen und Seniorenbüros im Rahmen des „Bewegungsnetzwerkes 50+“ aktiviert.

Ein hohes Maß an Engagement und Kontinuität ist nötig, um diese Aufgabenvielfalt zu bewältigen. Besonders kleine und mittlere Vereine brauchen Unterstützung, die nur gewährt werden kann, wenn den Entscheidungsträgern diese wichtige Zukunftsaufgabe nicht nur bewusst ist, sondern sie auch angenommen wird, indem die finanziellen und personellen Voraussetzungen auch in schwierigen Zeiten geschaffen werden. Nur dann kann die Chance, sich auf dem Markt „Seniorensport“ zu positionieren, in Zukunft genutzt werden.

Sönke-Peter Hansen
Vorstandsmitglied im LSV Schleswig-Holstein

Im Fokus

Deutsches Sportabzeichen: 2.000 Besucher beim Tour-Finale am Strand von Büsum	4,5
Doris Birkenbach auf dem Sommerfest des Bundespräsidenten	6
Fachtag „Pflege in Bewegung – Alter in Bewegung“ am 10. September in Kiel	7

LSV-Info

Blau Weiß Wittorf macht mobil	8
Workshops zum Thema „Fit ins Alter“ am 17. September in Eckernförde -	9
„Familien raufen (sich) zusammen“ – Gemeinsam auf die Matte!	10
Neuer Vorstand bei der NADA	10
Dritter Sportentwicklungsbericht analysiert Situation der Vereine	11
Bewerbungsschluss für LSV-E.ON Hanse Energie- und Umweltpreis	11
Das LSV-Bildungswerk informiert: Seminare im September	12,13
Mitglieder des „Team-SH“ im Porträt: Kirsten Bruhn Sportjugend Schleswig-Holstein	14 14-18
Schwer was los im Sport- und Bildungszentrum	20

Vereine und Verbände

Auszeichnung für Spitzensport-Familie und Ehrenamts-Familie	21
HERTZ-Sonderrabatte für LSV-Mitglieder	22
Reaktion des DOSB auf die Stellungnahme der EU-Kommission zum Entwurf des Glücksspielstaatsvertrages	22
Tischtennisverband zu Kooperationsgesprächen in Montenegro	23
Köpfe Klubs Ideen: Das „Familienunternehmen“ LK Weiche Flensburg besticht durch seine unzähligen Ideen	24,25

Service

Jahrbuch des Sports 2011/2012 erschienen 91.000 Sportvereine können Softwarespenden von Microsoft erhalten	26
Gut zu wissen – Fragen und Antworten zur Sportversicherung	27
Lubinus Clinicum informiert: Das Karpaltunnelsyndrom	28
Der direkte Draht zum LSV	26
Steuerhotline	26
Impressum	26
Titelfoto: Der Nachwuchs auf dem Weg zum Sportabzeichen	



Deutsches Sportabzeichen:

2.000 Besucher beim Tour-Finale am Strand von Büsum

Olympiasieger, Schulkinder, Feriengäste und Trimmy gemeinsam sportlich aktiv

Bei herrlichem Urlaubswetter ist am 18. August im Nordseeheilbad Büsum die Sportabzeichen-Tour 2011 des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) zu Ende gegangen: Für die rund 2.000 Besucher stand dabei vor allem der Spaß und das Lebensgefühl „Sport“ im Mittelpunkt. In der Perlebucht konnten sie ihre eigene Fitness testen und das Sportabzeichen bei optimalen Bedingungen unter freiem Himmel ablegen. Sprinten am Strand und Weitsprung in den Seesand waren auch für die Sportabzeichen-Veteranen eine ganz besondere Herausforderung, die ihnen lange in Erinnerung bleiben wird.

Frühaufsteher kamen schon gegen sieben Uhr, um die Disziplinen des Deutschen Sportabzeichens zu absolvieren. Auch Frank Busemann, der die Sportabzeichen-Tour dieses Jahr schon zum dritten Mal für kinder+Sport begleitete, war zeitig im Einsatz. Im ARD-Morgenmagazin berichtete der Silbermedaillen-Gewinner im Zehnkampf der Olympischen Spiele von Atlanta 1996 live aus Büsum. Mit dabei war auch die 88 Jahre alte Sportabzeichen-Pionierin Hanna Mecklenburg, die schon 63 Mal die Prüfung für den Fitnessorden abgelegt hat.

„Nach Langeoog im vergangenen Jahr zog es die Sportabzeichen-Tour zum zweiten Mal für ihr Finale an den Strand“, sagte Gisela Hinnemann aus dem DOSB-Präsidialausschuss Breitensport und Sportentwicklung: „Wir freuen uns, dass der Landessportverband Schleswig-Holstein und der Kreissportverband Dithmarschen uns diesen außergewöhnlichen Rahmen in Büsum zur Verfügung gestellt und mit ihrer Organisation dazu beigetragen haben, dass die Sportabzeichen-Tour einen würdigen Abschluss erhalten hat. Veranstaltungen wie diese zeigen, wie vielseitig das Sportabzeichen ist.“

LSV-Präsident Dr. Ekkehard Wienholtz sagte: „Wir freuen uns, dass wir nach dem Start der Sportabzeichen-Tour in Bargtheide auch das große Finale in Schleswig-Holstein ausrichten durften.“ Zugleich verwies er mit Blick auf eine teilnehmende Schulklasse von der Astrid-Lindgren-Förderschule aus Meldorf, in der Kinder mit geistig und/oder körperlichen Behinderungen lernen, auf das

Verbindende des Fitnessordens: „Die große Bedeutung des Deutschen Sportabzeichens für die Integration von Menschen mit Behinderung zeigt sich auch hier beim sportlichen Miteinander von Kindern und Jugendlichen mit und ohne Behinderung.“

Auf der direkt vor der Nordseeküste aufgeschütteten 100.000 Quadratmeter großen Sandinsel in der Perlebucht fanden die Besucher Sprunggruben, konnten Werfen und Kugelstoßen. Durch die großen Flächen der Vorspülung ist vor Büsum ein Wasserbecken entstanden, in dem sich Schwimmer unabhängig von den Gezeiten den Sportabzeichen-Prüfungen stellen konnten.

Das sportlich-maritime Flair zog auch prominente Sportlerinnen und Sportler an. Neben Frank Busemann waren der dreimalige Kanu-Olympiasieger Andreas Dittmer und Skilanglauf-Olympiasiegerin Claudia Nystad in Büsum für die Sparkassen-Finanzgruppe mit dabei. Darüber hinaus unterstützte die zweimalige Weitsprung-Olympiasiegerin Heike Drechsler als Gesundheitsexpertin der BARMER GEK aktiv die Veranstaltung. Angefeuert wurden die Freizeitsportler, wie an allen Tour-Orten, von einem alten Bekannten, Trimmy, dem offiziellen Maskottchen des DOSB.

Um die Sportabzeichen-Begeisterung im ganzen Land spürbar werden zu lassen, geht der DOSB mit dem Deutschen Sportabzeichen seit 2004 auf Deutschland-Tournee. 2011 machte die Tour gemeinsam mit den nationalen Förderern des Deutschen Sportabzeichens – der Sparkassen-Finanzgruppe, BARMER GEK und kinder+Sport – an zehn Stationen in ganz Deutschland Werbung für den Fitnessorden.

Die Bilanz der Veranstaltungsreihe im Jahr 2011 kann sich sehen lassen: Überall war es trocken und warm – die Teilnehmerinnen und Teilnehmer fanden perfekte Bedingungen vor. Über 20.000 Sportbegeisterte nutzten bundesweit die Tour-Stationen, um sich dem Fitnessstest zu unterziehen.

DOSB/LSV



Ein persönlicher Reisebericht einer Sportfunktionärin

Doris Birkenbach auf dem Sommerfest des Bundespräsidenten



Doris Birkenbach und Sohn Tom zu Beginn des Festes vor dem Schloss Bellevue

Manchmal geschehen Dinge, die man komplett nicht auf der Rechnung hat und die einen gewissen surrealen Charakter besitzen – auch wenn man in seinem „langen“ Sportlerleben schon Einiges gesehen und erlebt hat. Eine Einladung zum Sommerfest des Bundespräsidenten gehörte für mich bisher definitiv dazu. Als Ende Mai genau diese Einladung zum 1. Juli in Berlin in meinem Briefkasten lag, war das so ein Moment.

Überraschung, Freude, Ungläubigkeit, Begeisterung, Dankbarkeit, Stolz, Aufregung, sogar ein wenig Angst, all das purzelte in kürzester Zeit durch meinem Kopf. Doch schnell gewannen die Freude und Dankbarkeit zusammen mit dem Stolz die Oberhand und zauberten ein breites Lächeln in mein Gesicht, das dort für lange Zeit nicht mehr weg ging. Doch schon tauchte die bange Frage auf: „Was ziehe ich an?“ Glücklicherweise ließ sich auch dieses Problem nach ausführlichen Beratungen mit Freunden und Bekannten, die alle erfreut Anteil an meiner Auszeichnung nahmen, zu meiner größten Zufriedenheit lösen. Als Begleitung wurde mein ältester Sohn Tom, Student und Rugbyspieler aus Kiel, auserkoren, von meinem Arbeitgeber eine Dienstbefreiung eingeholt und so stand einer erlebnisreichen Reise nach Berlin nichts mehr im Wege.

Bereits am Donnerstag, den 30. Juni, machten wir uns auf den Weg. Schon auf der Autobahn, dem Stadtring Berlin, grüßte uns der Werbeslogan: Sei anspruchsvoll... sei vielseitig ... sei bunt ... sei Berlin! Das klang wie ein Versprechen und das war es dann auch. Genau mit diesen Attributen lässt sich dieses außergewöhnliche Bürgerfest wohl am besten beschreiben: anspruchsvoll – vielfältig – bunt. Insgesamt über 5.000 geladene Gäste nahmen an diesem Festereignis teil. Viele hatten wie ich die Einladung als eine Auszeichnung für ihr bisheriges ehrenamtliches Engagement erhalten, aber auch viel Prominenz aus Politik, Sport und Fernsehen war dort anzutreffen. In seiner Begrüßungsrede dankte der Bundespräsident Christian Wulff den Anwesenden für ihren großen, unentgeltlichen Einsatz zum Wohle der Gesellschaft und hob noch einmal die herausragende Stellung des Ehrenamtes hervor. Gleichzeitig bat er darum, in dem Bemühen nicht nachzulassen und auch andere Menschen anzusprechen und für diese Arbeit zu gewinnen. Und er forderte die Anwesenden auf, miteinander ins Gespräch zu kommen, einander von den zum großen Teil sehr außergewöhnlichen Ideen und Projekten zu berichten und so eine Menge Anregungen für die

weitere Arbeit mit nach Hause zu nehmen. Ich habe an diesem Abend davon reichlich Gebrauch gemacht und eine Menge hochinteressanter Menschen kennen gelernt, unterhaltsame Gespräche geführt und sehr viele nette Erlebnisse gehabt. Anspruchsvoll, vielfältig und bunt – dies galt aber nicht nur für die Gäste des Sommerfestes. Auch das Rahmenprogramm bot jede Menge Anregungen, Unterhaltung und Spaß. Im Laufe des Abends wurden immer wieder einzelne ehrenamtliche Projekte vorgestellt, die besonders gut zum Slogan des Festes „Zusammenhalt fördern“ passten. Beeindruckend für mich war, dass sich besonders viele junge Menschen mit teilweise sehr kreativen Ideen und Projekten u.a. für die Integration von Migrantinnen und Migranten, dem Zusammenleben verschiedener Generationen und dem besseren Miteinander von Menschen mit und ohne Handicap einsetzen. Auffällig war auch, dass sich sehr viele Frauen für diese und andere Projekte engagieren. LSV Präsident Dr. Wienholtz hätte daran sicher viel Freude gehabt. Ist es ihm doch ein großes Anliegen, viele Frauen für das Ehrenamt anzusprechen und zu gewinnen.

Neben all diesen vielfältigen Begegnungen, Eindrücken, und Anregungen kamen aber auch der Spaß und das Vergnügen nicht zu kurz. In dem weitläufigen Schlosspark gab es mehrere kleine und große Bühnen, auf denen ein anspruchsvolles, vielfältiges und buntes Unterhaltungsprogramm mit Musik von Klassik bis Rock und Pop, Theater und Varieté geboten wurde. Und auch die kulinarischen Angebote ließen keine Wünsche offen. Den Abschluss dieses einmaligen Abends bildete eine Lasershow mit Feuerwerk. Die Gäste, die dann immer noch nicht gehen wollten, hatten Gelegenheit, das Fest auf der Tanzfläche ausklingen zu lassen und so endete für mich dieser unvergessliche Abend neben dem Bundespräsidenten tanzend im Schlossgarten Bellevue.

An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal ausdrücklich bei den Verantwortlichen des Landessportverbandes Schleswig – Holstein bedanken. Ihre Eingabe hat es mir letztendlich ermöglicht, Gast auf dem Sommerfest des Bundespräsidenten zu sein. Doch auch all den Menschen, die mich bei meiner ehrenamtlichen Tätigkeit unterstützen, gilt mein Dank. Den größten Teil meiner Ideen und Projekte könnte ich ohne die vielen Mitstreiterinnen und Mitstreiter gar nicht umsetzen. Übrig bleiben neben vielen, vielen Eindrücken vor allem Freude und Dankbarkeit, die ich mit in meine weitere Arbeit nehme und die mich sicherlich bei vielen weiteren Ideen und Projekten tragen werden.

Doris Birkenbach
Vizepräsidentin Frauen/Entwicklung/Breitensport
Handballverband Schleswig - Holstein



Doris Birkenbach mit dem Ex-Handball-Bundestrainer der Männer, Heiner Brand und der Bundesvorsitzenden von Bündnis 90/Die Grünen, Claudia Roth.

Fachtag „Pfleger in Bewegung – Alter in Bewegung“ am 10. September in Kiel

Mehr Gesundheit durch Sportvereine in Pflegeeinrichtungen

Der Landessportverband Schleswig-Holstein (LSV) kooperiert mit dem Forum Pflegegesellschaft. In diesem Zusammenhang veranstalten beide Partner am 10. September 2011 im Wissenschaftspark Kiel, Fraunhofer Straße 13, den gemeinsamen Fachtag „Pfleger in Bewegung – Alter in Bewegung“.

Es existieren bereits einige Kooperationen zwischen Senioreneinrichtungen und Sportvereinen in Schleswig-Holstein. Der Kreissportverband Neumünster, der TUS Holtenau und der VfL Pinneberg stellen auf dem Fachtag „Best-Practice“-Beispiele vor.

Ein weiteres Thema wird die betriebliche Gesundheitsförderung für die Mitarbeiter in Pflegeeinrichtungen sein. Eingeladen sind Vertreter der Kreissportverbände, der Sportvereine und Übungsleiterinnen und Übungsleiter. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldungen sind noch möglich. Das Programm und die Anmeldung finden Sie unter www.lsv-sh.de/Aktuelles.

Weitere Informationen gibt es bei: **Brigitte Roos, Referentin für Seniorensport**
brigitte.roos@lsv-sh.de, Tel.: 0431/6486-217



Programm

„Pfleger in Bewegung - Alter in Bewegung“ - Mehr Gesundheit durch Sportvereine in Pflegeeinrichtungen Samstag, 10. September 2011 im Wissenschaftspark Kiel

9.00 Uhr	„Come together“ bei Kaffee und Tee
9.15 Uhr	Grußworte Wolfgang Beer, Vizepräsident des Landessportverbandes S-H (LSV S.-H.) Roland Weißwange, Forum Pflegegesellschaft S.-H. Grußwort – Pflegeheime als Sportstätten Dr. Bettina Bonde, Staatssekretärin im Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein
10.00 Uhr	Netzwerk „Alter in Bewegung“ Brigitte Roos, Referentin für Seniorensport (LSV S.-H.) Holger Rohde, Forum Pflegegesellschaft S.-H.
10.15 Uhr	Sportvereine in Einrichtungen - Best Practice-Beispiele (TuS Holtenau, VfL Pinneberg, Kreissportverband Neumünster)
11.00 Uhr	„Sport für Mitarbeitende in der Pflege – betriebliche Gesundheitsförderung“ Dr. Elisabeth Kärcher, Brigitte Roos
11.30 Uhr	Kaffeepause mit Imbiss, Wii Präsentation
12.00 Uhr	Wii-Konsole als Angebot für Senioren Henning Fietze, Offener Kanal , Kiel
12.30 Uhr	Podiumsgespräch mit Zusammenfassung und Ausblick Moderation: Thomas Niggemann, Geschäftsführer LSV S.-H.
13.00 Uhr	Ende der Veranstaltung



Tagungsort: wissenschaftspark Kiel, Fraunhofer Str. 13, 24118 Kiel

Anmeldungen werden erbeten an das Forum Pflegegesellschaft, c/o. bpa
 Hamburger Chaussee 8, 24114 Kiel, FaxNr. 0431 78 017 63, Tel.: 0431 78 017 62
 eMail: Schleswig-Holstein@bpa.de
 Die Teilnahme ist kostenlos.

Mit „AKTIV 70PLUS“ zum Erfolg

Der Neumünsteraner Sportverein Blau Weiß Wittorf macht mobil



Wie kann ich Menschen über 70 Jahre motivieren, sich regelmäßig zu bewegen? Diese Frage hat sich auch Blau Weiß Wittorf gestellt. Der Verein hat zusammen mit dem Landessportverband Schleswig-Holstein (LSV) das Projekt „AKTIV 70PLUS“ als einer von rund 70 Vereinen in den letzten Jahren in Schleswig-Holstein erfolgreich umgesetzt: Seit 2009 wurden vier Kurse mit fast 50 Teilnehmerinnen und Teilnehmern durchgeführt. Die Aktion war so erfolgreich, dass mehr als 30 Bürgerinnen und Bürger in den Sportverein eingetreten sind.

Folgende Erfolgsfaktoren des Projektes konnten herausgearbeitet werden:

Dauerhaftes Angebot: Auch nach Beendigung des 12-wöchigen Kurses hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Möglichkeit, mit ihrer Gruppe und Übungsleiterin weiterhin zu trainieren.

Soziale Komponente: Über das Sportangebot hinaus finden bei Blau Weiß Wittorf zahlreiche gesellige Veranstaltungen statt.

Qualifiziertes Training: Die Gruppen werden von gut ausgebildeten, engagierten Übungsleiterinnen, die vom LSV speziell geschult wurden, geleitet.

Zeit und Ort: Eine „angenehme“ Übungszeit und geeignete Räumlichkeiten sollten zur Verfügung stehen. Eine Sporthalle ist nicht zwingend erforderlich.

Kontinuität: Es sollte sich um ein kontinuierliches Angebot ohne Unterbrechungen handeln.

Gute Sachinformationen: Einerseits benötigen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausführliche schriftliche Informationen über den Kurs, das Programm und den Verein, andererseits muss auch der Verein vollständige Teilnehmerlisten erhalten.

Kurze Kündigungsfrist: Die Kündigung der Mitgliedschaft sollte monatlich möglich sein.

Überschaubare Gruppengröße: Die Teilnehmerzahl sollte auf 15 begrenzt werden.

„Mit der Übungsleiterschulung „AKTIV 70PLUS“, die über drei Tage in Malente stattgefunden hat, ist der Verein auf der sicheren Seite. Die Übungsleiterinnen wurden sehr gut vorbereitet. Das Projekt ist gut durchdacht und organisiert. Die Zusammenarbeit mit dem Referat Seniorensport beim Landessportverband klappt ausgezeichnet“, fasst Diethard Lienke, bisheriger Seniorensportbeauftragter beim KSV Neumünster, zusammen. „Zusätzlich zum Kurs erhält jeder Teilnehmer einen UHU-Kalender; die UHU's sind die Unter-Hundertjährigen bei Blau Weiß Wittorf. Darin wird ein abwechslungsreiches, geselliges und kostenloses Programm des Vereins für ältere Menschen angeboten. Bei Blau Weiß Wittorf findet jeder ältere Bürger ein bisschen Heimat in seinem Verein“, so Lienke weiter. Weitere wichtige Erfolgsfaktoren bei Blau Weiß Wittorf sind das ehrenamtliche Engagement der Verantwortlichen und das bemerkenswert gut funktionierende Netzwerk „Seniorensport“ in Neumünster: Der Kreissportverband, die Sportvereine, die Stadt und das Seniorenbüro arbeiten gut zusammen. Seit einiger Zeit gibt es auch Kooperationen mit Seniorenwohnanlagen.

Blau Weiß Wittorf: Diethard Lienke geht – Michael Lindner kommt

Diethard Lienke war über zwölf Jahre Seniorensportbeauftragter des KSV Neumünster. In dieser Funktion pflegte er immer einen guten Kontakt zum Referat Seniorensport beim LSV. Er hat in Neumünster zahlreiche Veranstaltungen ins Leben gerufen bzw. organisiert.

Dazu gehören u.a. „Fit ins Alter“ – „Komm mit! – Mach mit!“, Aktionswochen des Seniorensports mit kostenlosen Übungsstunden und Schnupperangeboten in allen Neumünsteraner Sportvereinen, eine Fotoausstellung zum Seniorensport sowie Vorträge zu Themen aus dem Bereich Gesundheitssport.

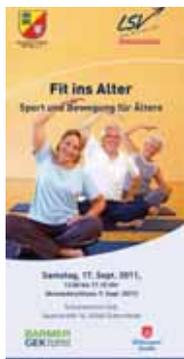
„Wir danken Diethard Lienke für sein langjähriges ehrenamtliches Engagement im Seniorensport und seine aktive Teilnahme an den regelmäßigen Tagungen der Seniorensportbeauftragten beim LSV und wünschen ihm für die Zukunft alles Gute, vor allem Gesundheit“, resümiert die Referentin für Seniorensport, Brigitte Roos.

Lienkes Nachfolger, Michael Lindner, ist im organisierten Sport ebenfalls kein unbeschriebenes Blatt: Er war jahrelang im Ausschuss Breitensport des LSV und beim Kreisturnverband Neumünster aktiv. Sein Verein ist der SV Tungendorf. Seit Frühjahr 2011 ist er 3. Vorsitzender des KSV Neumünster und Seniorensportbeauftragter. Brigitte Roos schaut positiv in die Zukunft: „Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Michael Lindner und die Kontinuität in der Zusammenarbeit mit dem KSV Neumünster und den Neumünsteraner Sportvereinen.“



„Fit ins Alter“ am 17. September 2011

Sport und Bewegung für Ältere – Workshops im Schulzentrum Süd in Eckernförde



Die Veranstaltung „Fit ins Alter“, die bereits zum elften Mal stattfindet, wird organisiert vom Kreissportverband Rendsburg-Eckernförde, unterstützt vom Landessportverband Schleswig-Holstein.

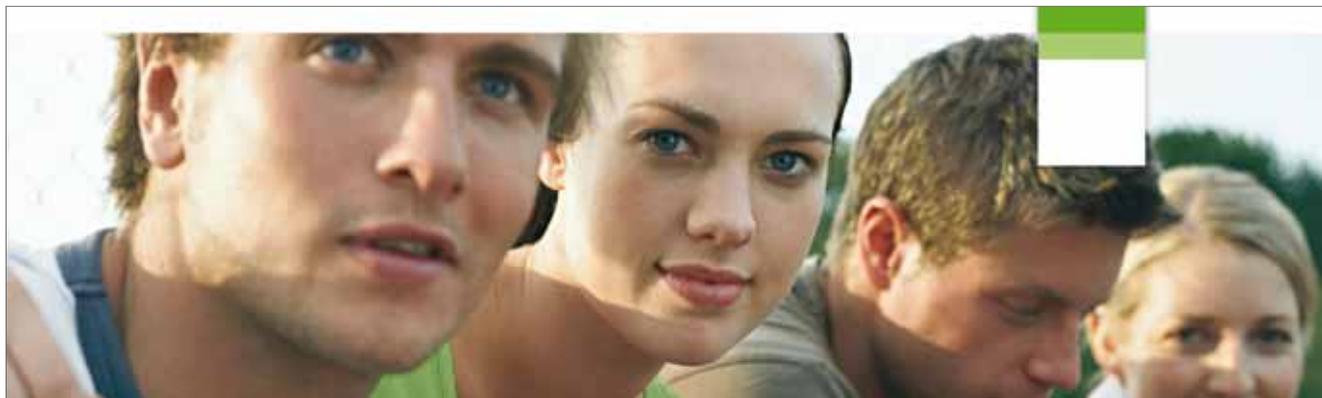
In 20 Mitmachangeboten (Workshops) haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Möglichkeit, verschiedene Sport- und Bewegungsangebote der Sportvereine im Kreis Rendsburg-Eckernförde kennen zu lernen. Die Angebotspalette reicht vom „Flow-Tonic-Training“ über „Yoga-Balance“ und „Sport in der Krebsnachsorge“ bis hin zu einem „Barfuß-Parcours“. Die Kurse sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Die Schnupperangebote sollen einen sportlichen Einstieg oder Wiedereinstieg ermöglichen. Sie werden unter fachlicher Anleitung durchgeführt. Dieses Angebot richtet sich an alle älteren Menschen, die Lust auf Bewegung haben, aber auch an Übungsleiterinnen und Übungsleiter. Die Teilnahmegebühr beträgt 15 Euro. Die Bezahlung erfolgt vor Ort.

Den Flyer mit detaillierten Informationen zu den Workshops finden Sie im Internet zum Downloaden unter www.lsv-sh.de/Aktuelles.

LSV/ro

AUSZUG AUS DEM PROGRAMM

FLOW TONIC FÜR RÜCKEN, SCHULTERN UND BEINE
 GESUNDER KÖRPER/GESUNDER RÜCKEN
 RÜCKEN, SCHULTER UND ARME MIT DER TUBE ODER THERABAND
 DENKEN UND BEWEGEN
 YOGA BALANCE
 PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG
 SPORT IN DER KREBSNACHSORGE
 SPORT FÜR ATEMWEGSERKRANKUNGEN
 SWINGEN MIT LINDY HOP
 YOGA IM ALLTAG
 YOGA FÜR MÄNNER
 TRAUMREISEN/ENTSPANNUNG
 MODERN LINEDANCE
 LANGSAMER WALZER / RUMBA / BLUES
 AKTIV 70+
 FUNKTIONSGYMNASTIK
 BARFUSS-PARCOUR



Gut vorbereitet!

Mit unseren **Bewerbertipps für einen stressfreien Start ins Berufsleben!**

Die Jugendberater der BARMER GEK helfen Ihnen bei allen Fragen rund um Gesundheit, Berufsstart und Ausbildung. Nutzen Sie unser kostenloses Serviceangebot für eine stressfreie Zeit!

Übrigens: Top-Infos gibt es unter www.barmer-gek.de/berufsstart. Die Seite mit aktuellen Tipps, Adressen und Links zu allen wichtigen Themen, zum Beispiel:

- Erfolgreiche Bonusprogramme
- attraktive Wahltarife
- exklusive Zusatzversicherungen
- www.barmer-gek.de

**BARMER
 GEK** die gesund
 experten

**BARMER GEK
 Schleswig-Holstein**

Hopfenstraße 1c
 24114 Kiel
 Telefon 0800 33 20 60 850
schleswig-holstein@barmer-gek.de

„Familien raufen (sich) zusammen“ – Gemeinsam auf die Matte!

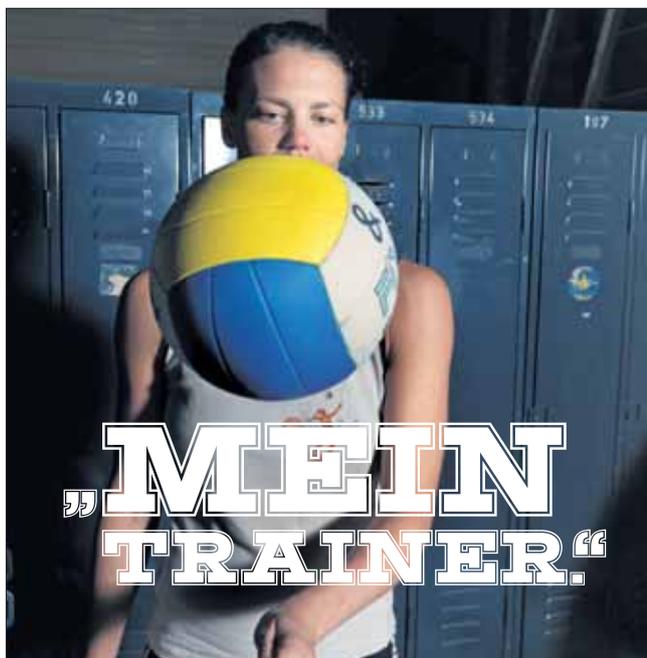


Das neue Familiensportprojekt des LSV „Familien raufen (sich) zusammen“ geht in die heiße Phase. 29 Vereine aus ganz Schleswig-Holstein bieten das neue Sport- und Bewegungsangebot für die ganze Familie auf der Matte an. Die ersten Kurse haben Mitte August begonnen. Eine Übersicht über teilnehmende Vereine sowie weitere Informationen gibt es hier: www.lsv-sh.de/familien-raufen.

Basierend auf den Budo-Sportarten Aikido, Judo, Ju-Jitsu und Jiu-Jitsu finden Sport- und Bewegungsangebote für die ganze Familie statt, in denen motorische Grundfertigkeiten wie Koordination, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer erlernt und verbessert werden können. Dabei steht nicht der Wettbewerbsgedanke im Vordergrund, sondern es geht um das spielerische Kennenlernen der Sportarten, bei dem mehrere Generationen einer Familie sich annähern, gemeinsam „raufen“, die Bewegung „auf der Matte“ erleben und vor allem gemeinsam Spaß haben. Teilnehmen kann jede „Familie“: „Mutter/Vater und Kind/-er“, „Großeltern und Enkel“, Lebensgemeinschaften. Aber auch Freunde oder Partner einer Hausgemeinschaft können gemeinsam mitmachen. Die Teilnahme ist kostenlos und auch ohne



Vereinsmitgliedschaft möglich. „Familien raufen (sich) zusammen“ ist Teil des DOSB-Projektes „Sport bewegt Familien – Familien bewegen den Sport“ und wird gefördert vom Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend. Der Familiensport im LSV wird unterstützt von den Volksbanken und Raiffeisenbanken und dem NDR. LSV/eck



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

www.vr-sh.de

Volksbanken
Raiffeisenbanken



Neuer Vorstand bei der NADA

Der Aufsichtsrat der Nationalen Anti Doping Agentur (NADA) hat einen neuen Vorstand berufen. Dies gab die NADA auf ihrer Jahres-Pressekonferenz auf Schloss & Gut Liebenberg bei Berlin bekannt. Dr. Andrea Gotzmann und Dr. Lars Mortsiefer bilden den neuen NADA-Vorstand. Dr. Gotzmann wird Vorstandsvorsitzende und löst damit Prof. Dr. Martin Nolte ab, dem vom Aufsichtsrat am 15. März 2011 vorübergehend der Vorstandsvorsitz übertragen worden war.

Dr. Gotzmann ist seit mehr als 25 Jahren als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Deutschen Sporthochschule tätig. Zum Aufgabenschwerpunkt der promovierten Sportwissenschaftlerin und Biochemikerin gehört die Dopinganalytik im Manfred Donike Institut für Dopinganalytik in Köln. Dort leitet sie Workshops und Fortbildungsveranstaltungen zur Doping-Aufklärung für Mediziner, Trainer und Betreuer. Dabei arbeitet sie mit nationalen Anti-Doping-Agenturen und der Welt Anti-Doping Agentur (WADA) zusammen. Dr. Gotzmann wird am 15. September 2011 ihre Vorstandstätigkeit aufnehmen. Nachdem der NADA-Justiziar Dr. Lars Mortsiefer bereits seit März 2011 zum Interimsvorstand gehörte, wurde er vom Aufsichtsrat endgültig als Vorstandsmitglied berufen. Der promovierte Jurist bringt seine juristische Erfahrung nun in alle Aufgabenbereiche der NADA ein. "Das Ergebnis des Auswahlverfahrens ist die beste und nachhaltigste Lösung für die NADA", sagte der Aufsichtsratsvorsitzende Prof. Hanns Michael Hölz. Pressemitteilung NADA

Dritter Sportentwicklungsbericht analysiert Situation der Vereine

Sportvereine in Deutschland:

Sportanbieter Nr. 1, Wirtschaftsfaktor und sozialer Kitt



Sportvereine sind mit großem Abstand die Sportanbieter Nummer eins in Deutschland. Das geht aus dem dritten Sportentwicklungsbericht hervor, der vor kurzem in Köln vorgestellt worden ist. Danach engagieren sich rund 8,8 Mio. Menschen in den 91.000 Vereinen unter dem Dach des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) ehrenamtlich und organisieren vielfältige Angebote für die rund 27 Mio. Mitgliedschaften.

Im Sportentwicklungsbericht, der von Prof. Dr. Christoph Breuer von der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) erarbeitet worden ist, wird zudem die Bedeutung der Sportvereine für die Gesellschaft deutlich. Der Wissenschaftler hat mit seinem Team die Situation der Sportvereine in Deutschland analysiert und durch Handlungsempfehlungen für Politik und Sport ergänzt. Auftraggeber der Studie sind das Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp), der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Landessportbünde.

„Sportvereine erfüllen wichtige Integrations- und Gemeinwohl-funktionen, bieten einen gesellschaftspolitischen Mehrwert und sind sozialer Kitt in unserem Land. Sport ist ein wichtiges Politikfeld. Der Sportentwicklungsbericht hat erneut bewiesen, dass Bund, Länder und Gemeinden auch zukünftig gut daran tun, die gesellschaftspolitisch bedeutsamen Dimensionen und Leistungen der Sportvereine zu fördern und in ihre politischen Strategien mit einzubeziehen“, sagte DOSB-Vizepräsident Walter Schneeloch und unterstrich, dass die Sportvereine nicht nur Deutschlands größter Sportanbieter sind, sondern auch eine herausragende gesellschaftliche Kraft sowie Wirtschaftsfaktor und Steuerzahler. Als eine der wichtigsten Ergebnisse unterstreicht die Studie die volkswirtschaftspolitische Dimension der Sportvereine. So wenden die freiwillig Engagierten monatlich 37,2 Mio. Arbeitsstunden auf, was einer jährlichen Wertschöpfung von 6,7 Mrd. EUR entspricht. Steuerliche Rückflüsse der Vereine an Bund, Länder und Gemeinden betragen rund 822 Mio. Euro pro Jahr. Sportvereine erzeugen darüber hinaus wirtschaftliche

Multiplikationseffekte, sie stellen zunehmend die Sportinfrastruktur für ihre Angebote selbst bereit und investieren in ihre Sportstätten. Setzt man dies in Beziehung zu den Zuschüssen zum vereinseigenen Sportanlagenbau, so ist zu bilanzieren, dass Anschub- bzw. Anreizprogramme zum vereinseigenen Sportanlagenbau einen volkswirtschaftlichen Mehrwert generieren.

Allerdings hätten die Ergebnisse des Sportentwicklungsberichts auch gezeigt, dass die Vereine vor neuen Herausforderungen stünden, erklärte Prof. Breuer. „Bundesweit stellt das Problem der Gewinnung und Bindung von ehrenamtlichen Funktionsträgern das Hauptproblem dar und knapp 9 Prozent der Vereine nehmen dieses Problem als existenzbedrohlich wahr. Zu den größten Herausforderungen der Vereinsentwicklung zählen zudem die Einführung der Ganztagschulen und des achtjährigen Gymnasiums. Auch die spezifischen Problemlagen und Herausforderungen von Vereinen in Großstädten, z.B. Zustand und Eignung der Sportstätten oder Konkurrenzprobleme, sind von Bedeutung.“

Andreas Pohlmann (BISp) dankte dem Projektteam um Prof. Breuer für die Erstellung des Sportentwicklungsberichts. Er betonte: „Mit rund 20.000 beteiligten Vereinen wird nicht nur die gewachsene Akzeptanz dieser Untersuchung unterstrichen, sondern auch die Aussagekraft der Befunde erhöht. Der Sportentwicklungsbericht hat sich als wichtiges Steuerungsinstrument der Sportpolitik- und Sportpraxisberatung etabliert. Ich freue mich daher, dass weitere drei Erhebungswellen durch das Kölner Projektteam durchgeführt werden. Der Sportentwicklungsbericht gewährleistet somit bis mindestens 2017 sportwissenschaftliches Grundlagenwissen in Deutschland.“

Professor Breuer wird auf der Landessportkonferenz des LSV Schleswig-Holstein am 11./12. November in Damp wichtige Ergebnisse des dritten Sportentwicklungsberichts vorstellen.

Pressemitteilung DSHS/DOSB/BISp

Letzte Bewerbungschance für LSV-E.ON Hanse Energie- und Umweltpreis

e-on | Hanse



Am 21. September endet die Bewerbungsfrist für den LSV-E.ON Hanse Energie- und Umweltpreis - „Klima- und Umweltschutz im Sport – Unser Verein ganz oben“. Der Landessportverband Schleswig-Holstein verleiht in diesem Jahr erstmalig zusammen mit seinem Kompetenzpartner E.ON Hanse einen Energie- und Umweltpreis für die Sportvereine in Schleswig-Holstein. Das Gesamtpreisgeld beläuft sich auf 3.000 Euro. Das Mitmachen lohnt sich! Ausgezeichnet werden beispielhafte Aktionen, Programme,

Projekte und Veranstaltungen aus allen Bereichen der Umweltarbeit im Sportverein, die den Stellenwert des Klima- und Umweltschutzes verdeutlichen. Formalitäten, Fristen und weitere genaue Angaben und Anforderungen sind im Ausschreibungsflyer zu finden, der den letzten beiden Ausgaben des SPORTforums als Beilage beigelegt war. Auch auf der Homepage des LSV (www.lsv-sh.de) können die Informationen eingesehen werden kann.

Flyers können angefordert werden bei:

Dr. Sven Reitmeier, Geschäftsbereich Recht/Personal/Umwelt

Tel.: 0431 – 6486 - 118

Mail: sven.reitmeier@lsv-sh.de

Das LSV-Bildungswerk informiert: Seminare im September

Für alle, die nach den Sommerferien noch ein passendes Fortbildungsseminar suchen, bietet sich der Monat September mit einer Fülle an Angeboten an. Nutzen Sie sie, denn im Oktober sind schon wieder seminarfreie Ferien!

2 Vereinsmanagement

2.05 Fit für Gespräche (8 LE)

Das Fachseminar richtet sich an alle Frauen in Führungspositionen und weibliche Führungsnachwuchskräfte. Frauen wollen reden, Männer eher nicht. Wie kann man sich den Problemen stellen, denen vor allem Frauen gegenüber stehen, die sich täglich im Berufsleben bewähren und gleichzeitig die Familie managen müssen? Ziel unseres Seminars ist, die Stärken einer Frau zu erkennen und die Übertragbarkeit in das Vereinsmanagement darzustellen. Durch Vorträge und Diskussionen, aber auch in Gruppenarbeit mit allen Teilnehmerinnen sollen Antworten auf Fragen und persönliche Vorgehensmodelle gefunden werden.

- Inhalte**
- Erfolgsfaktoren in der Kommunikation
 - Interesse u. Neugierde bei dem Gegenüber wecken
 - Gesprächsstruktur und -ziele
 - Wie bereite ich mich für ein Gespräch vor?
 - Abbau von „Lampenfieber“ und Redehemmungen
 - Methodenanwendung und Praxisbeispiele
 - Fragetechniken in versch. Gesprächssituationen
 - Umgang mit Gegenargumenten

Referent Conny Lindner
Termin 17.9. 2011, 10-17 Uhr
Ort Pinneberg, KSV Pinneberg
Gebühr a) 35 Euro b) 70 Euro

4 Gesundheit und Fitness

4.16 Fitness-Studio in der Sporthalle (4 LE)

„Was genutzt wird, entwickelt sich, was ungenutzt bleibt verkümmert!“ Dieses fast 2500 Jahre alte Zitat von Hippokrates hat gerade heute an Aktualität nichts eingebüßt. Unsere bewegungsarme Lebens- und Arbeitswelt führt zu einer zunehmenden Verkümmern gerade der Fitnesskomponente Kraft. Statt in der "Muckibude" lässt sich in der Sporthalle mit ihren Klein- und Turngeräten eine Vielzahl an Möglichkeiten entdecken, um ein fundiertes funktionelles Krafttraining anzubieten (Hand-out inklusive).

Referent Stefan Götsche
Termin 3.9.2011, 9-12 Uhr
Ort Tangstedt, KSV Stormarn
Gebühr a) 30 Euro b) 60 Euro

4.32 Spinning (6 LE)

Dieses Intervalltraining auf speziellen Indoor-Fahrrädern verbessert die Ausdauer und bietet einen super Spaßfaktor. Je nach Fahrprofil variieren die Trittfrequenz und der Herzfrequenzbereich der Teilnehmer. Um maximale Ergebnisse zu erzielen, wachen Messgeräte über den persönlichen Herzfrequenzbereich der Biker. Bei abwechslungsreicher, motivierender Musik werden im Team Täler durchquert, Bergpässe überwunden und gegen



raue Winde angekämpft. Es werden keine koordinativen Fähigkeiten vorausgesetzt.

- Inhalte** Radeinstellung Techniken
 Herzfrequenzorientiertes Training
 Musikauswahl
 Möglichkeiten bei körperlichen Einschränkungen
 Einsatzmöglichkeiten im Verein

Referent Thorsten Dahl
Termin 10. 9. 2011, 10-15 Uhr
Ort Lübeck, Club Medius
Gebühr a) 30 Euro b) 60 Euro

4.17 FLEXI-BAR®basic (8 LE)

Die Basisausbildung vermittelt grundlegend den Umgang und Einsatz mit der genialen Schwungstange. Von der Schwungtechnik, über Übungsformen und Einsatzgebiete bis hin zur Grundlagentheorie vermittelt die Tageseinweisung alle Basics zum FLEXI-BAR® Training. Nach diesem Tag haben Sie gute Voraussetzungen für den Einsatz des FLEXI-BAR® in der Trainingsstunde im Bereich Sensomotorik und Tiefenmuskulatur.

Referent Karsten Happ
Termin 17.9.2010, 10-17 Uhr
Ort Böklund, KSV Schleswig-Flensburg
Gebühr a) 40 Euro b) 80 Euro

4.10 Doping- und Suchtprävention (6 LE)

Sportler bewegen sich beim Umgang mit Schmerzen und bei der Ausschöpfung aller Leistungsreserven auf einem schmalen Grat. Im Mittelpunkt des Seminars steht die pädagogische Aufbereitung dieser unterschätzten Problematik. Neben einigen grundlegenden Informationen zum Thema werden viele Fallbeispiele erörtert.

Referentin Maud Zimmermann
Termin 17. 9.2011, 13.30-18.30 Uhr
Ort Bad Segeberg, KSV Segeberg
Gebühr a) 25 Euro b) 50 Euro

4.01 Aerobic Fit & Fröhlich (8 LE)

Der Name ist Programm: Jeder, der Aerobic-Kurse leitet, möchte gern, dass die Teilnehmer und Teilnehmerinnen fit werden und es dabei möglichst fröhlich zugeht. Wer neue Anregungen für erfolgreiche Aerobic-Stunden sucht, ist in diesem Workshop genau richtig! Die Zutaten sind Aerobic-Basics, Variationsmöglichkeiten, Stundenaufbau, motivierende Unterrichtstechniken und die „Anatomie“ der Musik. Zubereitet werden daraus fertige Einheiten für die Aerobic-Stunden im Verein. Außerdem müssen Sie bei diesem Kurs nicht mühsam „das Rezept“ mitschreiben. Die erarbeiteten Choreografien werden während des Lehrgangs mit der Kamera aufgenommen und für jede/n auf CD gebrannt: Zusammen mit dem Handout kann das Erlernete mit wenig Aufwand gleich in die eigene Praxis umgesetzt werden.

Referentin Ulli Happ
Termin 25.9.2011, 10-17 Uhr
Ort Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum
Gebühr a) 60 Euro b) 120 Euro

Lassen Sie sich diesen Workshop nicht entgehen!

4.36 Step-Choreo Fit & Fröhlich (8 LE)

Fitness und Spaß sind die am häufigsten genannten Beweggründe für's Sporttreiben. Jeder, der Stepaerobic-Kurse leitet, möchte das den Teilnehmern und Teilnehmerinnen vermitteln. Frei nach dem Motto „Viel Schwitzen, wenig denken, Spaß haben!“ zeigt dieser Workshop, wie Schrittfolgen so unterrichtet werden, dass die Teilnehmer mitkommen und der Spaß- und Genussfaktor großgeschrieben werden. Die Zutaten sind Step-Basics, Variationsmöglichkeiten, mitreißende Musik, ein logischer Aufbau, gut nachvollziehbare Choreografien. Zubereitet wird daraus ein rundum Training mit einem motivierenden Ablauf, einer hohen Effektivität und leicht nachvollziehbaren Inhalten. Das „Rezept“ müssen Sie in diesem Kurs nicht mitschreiben. Die erarbeiteten Choreografien werden während des Lehrgangs mit der Kamera aufgenommen und für jede/n auf CD gebrannt: Zusammen mit dem Handout kann mit wenig Aufwand, das Erlernete gleich in die eigene Praxis umgesetzt werden.

Referentin Ulli Happ
Termin 24.9.2011, 10-17 Uhr
Ort Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum
Gebühr a) 60 Euro b) 120 Euro

5 Kinder-Familie-Ältere

5.05 Mit Kraft contra Osteoporose (8 LE)

Knochen sind lebendig. Ständig bauen sie Mineralstoffe ein und auch wieder aus. Über viele Jahre hinweg kann sich langsam eine Osteoporose entwickeln. Neben bewusster Ernährung spielen regelmäßige Bewegung und Sport für die Prävention eine entscheidende Rolle. Der Knochen ist ein Leben lang trainierbar und

eine hohe Knochenmasse ist ein gutes Polster für die späteren normalen und krankhaften Abbauvorgänge. Insbesondere gut dosiertes Krafttraining an Geräten hat einen äußerst positiven Effekt. Gabi Iden vermittelt wissenswerte Hintergründe und eine Auswahl an funktionellen Übungen.

Referentin Gabi Iden
Termin 10. 9. 2011, 10-17 Uhr
Ort Lütjenburg
Gebühr a) 40 Euro b) 80 Euro
 Hinweis: Es können maximal 14 Personen teilnehmen!.

5.08 Kurz & knackig Step 6oplus (4 LE)

Für die anspruchsvolle Zielgruppe 6oplus lohnt es sich besonders, mit neuen Ideen den Unterricht aufzupeppen. Ulli Happ hat sich der Aufgabe gestellt, was man alles mit dem Step-Brett „anstellen“ kann: Step-Choreografien, einfach erlernbar und trotzdem alles andere als langweilig, Variation durch Raumaufteilung z.B. in Linien oder im Kreis, Intervalltraining und Kräftigung. Erfahre im fröhlichen Unterrichtsstil neue Aspekte des 6oplus-Trainings!

Referentin Ulli Happ
Termin 23.9.2011, 10-17 Uhr
Ort Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum
Gebühr a) 25 Euro b) 50 Euro

Anmeldung für alle Seminare...
www.lsv-sh/seminar-anmeldung
 LSV-Bildungswerk
 Eutiner Str. 45, 23714 Bad Malente
 Tel. 04523 - 98 44 30
bildungswerk@lsv-sh.de



SCHULSPORT
 Teamsport | Turnen | Fitness | Leichtathletik | Wassersport | Klettern | Freizeitsport

Partner des LSV.
LSV
 Sport - bei uns ganz oben!
 Landesverband Schleswig-Holstein
 Sonderkonditionen für LSV-Mitglieder.

ERHARD[®] SPORT
 Erhard Sport International GmbH & Co. KG
 Niederlassung Nordost
 Berliner Straße 8 | 14797 Kloster Lehnin OT Damsdorf

SCHULE Katalog anfordern unter Tel.: **03382 703232**,
damsdorf@erhard-sport.de oder in unserem E-Shop www.erhard-sport.de



Die Mitglieder des „Team Schleswig-Holstein“ im Porträt



Kirsten Bruhn – ein „Goldfisch“ aus Neumünster

Eigentlich mag Kirsten Bruhn keinen Rummel um ihre Person. Am liebsten bewegt sich die 41-Jährige in ihrem Element – im Wasser. Dort ist sie frei mit sich und ihren Gedanken.

Die querschnittgelähmte Weltklasse-Schwimmerin bereitet sich zum dritten Mal auf paralympische Spiele vor. Nach Athen 2004 und Peking 2008 – hier erreicht Bruhn zwei Gold-, drei Silber- und vier Bronzemedailles – ist in London 2012 der letzte große sportliche Höhepunkt der internationalen Laufbahn geplant. Auf dem Weg dahin gehört die Athletin des PSV Neumünster zu den sechs individuell geförderten Topathleten aus dem Team Schleswig-Holstein. „Das ist wirklich toll“, sagt Bruhn. Schließlich hat ihre Heimatstadt Neumünster aufgrund der finanziellen Engpässe die Förderung von Topsportlern von heute auf morgen eingestellt.

Gerade erst ist Kirsten Bruhn aus einem mehrwöchigen Urlaub aus Comino zurückgekehrt. Die Insel ist etwa drei Quadratkilometer groß, liegt im Herzen des Mittelmeeres und ist die mit Abstand kleinste der drei bewohnten Inseln der Republik Malta. „Das ist zwar abseits der Zivilisation, aber einfach nur gut“, sagt Bruhn. Kirsten Bruhn hat sich und ihr Schicksal in die Hand genommen. Das Hadern gehört längst der Vergangenheit an. Seit einem Motorradunfall im Juli 1991 ist sie auf den Rollstuhl angewiesen. Dazwischen liegt eine lange Leidenszeit. Inkomplette Querschnittslähmung lautet die niederschmetternde Diagnose vor 20 Jahren. Das Rückenmark ist dabei nicht durchtrennt, sondern verfügt noch über Restfunktionen. Anstelle eines eigentlich geplanten Grafik-Design-Studiums folgt eine lange Reha. Die Sportlerin, die seit dem zehnten Lebensjahr als Leistungsschwimmerin beim PSV aktiv ist, schwimmt lange Zeit nur noch zur Eigenmobilisation. „Einfach, weil ich mich im Wasser wohl fühle.“

Nach Abschluss der Reha beginnt Bruhn eine Ausbildung zur Sozialversicherungsfachangestellten bei der AOK in Neumünster. Bei der Gesundheitskasse ist sie auch heute noch tätig. Das Schwimmen läuft eher nebenbei, bis eine Physiotherapeutin während eines Kuraufenthaltes in Plau am See ihr 2002 rät, den Sport wettkampfmäßig zu betreiben. Nun geht plötzlich alles ganz schnell. Eingruppierung in eine Schadensklasse, Meldung zu den Internationalen Deutschen Meisterschaften in Berlin, bei denen sich Bruhn gleich den Titel über 50 m Rücken sichert. Schon nach dem ersten von inzwischen über 50 deutschen Meistertiteln wird der Deutsche Behindertensportverband (DBS) auf Bruhn, die in Wasbek kurz hinter den Toren Neumünsters lebt,

auf sie aufmerksam. Kurz darauf purzeln die Weltrekorde. Zurzeit hält Bruhn fünf Weltrekorde. Keine Schwimmerin auf der Welt ist schneller über 50 m und 100 m Rücken sowie 50 m, 100 m und 200 m Brust. Je nach Saisonperiodisierung trainiert die Athletin drei- bis fünfmal pro Woche im Wasser, dazu kommen sieben wöchentliche Trockeneinheiten. Die Kraft und Motivation des „nie Aufsteckens“ schöpft Bruhn aus der Familie. Ihr Vater Manfred ist zugleich ihr Heim-Trainer. Ihr Freund Phillip Semechin arbeitet als Leistungsdiagnostiker im Olympiastützpunkt Berlin-Hohenschönhausen. Dort und im Schwimmbad Neumünster finden die meisten Wettkampf-Vorbereitungen statt. Es geht zunächst um das Gefühl im Wasser. Das Gleiten, die Armzüge und alles ohne Beinantrieb.



Der „normale“ Achtstunden-Arbeitstag sieht für Kirsten Bruhn neben der Tätigkeit bei der AOK noch die Einheiten im Wasser sowie bei hoher Eigendisziplin das heimische Krafttraining zu Hause in Wasbek vor. „Ich muss ja wieder Muckies aufbauen“, sagt Bruhn und lächelt. Sie weiß aus Erfahrung, dass nun erneut viele Entbehrungen und Qualen folgen. Darüber hinaus kommen verschiedenste Verpflichtungen: Vorträge als Referentin, Einladungen zu Einweihungen und Jubiläen. Auch wenn die Arme schwer sind, Schultern und Rücken schmerzen. Nur im Wasser tut fast nichts weh.

Jörg Lühn

Letzte Erfolge (EM Berlin):

1. Platz: 100 m Brust 1:36,15 Min.;
2. Platz: 400 m Freistil 5:27,06 Min.;
2. Platz: 100 m Rücken: 1:26,56 Min.;
2. Platz: 100 m Freistil 1:12,65 Min.;
3. Platz: 50 m Freistil: 34,70 Sek.

Nächste Sport-Termine:

25. bis 27. November: Deutsche Kurzbahnmeisterschaften in Remscheid
 1. Dezember bis 29. Juli: Qualifikationszeitraum für die Paralympics 2012 in London (u.a. Danish Open im März 2012, British Open im April 2012 u. IDM in Berlin im Juni 2012)



Gelebte Freundschaft



2010 besuchte eine Jugendgruppe von Teilnehmern aus Nortorf, Flensburg und Nordfriesland die Stadt Petach Tikwa und das Land Israel mit seinen Sehenswürdigkeiten. Dieses Jahr folgte ein Gegenbesuch in Schleswig-Holstein. Nach dem Motto „Wind, Weite und Meer“ wurde in Kooperation der genannten Teilnehmer ein vielseitiges und attraktives Programm für die Gäste aus Israel zusammengestellt.

In Nortorf und bei deren liebeswürdigen Familien begann das Begegnungsprogramm mit vier erlebnisreichen Tagen. Besonders gut gefiel den Gästen eine gemeinsame Kanufahrt auf der Eider und ein Stadtbummel in Kiel. Selbstverständlich durfte in Kiel auch ein Besuch bei der Sportjugend Schleswig-Holstein nicht fehlen. Am vierten Tag der Begegnung kamen die Teilnehmer aus Flensburg und Nordfriesland hinzu und es folgte eine gemeinsame Segeltour mit dem Dreimaster Pippilotta von Sakgen/Dänemark nach Kappeln. Hier mussten alle Teilnehmer aktiv den

Alltag an Bord gestalten. Neben Segel setzen, Kochen für die Mannschaft, Deck schrubben, Logbuch schreiben, wurde auch das Schiff wechselweise gesteuert. Zurück in Schleswig-Holstein reisten die Gäste aus Israel für die verbleibenden vier Tage an die Westküste nach Hattstedt/Nordfriesland und zu deren freundlichen Gastfamilien. Selbstverständlich durfte hier eine gemeinsame Wattwanderung nicht im Programm fehlen. Höhepunkt, im wahrsten Sinne des Wortes, war allerdings die Besteigung einer für Nordfriesland typischen Windkraftanlage V90 im Desmercie-reskoog. Hier hatten alle mutigen Besteiger einen überragenden Ausblick auf die Hallig- und Inselwelt. Mit einem harmonischen und geselligen Abschlussabend aller Teilnehmer, Gasteltern und Helfer in Hattstedt wurde die Begegnung 2011 abgerundet. Viele warme Worte und Umarmungen machten deutlich, dass alle Teilnehmer sich auf ein Wiedersehen 2012 in Israel freuen.

Matthias Hansen,
Sportjugend Nordfriesland

80 Jugendliche starten ihr Freiwilliges Soziales Jahr im Sport – trotz Aussetzung der Wehrpflicht und des Zivildienstes

Das **Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) im Sport** ist bei Jugendlichen und Sportvereinen in Schleswig-Holstein beliebter denn je. Haben im vergangenen Jahr noch 76 Jugendliche ein FSJ im Sport in Sportvereinen und -verbänden absolviert, so hat sich die Anzahl der FSJlerInnen im aktuellen Jahrgang ab 1. September auf 80 Jugendliche und junge Menschen im Alter von 16 bis 22 Jahren erhöht und dies, obwohl seit 1. Juli 2011 die Wehrpflicht und damit der Zivildienst ausgesetzt ist. Die Sportjugend Schleswig-Holstein im Landessportverband ist seit 2003 anerkannter Träger des FSJ im Sport und bietet FSJ-Plätze flächendeckend in allen Kreisen und kreisfreien Städten an. Das FSJ im Sport ist ein freiwilliger sozialer Dienst, den junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren in Sportvereinen und -verbänden absolvieren können. Der Einsatz erfolgt in Vollzeit in der Kinder- und Jugendarbeit im Sport. Für die TeilnehmerInnen selbst dient das Jahr zur sinnvollen persönlichen Qualifizierung, Orientierung und Berufsfindung.

Für die Sportvereine ergeben sich neue Möglichkeiten, die Kinder- und Jugendarbeit in Kooperation mit Kindergärten, Schulen oder Jugendzentren auszubauen und zu vernetzen. Das FSJ im Sport wird durch das Land Schleswig-Holstein und den Bund finanziell unterstützt. **Weitere Informationen zum FSJ und auch zum neuen Bundesfreiwilligendienst (BFD) im Sport sind unter www.sportjugend-sh.de zu finden.**



Schneller informiert:
Besucht uns bei facebook

www.facebook.com/SportjugendSchleswigHolstein
www.facebook.com/FSJSportSchleswigHolstein
www.facebook.com/KeinKindOhneSport



und folgt uns bei twitter:
<http://twitter.com/SportjugendSH>





Europäische Jugendwoche 2011

Wenn im Juli in Malente eine Woche lang die Sonne scheint, dann ist Europäische Jugendwochenzeit im Sport- und Bildungszentrum! „Multikulturalität als Chance der Partizipation Jugendlicher in der außerschulischen Jugendarbeit Europas“ so lautete das Thema der internationalen Jugendbegegnung, die von der Sportjugend Schleswig-Holstein vom 09. bis zum 16. Juli 2011 unter der Leitung von Anna-Sophie Krause und Astrid Petersen im Sport- und Bildungszentrum Bad Malente durchgeführt wurde. Insgesamt kamen 42 Jugendliche und ihre Betreuer/innen aus Estland, Ungarn, aus der Türkei und Schleswig-Holstein nach Bad Malente, um hier eine tolle inhaltsvolle und ereignisreiche Woche zu verbringen.

An den ersten Tagen ging es bei der Europäischen Jugendwoche sehr sportlich zu. Die Trendsportangebote reichten vom Rhönradturnen über HipHop mit professioneller Anleitung bis hin zum Beach-Volleyball und Faustball. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer bekamen die Möglichkeit, jede Sportart auszuprobieren. Die sommerlichen Temperaturen der ersten beiden Tage ließen die Teilnehmer/innen auf eine Abkühlung hoffen. Da fand natürlich das „Aqua Fun“- Programm von Klaus Rienecker und Hanna Elbnik große Zustimmung und wurde ausgiebig genutzt. Im kühlen Nass waren Jugendliche, Betreuer/innen und Organisatoren gemeinsam aktiv und hatten viel Spaß dabei.

Nach so viel sportlicher Aktivität in den ersten Tagen wurden dann ab Dienstag die grauen Zellen der Jugendlichen gefragt. Nun sollte es ans Diskutieren und Bearbeiten verschiedener Themen im Bereich „Jugend“ gehen. Diesmal mussten sich die Teilnehmer/innen entscheiden, mit welchem der vier Themen sie sich in den nächsten zwei Tagen auseinander setzen wollten.

Sie hatten die Wahl zwischen „Jugend und Partizipation“, „Multikulturalität in der Jugendarbeit“, „Sprachanimation“ und „Jugend und Medien“. Die Exkursion führte die Truppe in diesem Jahr nach Hamburg. Eine Schifffahrt durch die Speicherstadt, Besichtigungen einiger Sehenswürdigkeiten und zum Ende natürlich die beliebte Shoppingtour waren Bestandteile des Programms. Die Abende der Nationen sind ein fester Programmpunkt der Europäischen Jugendwoche, da die Teilnehmer durch die Inhalte viele Informationen über die verschiedenen Länder bekommen und Einblicke in das alltägliche Leben ihrer neuen Freunde erhalten. Videoclips, Lieder, Bilder, Berichte und traditionelle Tänze stellen die unterschiedlichen Kulturen und Lebenswelten dar und werden im Anschluss durch gemeinsames Tanzen und Spielen praktisch ausprobiert. Zwischendurch ging es in den Hochseilgarten nach Malente. Dort war Teamarbeit und Kommunikation untereinander enorm wichtig, um die einzelnen Stationen erfolgreich zu bewältigen.

Am letzten gemeinsamen Tag wurden die Ergebnisse aus den Arbeitsgruppen des theoretischen Schwerpunktthemas den geladenen Gästen von den Jugendlichen vorgestellt. Nach einem langen Abschlussabend hieß es dann „Abschiednehmen“ aber hoffentlich auch „Wiedersehen“ in Bad Malente oder vielleicht sogar in Tallinn, in Istanbul oder in Hoedmezevarhely. Die Europäische Jugendwoche war, wie auch in den Jahren zuvor, ein großer Erfolg. Viele neue Eindrücke und Erlebnisse aus fremden Kulturen wurden gewonnen, lange Diskussionen geführt, Freundschaften und Kontakte geschlossen. - Wie gut, dass es facebook gibt – um auch über die Veranstaltung und über die Landesgrenzen hinaus diese Freundschaften weiterhin bestehen zu lassen! **Weitere Fotos sind in der Bildergalerie unserer Webseite zu sehen.**





JES-Projekt Abenteuer



Im Jahr 2012 möchten das Projekt Jugend-Ehrenamt-Sport (JES) der Sportjugend Schleswig-Holstein und der Ausbildungsverbund Flensburg eine Fortbildung zum Thema Erlebnispädagogik in Verbindung mit einer Abenteuer-tour nach Alsen/ Dänemark anbieten. Diese Fortbildung soll sich an alle, die sich für das Thema Erlebnispädagogik und ihren Einsatz in der Arbeit mit Gruppen interessieren, richten.

Deshalb zog vom 11. bis zum 14. August 2011 schon einmal eine kleine Gruppe von neun Interessierten aus der Jugendarbeit nach Alsen, um dort den „Nørreskov“ gemeinsam zu erkunden: Dem Regen trotzend und mit Rucksäcken bepackt ging es in den Wald um dort in einer „Shelter“-Hütte zu schlafen, über dem Feuer zu kochen und sich im „Flensborg-Fjord“ zu waschen. In zwei kleinen Gruppen wurde dann der Wald und der Strand erkundet und nach schönen Plätzen Ausschau gehalten, die sich für erlebnis (-pädagogische) Aktionen nutzen lassen. Einiges haben wir dann auch gleich ausprobiert und so die höchsten Bäume erklommen und die tiefsten Schluchten mit einer Seilbahn überquert. Schön war´s! ... Projekt Abenteuer kann nun in die zweite Runde gehen und die Planungen für das nächste Jahr können weitergehen. Ihr dürft gespannt sein! **Wer sich für die geplante Fortbildung zum Thema Erlebnispädagogik in 2012 interessiert bekommt weitere Infos bei: sabrina.drews@sportjugend-sh.de.** Weitere Fotos sind in der Bildergalerie auf unserer Webseite www.sportjugend-sh.de



Ehrung von jungen Ehrenamtlichen durch die Sportjugend SH

Die Förderung des ehrenamtlichen Engagements im Jugendsport ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit der Sportjugend Schleswig-Holstein. Besonders der Nachwuchs an jungen Ehrenamtlichen verdient hierbei Aufmerksamkeit. Aus diesem Grund führt die Sportjugend Schleswig-Holstein in diesem Jahr **am 10. November 2011 um 18 Uhr im Kieler Landeshaus**

wieder eine Ehrung von engagierten jungen Ehrenamtlichen durch. Die Tätigkeit kann sowohl in der allgemeinen Jugendarbeit, z.B. als Jugendwart/in, Jugendsprecher/in, Jugendgruppenleiter/in als auch im sportlichen Bereich, z.B. als Trainer/in, Übungsleiter/in oder Betreuer/in liegen. Sollten in Eurem Verein engagierte Jugendliche bis zum Alter von 26 Jahren tätig sein, die diese Kriterien erfüllen, setzt Euch bitte mit der Sportjugend eures Kreissportverbandes oder Landesfachverbandes in Verbindung. Den Verbänden steht ein begrenztes Kontingent von zu Ehrenenden zur Verfügung, die der sjsh bis zum 25.9.2011 gemeldet werden müssen. Weitere Informationen sind auf unserer Webseite www.sportjugend-sh.de zu lesen oder stehen als Download bereit.

Freie Plätze beim Sport-Jugend-Kongress vom 16.-18. September 2011

Erlebe im Norden Dein sonniges Temperament. Beim Sport-Jugend-Kongress erwartet Dich ein unvergessliches Fortbildungsangebot mit spritzigen Ideen und ausgelassener Stimmung.

Du kannst hier andere Aktive aus der Sportjugendarbeit kennenlernen, Informationen tanken und nach viel Bewegung gutes Essen genießen und an dem ausgefallenen Rahmenprogramm des sjsh-Teams teilnehmen. Dir wird an diesem Wochenende in Workshops eine thematische Vertiefung in ein gewähltes Seminarthema aus der Jugendarbeit im Sport angeboten: Headis, Speedminton, Crossboccia, Zumba, Fitness-Sepecial, „Führung



und Motivation“, „Großer Spielspaß mit kleinen TT-Bällen“, „Sporttauchen-Dreidimensionale Schwerelosigkeit im nasen Element“, „Yoga – kinderleicht gemacht“, „Sexuelle Gewalt“, Leichtathletik, „GPS im Sport- und Freizeitbereich“, Ringen und Raufen.

Zielgruppe: Jugend-/Übungsleiter-Innen, JL-AssistentInnen, FSJlerInnen

Seminarort: Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum

Gebühr: 50 Euro (inkl. ÜN und Verpfl.)
FB 15 LE/ÜL/JL/Juleica

einfach besser

TNG 

oder 50 €
Startguthaben



+ 1 Tag
in Kopenhagen
für zwei Personen

Bis zum
31. Okt.
2011

Kiel-Plus-Paket



Internet

Flatrate mit bis zu 24 MBit/s



Festnetz

Deutschland-Flatrate



Mobilfunk

SIM-Karte fürs Handy



kostenloser

Vor-Ort Installationservice

~~€ 29,80~~ /Monat*

Jetzt 3 Monate:

€ 14,80 /Monat*

1 Tag in
Kopenhagen
für Zwei

oder 50 €
Startguthaben

Kundenberatung: TNG Shop · Kehdenstr. 25 · 24103 Kiel · www.tng.de · Tel. 0431/908 908

* Aktion befristet bis zum 31.10.2011. Das Kiel-Plus-Paket kostet in den ersten 3 Monaten monatlich 14,80 €, danach monatlich 29,80 € und enthält wahlweise 50,00 € Startguthaben oder alternativ einen Gutschein für eine von TNG organisierte eintägige Reise nach Kopenhagen für 2 Personen. Die Reisezeiten werden nach Auftragsingang bekanntgegeben, ein Anspruch auf eine bestimmte Reisedurchführung besteht nicht. Das Kiel-Plus-Paket hat eine Mindestlaufzeit von 12 Monaten, danach zum Ende des Folgemonats kündbar. Anschlussübernahme kostenlos, Neuanschluss einmalig 49,00 €. Die angegebenen Verbindungspreise und Flatrates für Telefonie beziehen sich auf reine Sprachverbindungen im deutschen Festnetz ohne Sonder- und Servicenummern, Mobilfunk- und Datenverbindungen. Preselection und Call by Call nicht möglich. Das Kiel-Plus-Paket ist in dem sich ständig erweiternden TNG-Netz verfügbar. Irrtümer vorbehalten. Das Angebot ist freibleibend und unverbindlich. Eine genaue Auflistung aller Kosten und Leistungen finden Sie unter www.tng.de.



Floorball-Nationalmannschaft und Deutscher Hindernis-Meister trainieren in Malente Schwer was los im Sport- und Bildungszentrum

International präsentierte sich das SBZ Malente des Landes-sportverbandes Schleswig-Holstein in den Sommerferien: Die Europäische Jugendwoche der Sportjugend Schleswig-Holstein mit fünf Nationen (darunter Israel) war zur gleichen Zeit zu Gast wie der Lions-Club mit seiner Sektion Norddeutschland mit Teilnehmenden aus 15 Nationen. Hinzu kam eine Gruppe der Berlitz-Sprachschule mit Kindern aus ganz Deutschland sowie aus Spanien und der Schweiz, so dass das Gelände der Sportschule mit Menschen aus insgesamt 22 Nationen „bevölkert“ war.

Abgelöst wurden diese Gruppen unter anderem von der Deutschen Damen-Floorball-Nationalmannschaft U19 (Foto oben). Das junge Trainerteam mit dem finnischen Trainer Joel Heine an der Spitze fühlte sich pudelwohl in Malente und sprach von „erstklassigen“ Bedingungen. Mit dabei drei Schleswig-Holsteinerinnen: Tineke Hädrich und Catharina Meier-Lührsdorf vom Kieler Floorball-Klub sowie Katharina Kaminsky vom Regionalligisten TSV Bordesholm. Zusammen mit 20 anderen jun-

gen Damen aus allen Teilen Deutschlands bereitete sich das Team auf die WM im März 2012 in der Slowakei vor.

Schließlich absolvierte noch ein prominenter Läufer ein Intensiv-Trainingslager in Malente: der Deutsche Meister im 3.000 m-Hindernislauf und „Team Schleswig-Holstein“-Mitglied Steffen Uliczka aus Kiel und sein Laufkollege Leif Schröder-Groeneveld aus Neumünster nutzten in der „Provinz“ die einzigartigen Trainingsmöglichkeiten, u.a. die neue Kunststoffbahn, um in Ruhe auf anstehende Meisterschaften hinzuwirken.

Steffen Uliczka, der Sportler des Jahres 2010 in Schleswig-Holstein, belegte bei der letztjährigen Leichtathletik-Europa-Meisterschaft in Barcelona einen hervorragenden sechsten Platz. Nach dem Gewinn seiner vierten Deutschen Meisterschaft über diese Strecke im Juli 2011 hat der Deutsche Leichtathletik-Verband ihn auch für die Leichtathletik-Weltmeisterschaft im südkoreanischen Daegu nominiert.

SBZ/ki



Auszeichnung für Spitzensport-Familie und Ehrenamts-Familie DOSB und BMFSFJ schreiben Preis aus - Als Prämie winkt ein Familienurlaub



Sport macht Familien stark, und starke Familien geben dem Sport Kraft: Um diese Symbiose zu fördern, zeichnen der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und das Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) im Jahr 2011 besonderes ehrenamtliches Engagement von Familien im Sportverein aus. Außerdem suchen sie Familien, die es gemeinsam schaffen, eine Karriere im Spitzensport mit den Aufgaben im familiären Alltag vorbildlich zu verbinden und damit beispielgebend für andere sind. Bis 31. Oktober können die 98 Mitgliedsorganisationen des DOSB, die 91.000 Sportvereine und Privatpersonen Familien für den Preis unter www.familie-sport.de vorschlagen. Die Anmeldung erfolgt dort über einen Online-Bewerbungsbogen. Den Siegern winkt jeweils ein Familienurlaub im Robinson-Club.

„Spitzensportlerinnen und Spitzensportler mit kleinen Kindern oder pflegebedürftigen Angehörigen haben in ihrem Alltag eine große Aufgabe zu bewältigen. Diese besondere Herausforderung wollen wir mit diesem Preis öffentlich herausstellen“, sagt Christa Thiel, die DOSB-Vizepräsidentin Leistungssport. Walter Schneeloch, Vize-Präsident Breitensport/Sportentwicklung im DOSB, erklärt mit Blick auf die ehrenamtlich in einem Sportverein aktive Familie: „Das Thema Engagement und Ehrenamt ist uns ein

wichtiges Anliegen. Familien sind in besonderem Maße bereit, für ihre Kinder und Enkel im Sportverein ehrenamtlich aktiv zu werden. Wir möchten eine Familie, die sich mit mehreren Generationen in ihrem Sportverein ehrenamtlich engagiert, auszeichnen.“

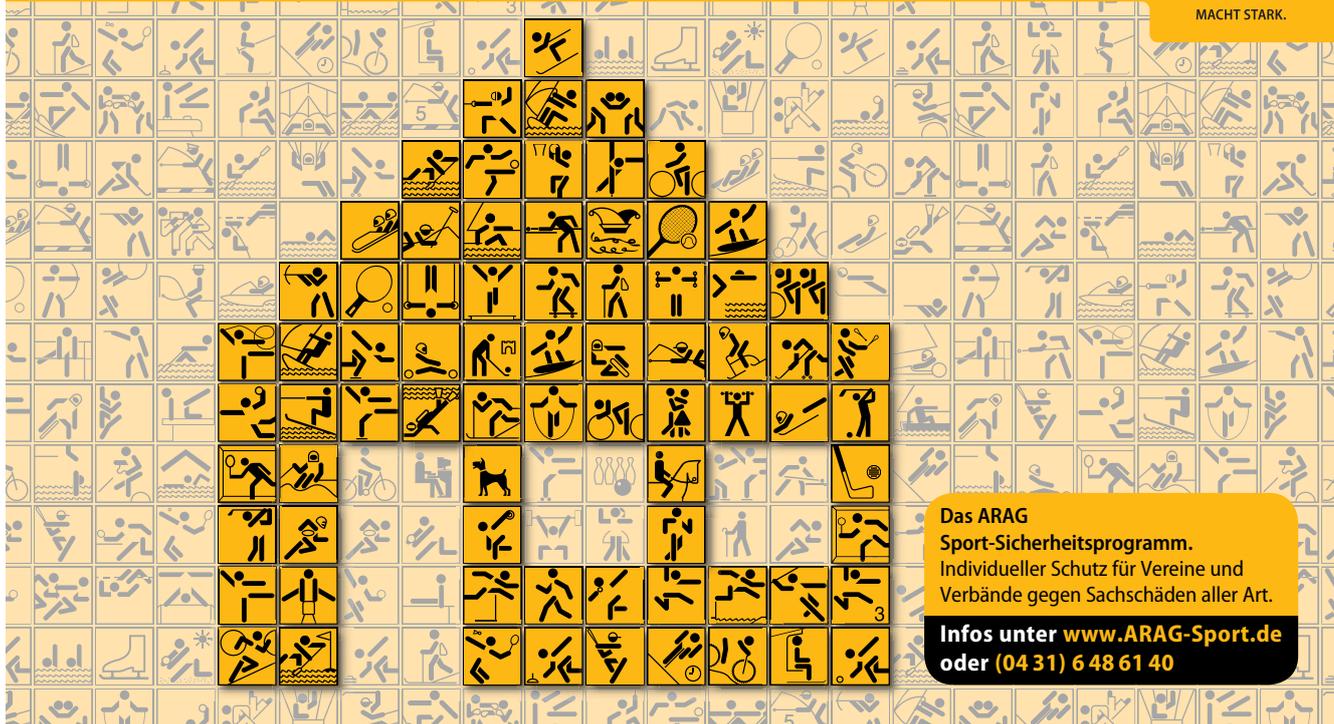
Die Auszeichnung der beiden Familien ist ein Teil des Gesamtprojekts „Sport bewegt Familien – Familien bewegen den Sport“ des DOSB. Dieses im März gestartete und auf 22 Monate angelegte Projekt wird vom BMFSFJ gefördert und hat die Zielsetzung, Sportverbände und Sportvereine für das Thema „Familie und Sport“ zu sensibilisieren und zu aktivieren. Es geht darum, gute Beispiele für mehr Familienfreundlichkeit im Sport zu entwickeln. Weitere Maßnahmen im Gesamtprojekt sind die Organisation von Modellprojekten mit fünf Mitgliedsorganisationen des DOSB sowie der Aufbau einer Internetseite (www.familie-sport.de) und die Erarbeitung einer Broschüre, in der Kriterien für Familienfreundlichkeit im Sportverein dargestellt werden.

Fragen zur Auszeichnung beantwortet die zuständige Projektleiterin des DOSB Fabienne Bretz unter bretz@dosb.de oder telefonisch unter 069/6700-228.

Was uns auszeichnet? Echte Heimstärke.



MACHT STARK.



Das ARAG Sport-Sicherheitsprogramm.
Individueller Schutz für Vereine und Verbände gegen Sachschäden aller Art.

Infos unter www.ARAG-Sport.de oder (04 31) 6 48 61 40

HERTZ-Sonderrabatte für LSV-Mitglieder



Die Autovermietung HERTZ bietet allen dem LSV angeschlossenen Sportvereinen und -verbänden Sonderrabatte auf die Anmietung von PKW und Nutzfahrzeugen für dienstliche und private Fahrten. Gemeinsam mit der Sport- und Event-Marketing Schleswig-Holstein GmbH (SEMSH) wurde ein einfaches Verfahren zur Buchung über die Kieler Station entwickelt. Die Abholung der Fahrzeuge kann in Schleswig-Holstein an den Stationen in Kiel, Lübeck und Flensburg erfolgen. Die Abgabe der Fahrzeuge ist deutschlandweit möglich.

So wird es gemacht:

- Anfrage des gewünschten Fahrzeugs über die Rufnummer 0431/97 94 413
- Reservierung des Fahrzeugs durch HERTZ bei Verfügbarkeit.
- Angabe der Firmenrabattnummer (CDP) 684184 und der TACO Nummer 00107612 bei Buchung
- Bezahlung ist möglich mit EC- oder Kreditkarte – auf Anfrage auch in bar bei Abholung des Fahrzeugs
- Abholung des Fahrzeugs in Schleswig- Holstein in Kiel, Lübeck oder Flensburg – weitere Stationen deutschlandweit auf Anfrage

Fragen beantwortet Matthias Holzum, SEMSH,
Tel. 0431/64 86 177 oder HERTZ direkt unter
Tel. 0431/97 94 413.

„Grünes Band“ an TSV Schwarzenbek und Swim Team Elmshorn

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Commerzbank haben 50 Sportvereine mit dem „Grünen Band für vorbildliche Talentförderung im Verein“ ausgezeichnet. Damit verbunden: eine Finanzspritze von je 5000 Euro, die weiter in der Nachwuchsarbeit wirken soll. Zwei der erfolgreichen Vereine kommen aus Schleswig-Holstein: Der TSV Schwarzenbek mit der Sparte Tischtennis und das Swim Team Elmshorn mit der Sparte Schwimmen.

Im Jahr 2011 jubeln aber nicht nur die Vereinsvorstände, Trainer und Nachwuchsathleten, sondern auch die Organisatoren von DOSB und Commerzbank: Das „Grüne Band“ feiert 25-jähriges Jubiläum. Seit 1986 haben von dem gemeinsamen Engagement aus Sport und Wirtschaft über 1.500 Sportvereine profitiert. „Zahlen, die im deutschen Nachwuchssport einzigartig sind. Sie zeigen die Erfolgsgeschichte des Grünen Bandes“, sagt Michael Vesper, der Generaldirektor des DOSB, der in der Jury des Wettbewerbs sitzt. Allgemein verzeichnete die Jury im Jahr 2011 erneut mehrheitlich sehr gute Bewerbungen. Ein Großteil der Vereine der olympischen und nicht-olympischen Verbände erreichte mit ihren Unterlagen bis zu 90 Prozent der Gesamtpunktzahl. Nachbesserungsbedarf bestehe in der Einbindung und Aufklärung der Eltern beim Thema Doping-Präventionsarbeit, das ebenfalls mit bewertet wird. „Es braucht Zeit, um neue Anforderungen umzusetzen“, sagte Armin Baumert, der die Nationale Anti-Doping Agentur (NADA) in der Jury vertritt. Um die „Grünen Bänder“ zu verleihen, gehen die Vertreter von DOSB und der Commerzbank im Herbst auf Deutschlandtour. Auftakt ist im September in Berlin. Fußballerin Birgit Prinz und Leichtathletin Ariane Friedrich werden die Tour als offizielle Botschafterinnen begleiten.

DOSB

Reaktion des DOSB auf die Stellungnahme der EU-Kommission zum Entwurf des Glücksspielstaatsvertrages



Der Generaldirektor des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) Michael Vesper erklärte in einer Pressemitteilung: „Wir begrüßen die bekannt gewordene ausführliche Stellungnahme der EU-Kommission zum Entwurf eines neuen Glücksspielstaatsvertrages von 15 der 16 Länder. Darin zieht sie einerseits das weiterhin vorgesehene Lotteriemonopol mit keinem Wort in Zweifel. Das bestätigt unsere Auffassung, dass die notwendige Öffnung des Bereichs der Sportwetten mit dem Lotteriemonopol, durch das der gemeinnützige Sport in Deutschland wesentlich finanziert wird, vereinbar ist; die sogenannte 'Dominotheorie' erweist sich als Schimäre.“

Andererseits stellt die Kommission eine Reihe kritischer Fragen, die sich zwar nicht gegen das auch von uns befürwortete Grundmodell konzessionierter Sportwetten-Angebote richten, aber erhebliche Bedenken gegen dessen konkrete Ausgestaltung und Regulierung erkennen lassen. Diese Bedenken betreffen u. a. die als willkürlich empfundene Begrenzung auf sieben Konzessionen, die unverständliche Regulierung der Werbemög-

lichkeiten und die nach wie vor fehlende Kohärenz zu anderen, stärker suchtgefährdenden Glücksspielen. Die Ministerpräsidentenkonferenz wird diese Bedenken zu berücksichtigen haben, will sie nicht riskieren, dass der Europäische Gerichtshof (EuGH) auch den neuen Staatsvertrag für europarechtswidrig erklärt. In dem Vertragsentwurf des Sports, den wir bereits im Februar vorgelegt haben, sind dazu konkrete Lösungsvorschläge enthalten.

Dem Sport geht es in erster Linie darum, den inakzeptablen Zustand zu beenden, dass mehr als 90 Prozent aller in Deutschland platzierten Sportwetten komplett am staatlichen Ordnungssystem und auch am Sport – ohne den es keine Sportwetten gäbe – vorbeigeht. Es geht um Rechtsfrieden und Rechtssicherheit, um eine Kanalisierung der derzeit illegalen Wetten in das Rechts- und Abgabensystem; dazu muss das Modell im europäischen Kontext marktfähig ausgestaltet sein. Wir plädieren dafür, den Entwurf in diesem Sinne deutlich nachzubessern und vor allem zu einem für ganz Deutschland geltenden Konzessionsmodell im Bereich der Sportwetten zu kommen.“

DOSB

Einladung auch an andere Fachverbände

Tischtennisverband zu Kooperationsgesprächen in Montenegro



Hans-Jürgen Gärtner im Gespräch mit Dusan Simonovic



v.l.n.r.: Mirsad Fazlic, Sasa Milacic, Hans-Jürgen Gärtner

Hans-Jürgen Gärtner, Präsident des schleswig-holsteinischen Tischtennisverbandes, weilte vor kurzem gemeinsam mit Mirsad Fazlic, dem Leiter des Tischtennislandesleistungszentrums, zu Kooperationsgesprächen in Montenegros Hauptstadt Podgorica.

Von montenegrinischer Seite war im Vorwege des Treffens der Wunsch nach Sportkontakten geäußert worden. Ein Gespräch zwischen Gärtner und dem Präsidenten des montenegrinischen olympischen Sportbundes, Dusan Simonovic, fand sogar Beachtung in Rundfunk und Fernsehen. Dies trug zusätzlich dazu bei, dass sehr gute und vertiefende Gespräche mit der Verwaltungsspitze und dem Sportdezernenten der Stadt Bar geführt wurden. Großen Zuspruch beim Präsidenten des MOSB (Montenegrinischer Olympischer Sportbund) fand die Maßnah-

me, den Montenegriner Irfan Cekic (17-jähriger Spieler des SV Siek und aktueller Medaillengewinner der Jugend-Europameisterschaften) im Landesleistungszentrum trainieren zu lassen und unter der Anleitung von Mirsad Fazlic als Co-Trainer für die älteren Jugendjahrgänge einzusetzen. Dies unterstreicht das beiderseitige Interesse an einer Zusammenarbeit. Für den Bereich Tischtennis wurde bereits eine Kooperation vereinbart, die gemeinsame Trainingsmaßnahmen der Spitzenathletinnen und -athleten in jährlichem Wechsel des Gastgeberlandes vorsieht. Den Anfang machen die schleswig-holsteinischen Spieler 2012 in Montenegro, 2013 sind dann die montenegrinischen Sportlerinnen und Sportler zu Gast in Schleswig-Holstein. Geplant ist das Programm nach aktuellem Stand für zehn Tage und für ein Team aus 12 Teilnehmern inklusive Trainern. Der stellvertretende Bürgermeister der Stadt Bar, Dragan Simovic, hob hervor, dass er auch gern Gastgeber für Vertreter anderer Fachverbände (z.B. Tennis, Basketball, Ringen) sein würde, um über konkrete Sportprojekte und -kontakte zu sprechen. Hans-Jürgen Gärtner dankt besonders Mirsad Fazlic und Sasa Milacic, dem Präsidenten des montenegrinischen Tischtennisverbandes für ihr großes Engagement.

“Mein Verein!”

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Hauptstelle:
Europaplatz 5, Kiel
Telefon: 0431/9802-0
www.kieler-volksbank.de

 **Kieler Volksbank**



Fabian Rickert ist eines der Aushängeschilder des LK Weiche Flensburg. Foto Verein

Gegen den Trend

Das „Familienunternehmen“ LK Weiche Flensburg besticht durch seine unzähligen Ideen

Flensburg – Köpfe, Klubs, Ideen – beim Leichtathletik Klub Weiche Flensburg ist es schwer, auf Anhieb eine Einordnung zu finden. Worauf wird der Blick als erstes gelenkt? Auf die Köpfe, die den Verein prägen, allen voran Jan Dreier als Erster Vorsitzender, Trainer und unermüdlicher Antreiber? Auf den Klub, der sich so eindrucksvoll gegen den Trend zum Großverein als „Dienstleister“ bewegt? Oder auf die unzähligen Ideen, Projekte, Aktionen. Der LK Weiche Flensburg ist wirklich perfekt aufgehoben hier bei uns, in der Rubrik „Köpfe, Klubs, Ideen“.

Zwei Leichtathleten gründeten den LK 1989. Heute zählt der Verein 216 Mitglieder, davon erstaunliche 80 Prozent Jugendliche. Vorsitzender ist seit 2004 Jan Dreier. Der 33-Jährige ist Regionalschullehrer für Sport und Mathe, Lehrwart im Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verband und Inhaber aller B-Trainerlizenzen. Er nennt seinen Verein „Familienunternehmen“. Der Kontakt ist eng, die Arbeit ehrenamtlich, die Kinder und Jugendlichen werden eng eingebunden. Das heißt dann „Jugendabend“, „Jugendstammtisch“, es gibt Trainingslager und Ferienfreizeiten, an denen immer auch die Jugendlichen selbst organisatorisch mitwirken, Pläne entwerfen, sich einbringen. Dem LK Weiche laufen die Jugendlichen nicht weg, wie es bei anderen Vereinen in Zeiten von Ganztagschule und multimedialer Berieselung oft der Fall ist. Im Gegenteil: „Wir haben eher das Problem, dass uns Trainer fehlen. Wir bilden zwei bis drei Trainer

im Jahr aus, die dann aber irgendwann zum Studieren oder für eine Ausbildung weggehen“, sagt Jan Dreier. Angebote, größeren Vereinen aus der Region beizutreten, haben Dreier und seine Mitstreiter stets abgelehnt: „Wir sehen uns nicht als Dienstleister. Bei den großen Vereinen kommt das Geld nicht immer an der richtigen Stelle an.“

Finanziell – auch das nicht selbstverständlich – steht der Verein gut da. Für vier Euro im Monat gibt es ein Angebot von 40 Stunden Training – phänomenal. „Wir finanzieren uns auch über Spenden“, so Dreier. Und über Ehrenpreise. Für den dritten Platz beim LSV-Breitensportpreis 2010 erhielt der LK immerhin 2000 Euro, ein nicht unerheblicher Anteil am Jahresetat für Fahrten und Verwaltung, der sich auf 20000 bis 30000 beläuft. Und ganz nebenbei stellen sich auch Erfolge im Leistungssportbereich ein. 20 Landesmeistertitel zählt Jan Dreier auf. Aushängeschilder sind derzeit der 17-jährige Fabian Rickert, der in der Jugend B bei den deutschen Meisterschaften in persönlicher Bestzeit von 57,21 Sekunden Platz 14 belegte, oder die 16-jährige Jugend-B-Mehrkämpferin Femke Möllgaard.

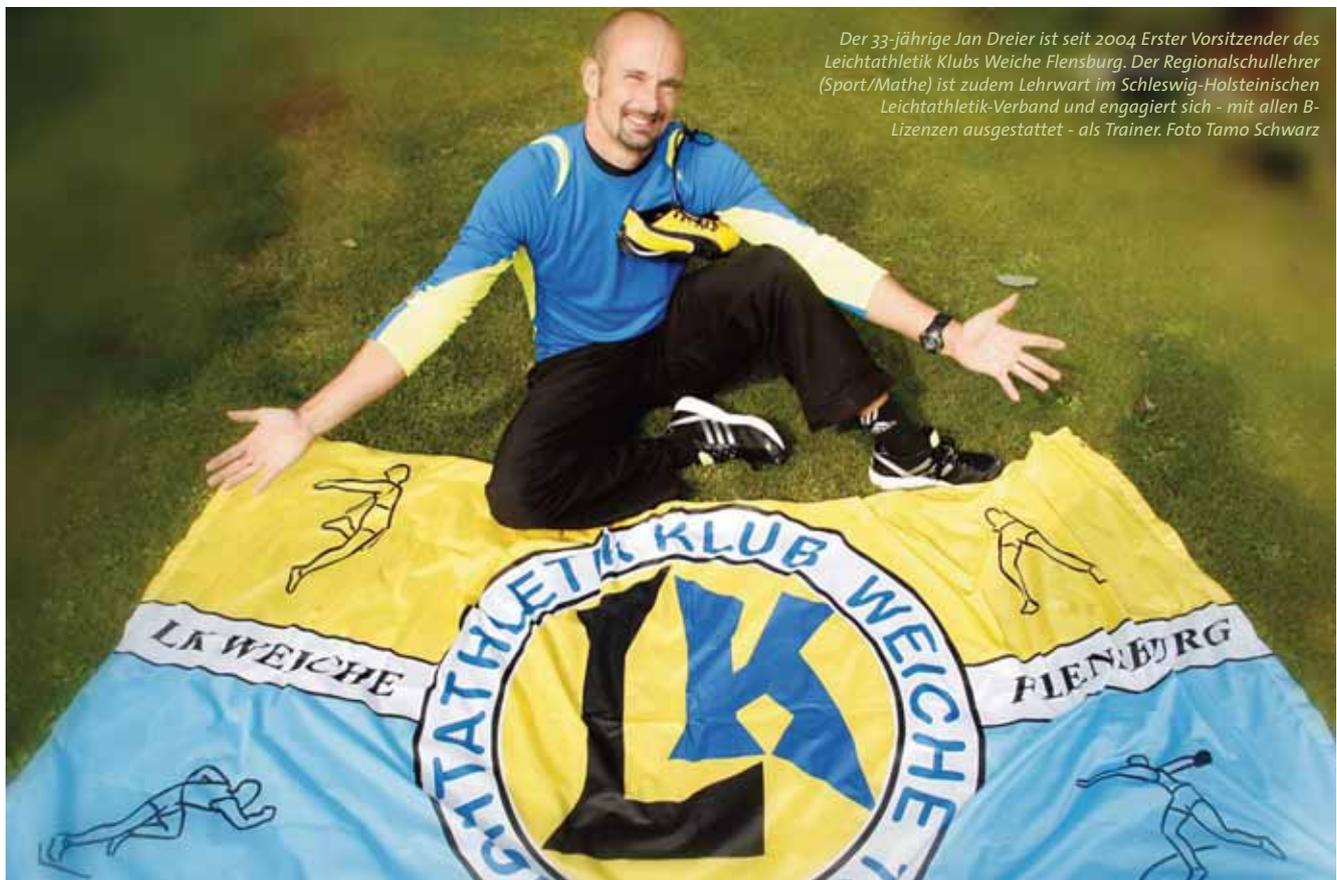
Bei Jan Dreier laufen alle Fäden zusammen. „Der Idealismus treibt mich an“, sagt Dreier, der Vorsitzender, leitender Trainer, Mentaltrainer, Fitnesstrainer, Ansprechpartner und Geschäftsstelle in Personalunion ist. Alles läuft über seinen Schreibtisch. Er

selbst trainiert nicht selten morgens vor der Schule, die sechswöchigen Sommerferien opferte er fast komplett dem Verein. Ein Glück, dass Dreier und seine Verlobte Christine Piegenschke die Leidenschaft für die Leichtathletik teilen. Piegenschke steht im LK ebenfalls als Trainerin auf der Bahn. Dreier geht es bei seinem Engagement um „alte Werte“, um ein Miteinander. „Sonst kann ich ja auch einfach in ein Fitness-Studio gehen“, sagt er und legt Wert auf die Abgrenzung zu den Großvereinen, in denen längst nicht mehr jeder jeden kennt.

Integration spielt zudem eine große Rolle. Gemeinsam mit dem „Holländerhof“ Flensburg, einer Werkstatt für Menschen mit Behinderungen, entstand eine eigene Trainingsgruppe im Verein. „Integration ist eine Selbstverständlichkeit“, so Dreier. Und auch hier wird offenbar gute Arbeit geleistet, steht doch der A-Jugendliche Marvin Jobs, der einseitig gelähmt ist, vor der

Aufnahme in den Bundeskader Wurf des Deutschen Behindertensportverbandes. Es sind die unzähligen Partnerschaften, die das Vereinsleben im LK Weiche Flensburg mit seinen drei- bis 60-jährigen Mitgliedern so spannend machen. Eine lange Partnerschaft pflegt der Klub beispielsweise mit dem TSV Wiemersdorf im Kreis Segeberg. Immer in den Osterferien geht's seit zehn Jahren dorthin ins Trainingslager, das zuletzt mit einer Berufsorientierung bei der Bundespolizei, Faustballtraining und einem Dehnungs-Workshop mit der Landesfachwartin für Rhythmische Sportgymnastik, Katja Franz, angereichert wurde. Vorher wurden Sitzungen abgehalten, in denen die Jugendlichen das Trainingslager mit geplant haben, denn, so Jan Dreier, „bei uns ist es immer ein Geben und Nehmen“. „So sollen die Jugendlichen bei uns zu Selbstständigkeit erzogen werden und Perspektiven bekommen.“

Tamo Schwarz



Der 33-jährige Jan Dreier ist seit 2004 Erster Vorsitzender des Leichtathletik Klubs Weiche Flensburg. Der Regionalschullehrer (Sport/Mathematik) ist zudem Lehrwart im Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik-Verband und engagiert sich - mit allen B-Lizenzen ausgestattet - als Trainer. Foto Tamo Schwarz

Das Team des LK Weiche Flensburg beim "Lauf ins Leben".
Foto Piegenschke



Trainerin und Jugendwartin Christine Piegenschke (Mitte) zeigt bei den norddeutschen Meisterschaften, wie es geht. Foto Verein



Adressen, Daten, Fakten

Jahrbuch des Sports 2011/2012 erschienen



Unter den etwa 10.000 aktualisierten Anschriften im Jahrbuch des Sports, Ausgabe 2011/2012, findet man alle Organisationen und Institutionen des Deutschen Sports mit den jeweiligen Ansprechpartnern in übersichtlicher Anordnung - mit Telefon-, Fax- und meist auch Mobiltelefonnummern, E-Mail- und Internet-Adressen. Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB), Landessportbünde, olympische und nichtolympische Spitzenverbände, Stadt- und

Kreissportbünde, Olympiastützpunkte, sportmedizinische Untersuchungszentren, Sportverwaltungen in Politik und Verbänden, sind nur einige Beispiele. Diese Fakten sind für ein effektives Arbeiten im Sport – sowohl im hauptamtlichen als auch im ehrenamtlichen Bereich – wichtig, um zeit- und kostenintensive Rückfragen zu vermeiden.

Der Generaldirektor des DOSB, Dr. Michael Vesper, schreibt in seinem Vorwort über dieses Buch: „Selbst im Zeitalter der neuen Medien ist das Jahrbuch des Sports in dieser gedruckten Form ein empfehlenswertes Nachschlagewerk und übersichtlicher Wegweiser durch die Sportszene in unserem Land.“

Viele wichtige Informationen sind zwar auch im Internet zu finden, aber die zusammengefasste und kompakte Übersicht aller für den organisierten Sport relevanten Daten, Fakten, Adressen, Ansprechpartner, Telefonnummern, Handynummern und E-Mail-Adressen gibt es so nur in der aktuellen Ausgabe dieses Arbeitsbuches.“

Jahrbuch des Sports 2011/2012

610 Seiten, DIN A5, ISBN 978-3-88500-411-0

19,00 Euro zuzüglich Porto und Nachnahmegebühr

oder gegen Vorkasse zuzüglich Porto (derzeit 2,20 Euro) auf das

Postgirokonto der Schors-Verlags-Gesellschaft mbH,

Kto.-Nr. 505 56-605, BLZ 500 100 60

Erschienen und zu beziehen über die Schors-Verlags-

Gesellschaft mbH, Fichtenstraße 38, 65527 Niedernhausen

Tel.: 0 61 27 / 80 29, E-Mail: schors.verlag@t-online.de

Gespräche zwischen DOSB und Stiftungszentrum.de erfolgreich abgeschlossen



91.000 Sportvereine können Softwarespenden von Microsoft erhalten

Gute Nachricht für die 91.000 deutschen Sportvereine: Sie können ab sofort auf dem IT-Spenderportal www.stifter-helfen.de – IT for Nonprofits, einem Projekt von www.stiftungszentrum.de, Softwarespenden von Microsoft erhalten. Dies ist das Ergebnis von Gesprächen, die der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) mit dem Stiftungszentrum führte. Bisher waren Sportvereine nicht förderberechtigt. Auf der IT-Spendenplattform www.stifter-helfen.de stellt Microsoft rund 150 Produkte als IT-Spende für gemeinnützige Organisationen zur Verfügung.

„Das IT-Spendenprogramm von Microsoft ist ein großartiges Angebot für die 91.000 Vereine unter dem Dach des Deutschen Olympischen Sportbundes“, sagt Karin Fehres, Direktorin Sportentwicklung, beim DOSB. „Mit diesen IT-Spenden können die Vereine effizienter und flexibler arbeiten und ihren über 27,6 Millionen Mitgliedern bessere Serviceleistungen zur Verfügung stellen.“ **Die Vereine profitieren von den folgenden Programmänderungen:**

- Die Zahl der für NGOs (Nichtregierungsorganisationen) bestellbaren Microsoft-Produkte wurde von sechs auf zehn Titel mit jeweils bis zu 50 Anwenderlizenzen erhöht. Dazu gehören Windows 7, Microsoft Office 2010 und Microsoft SharePoint 2010.
- Zum Spendenprogramm gehört ein neues „Get Genuine“-Angebot, mit dem NGOs sicherstellen, dass ihre bestehenden

Computer Originalversionen von Microsofts Betriebssystemen nutzen. Über dieses Angebot können NGOs ihre Software aktualisieren und auf dem sichersten Stand halten.

- NGOs können Softwarespenden von Microsoft über www.stifter-helfen.de bei Bedarf beantragen, nicht mehr wie zuvor nur einmal jährlich.
- www.stifter-helfen.de stellt NGOs über eine Website Informationen über ihre Spenden von Microsoft zur Verfügung. Auf dieser Internetseite können Organisationen ihre Spendenhistorie einsehen und Produkte identifizieren, die sie anfordern können.

Auf der IT-Spendenplattform www.stifter-helfen.de IT for Nonprofits stellen neben Microsoft die elf IT-Stifter Adobe, Cisco Systems, Efficient Elements, Esri, Exclaimer, GiftWorks, Laplink, O&O Software, SAP, SurveyMonkey und Symantec über 200 aktuelle Produkte als IT-Spende zur Verfügung. Damit die administrativen Kosten gedeckt sind, entrichten die gemeinnützigen Organisationen lediglich eine geringe Verwaltungsgebühr. Die NGOs sparen somit zwischen 90 und 96 Prozent des marktüblichen Verkaufspreises der IT-Produkte. Informationen zu den individuellen Förderkriterien der einzelnen IT-Stifter sowie den verfügbaren Produkten gibt es auf www.stifter-helfen.de. Außerdem können sich NGOs dort für Produktspenden registrieren.

DOSB



Gut zu wissen – Fragen und Antworten zur Sportversicherung

Für den Vereinssport bietet die Sportversicherung des Landessportverbandes eine weit reichende Absicherung, die in Form des Merkblatts unter www.arag-sport.de hinterlegt ist. Die wichtigsten Inhalte stellen wir Ihnen in dieser und in den nächsten Ausgaben des Sportforums vor:

Teil 1: Die Unfallversicherung

Welche Aufgabe hat die Unfallversicherung?

Die Unfallversicherung schützt vor den wirtschaftlichen Folgen nach einem Unfall, insbesondere im Fall einer verbleibenden und dauerhaften körperlichen oder geistigen Beeinträchtigung.

Wer ist versichert?

Alle aktiven und passiven Mitglieder, Funktionäre, Übungsleiter, Turn- bzw. Sportlehrer und Trainer, ferner die Schieds-, Kampf- und Zielrichter, alle Angestellten und Arbeiter, Mitarbeiter gegen Vergütung sowie Lizenzspieler und Helfer bei versicherten Veranstaltungen.

Was versteht die Versicherung unter einem Unfall?

Ein Unfall liegt dann vor, wenn die versicherte Person durch ein plötzlich von außen auf den Körper einwirkendes Ereignis unfreiwillig eine Gesundheitsschädigung erleidet. Auch Todesfälle als unmittelbare Folge eines auf der Sportstätte bei der aktiven Teilnahme an Wettkampf oder Training erlittenen körperlichen Zusammenbruchs (ohne äußere Einwirkung) sind versichert.

Wann besteht Versicherungsschutz?

Versichert ist grundsätzlich die Teilnahme am satzungsgemäßen Vereins-/Verbandsbetrieb. Unfälle beim Training fallen ebenso darunter wie die Teilnahme an Turnieren oder Sportveranstaltungen für den Verein. Mitversichert sind zudem auch Unfälle, die den Mitgliedern als Zuschauer bei versicherten Veranstaltungen zustoßen sowie Unfälle bei sämtlichen sportlichen Aktivitäten während des üblichen Sportbetriebes des Vereins auf Sportanlagen, die der Verein seinen Mitgliedern zur Sportausübung zur Verfügung stellt. Auch der direkte Weg zu und von den versicherten Aktivitäten ist abgesichert, jegliche private Sportausübung mit Folgen jedoch nicht.

Welche Leistungen werden erbracht?

Die Sportunfallversicherung des LSV umfasst für Mitglieder die Risiken Tod, Invalidität, Übergangsleistung sowie ein Krankenhaustagegeld. Sie hat insbesondere das Ziel, bei schweren Verletzungen eine besondere Hilfe zu bieten. Es werden daher in jedem Sportversicherungsvertrag der LSB/LSV im Invaliditätsfall und im Todesfall Leistungen erbracht. Schwerverletzten wird zudem ein Reha-Management über einen erfahrenen Rehadienst angeboten. Dieser Rehadienst begleitet den Verletzten im Rahmen der medizinischen Rehabilitation sowie im Sozialen-, Beruflichen- oder auch im Pflege-Management.

Wie errechnet sich eine Invaliditätsleistung?

Die vertraglichen Bestimmungen sehen für Dauerschäden an Gliedmaßen und Sinnesorganen (Arme, Beine, Sehkraft usw.)

festen prozentuale Invaliditätsgrade vor, die abhängig von der tatsächlichen Beeinträchtigung des Verletzten zur Entschädigungsberechnung nach ärztlicher Begutachtung herangezogen werden. Für Gesundheitsschäden an anderen oder mehreren Körperteilen oder Sinnesorganen wird der Invaliditätsgrad von Fachärzten unter Berücksichtigung medizinischer Gesichtspunkte festgestellt. Eine Invaliditätsentschädigung kann gemäß den vertraglichen Bestimmungen erst ab einem festgestellten Invaliditätsgrad von 20 % und mehr erbracht werden.

Werden Leistungen meiner privaten Unfallversicherung angerechnet?

Nein. Die Leistung aus der Sport-Unfallversicherung erfolgt zusätzlich zur privaten Vorsorge. Grundsätzlich kann über den Sportversicherungsvertrag des LSV die private Vorsorge nicht ersetzt werden. Sie stellt lediglich eine Beihilfe für Verbände, Vereine und Mitglieder dar.

Vorgehensweise bei einem Unfall

Melden Sie vorsichtshalber jeden Unfall umgehend dem zuständigen Versicherungsbüro Ihres LSV. Natürlich geht das auch online unter www.arag-sport.de.

Das waren die wichtigsten Infos zur Unfallversicherung im Sportversicherungsvertrag. In der nächsten Ausgabe des Sportforums stellen wir Ihnen die Haftpflichtversicherung vor, eine weitere wesentliche Säule des Sportversicherungsvertrags im organisierten Breiten- und Amateursport.

Das ARAG-Versicherungsbüro im Landessportverband Schleswig-Holstein erreichen Sie unter Tel. 0431-6486-6486 140 oder per eMail: vsbkiel@arag-sport.de

Wissen, was im Sport läuft...
mit dem VID Vereins-Informations-Dienst
Ein Service der ARAG-Sportversicherung
in Zusammenarbeit mit der Firma Himmelseher
und dem Sport Informationsdienst.

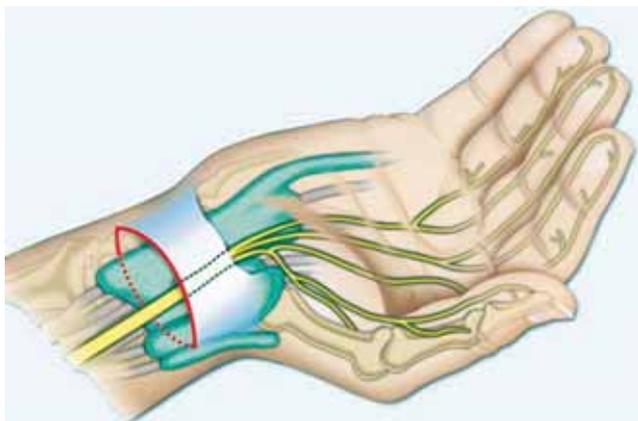
Der VID-Newsletter beinhaltet Top-Themen aus dem Sport von der ARAG Sportversicherung, aus den Landessportbünden sowie Rechtsthemen aus Sport und Verein. Der monatlich erscheinende Newsletter kann kostenlos unter www.vid.sid.de abonniert werden. Das ARAG-Versicherungsbüro im Landessportverband Schleswig-Holstein erreichen Sie unter Tel: 0431-64 86 140 oder per E-Mail: vsbkiel@arag-sport.de

Lubinus informiert:

Das Karpaltunnelsyndrom



Bereits seit Wochen ist die Nachtruhe von Frau M. gestört, sie wird mehrfach wach, die Finger der rechten Hand sind taub und kribbeln fürchterlich. Und in den letzten Nächten verspürt Frau M. zudem Schmerzen im gesamten rechten Arm, die Nächte werden immer unerträglicher. Erklären kann sich Frau M. die Beschwerden überhaupt nicht, sie nimmt zwar täglich eine Tablette gegen ihren zu hohen Blutdruck, der sei aber laut Aussage ihres Hausarztes gut eingestellt. Frau M. fühlt sich sonst wohl, verletzt hat sie sich den rechten Arm nicht, eine Überlastung ist ihr nicht erinnerlich. Der Hausarzt stellt die Diagnose Karpaltunnelsyndrom.



Das Karpaltunnelsyndrom bezeichnet ein Kompressionssyndrom eines Armnerven, des Nervus medianus in Höhe der Handwurzel. Der Nerv mit seinen Abzweigungen erreicht die Hand durch einen Tunnel, der von den Handwurzelknochen und einem kräftigen Gewebeband gebildet wird. Den Platz in diesem Tunnel teilt sich der Nerv mit den Beugesehnen und ihren Gleitgeweben. Ursächlich für die Bedrängung ist häufig eine Schwellung der Sehnengleitgewebe, die mannigfaltige Ursachen haben kann. Die chronische Form tritt vorwiegend im mittleren und höheren Lebensalter auf, Frauen sind sehr viel häufiger betroffen als Männer. Typisches Erstsymptom sind nächtlich auftretende Schmerzen oder Missempfindungen, die von der Hand in den gesamten Arm einstrahlen können. Später treten die Beschwerden auch zunehmend tagsüber auf, im fortgeschrittenen Stadium kann es zu einem Muskelschwund des Daumenballens, einer Schwäche beim Zupacken und zu einer Minderung des Tastgefühls kommen.

Nach eingehender Befragung und genauer Untersuchung der Hand von Frau M. überweist der Handchirurg die Patientin zunächst zu einem weiteren Arzt, einem Neurologen. Der Neurologe hat die Möglichkeit, die Funktion des Nervus medianus zu überprüfen. Mit einer speziellen Apparatur kann schmerzlos die Geschwindigkeit der Informationsübertragung des „biologischen Kabels“ Nerv gemessen werden: nimmt der Nerv in Höhe des Tunnels die Impulsübertragung im Vergleich zu einem gesunden Nerven zu langsam wahr, ist die Diagnose erhärtet. Zurück beim Handchirurgen ist nun die Therapie des Karpaltunnelsyndroms zu besprechen.

Im Anfangsstadium des Karpaltunnelsyndroms kann eine konservative Therapie versucht werden. Das Tragen spezieller Nachtschienen vermag die Beschwerden zumindest für eine gewisse Zeit zu beseitigen oder abzumildern. Begleitend kann ein Medikament aus der Gruppe der Antiphlogistika wie Ibuprofen oder Diclofenac eingenommen werden,

um das Abschwellen der Schleimhäute im Karpaltunnel zu ermöglichen. Den gleichen Effekt kann die Injektion eines Cortisonpräparates in den Karpaltunnel herbeiführen. Nicht selten helfen diese Maßnahmen jedoch nur vorübergehend oder unzureichend, sodass eine operative Therapie notwendig wird.

Nach eingehender Beratung von Frau M. durch den Handchirurgen ist der Entschluss zur operativen Therapie gefallen. In der Regel wird der Eingriff nicht in Vollnarkose sondern in einer „Armbetäubung“, der intravenösen Lokalanästhesie oder der Plexusanästhesie, vorgenommen, die im Lubinus Clinicum von entsprechend geschulten Anästhesisten durchgeführt wird. Die wichtigste Maßnahme der operativen Therapie ist die Spaltung des kräftigen Gewebebandes, des Retinaculum flexorum, in Höhe der Handwurzel, wenn nötig mit der lokalen Ausdünnung der Sehnengleitgewebe, um dem Nervus medianus aus der Bedrängung zu lösen. Frau M. hat den Eingriff gut überstanden, ihre Tochter hat sie nach der Operation aus der Klinik abgeholt und nach Hause gebracht. Dort wartet schon der Ehemann von Frau M., um die weitere Betreuung zu übernehmen.



Die Nachbehandlung beinhaltet neben dem Wundverband die Anlage einer leichten Handgelenkschiene, die noch im Operationssaal vom Chirurgen angelegt wird. Sie fördert die komplikationsfreie, zarte Narbenbildung. Unmittelbar postoperativ können und müssen die Finger bewegt werden, die operierte Extremität muss konsequent hoch gelagert werden, um einem Anschwellen und einer Entzündung vorzubeugen. Nach ca. vierzehn Tagen werden die Wundfäden entfernt, die Schienung wird abgelegt und das Handgelenk wird belastungsfrei mobilisiert. Eine weitgehend normale Belastung der operierten Hand ist nach ungefähr vier Wochen möglich.

Am Tag nach der Operation berichtet Frau M. ihrem Chirurgen, dass das Kribbeln in den Fingern bereits in der Nacht nach dem Eingriff nicht mehr aufgetaucht sei und der Wundschmerz unter der Einnahme der verordneten Tablette sehr gering gewesen sei. Der Therapieerfolg hängt wesentlich von Dauer und Ausmaß der bisherigen Nervenschädigung ab. In unkomplizierten Fällen behebt die Dekompression des Nervus medianus sofort sämtliche Beschwerden und beseitigt Schmerzen und nächtliche Missempfindungen. Die allgemeinen Gefahren chirurgischer Eingriffe (z. B. Nachblutung, Infektion oder Verletzung von Nerven und Blutgefäßen) sind selten geworden. Wie Frau M. ihrer Freundin nach vier Wochen berichtet, seien die Beschwerden am rechten Arm vollkommen zurückgegangen und Frau M. mit dem Behandlungsverlauf sehr zufrieden.

LUBINUS CLINICUM

Orthopädische Chirurgie



LUBINUS
CLINICUM

Endoprothetik:
Dr. Ph. Lubinus,
Tel. 0431/388-205

Hand- und Mikrochirurgie:
Dr. Chr. Ranft,
Tel. 0431/388-209

Fußchirurgie:
Dr. T. Fischer,
Tel. 0431/388-205

Unfall- und arthroskopische Chirurgie, Sporttraumatologie:
Dr. H. Laprell,
Tel. 0431/388-204

Wirbelsäulenchirurgie, Kinder-, Rheuma- und onkolog. Orthopädie:
Prof. Dr. Ch. Hopf,
Tel. 0431/388-302

Plastische und Wiederherstellende Chirurgie:
Dr. M. Geenen,
Tel. 0431/388-305

Gefäßchirurgie:
Dr. A. Marquardt,
Tel. 0431/388-284

Schmerztherapie:
Dr. W. Wabbel,
Tel. 0431/388-281

Anästhesie und operative Intensivmedizin:
Dr. C. Hudemann,
Tel. 0431/388-260

LUBINUS
AMBULANT

Ambulantes Operationszentrum:
Tel. 0431/388-281

Notfallambulanz, D-Arzt, BG
Tel. 0431/388-226

Privatärztliche Behandlung:
Alle Fachbereiche

Ermächtigung für Hand- und Mikrochirurgie
Ermächtigung für Wirbelsäulenchirurgie, Kinder- und onkologische Orthopädie

LUBINUS
AKTIV

Praxis für Physiotherapie
Ambulantes Rehasentrum
Zentrum für Prävention

LUBINUS
AKADEMIE

Johann Hermann Lubinus Schule
• Schule für Physiotherapie:
Tel. 0431/388-120

Lubinus Akademie
• Fort- und Weiterbildung

LUBINUS
SERVICE

Lubinus-Sodexho
Dienstleistungs-GmbH
(Gastronomie/Partyservice)

Lubinus Sitex-
Service GmbH
(Wäscheversorgung)

Lubinus-Kuhnert
Dienstleistungs-GmbH
(Gebäudereinigung)

Lubinus-orgaMed
Sterilgut GmbH
(Sterilgutversorgung)

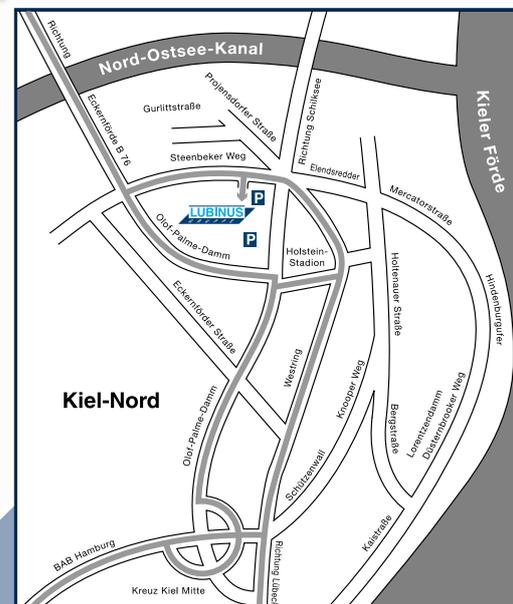
LUBINUS
KOOPERATION

Praxen für:
Orthopädie
Gefäßchirurgie
Chirurgie
Plastische und Ästhetische Chirurgie
Urologie
Dermatologie/Allergologie
Zahnmedizin
Labormedizin
Radiologie
Anästhesie/Schmerztherapie
Anästhesie
Innere Medizin
Frauenheilkunde

Apotheke
Orthopädie Technik
Klinik-Shop

LUBINUS
GRUPPE

LUBINUS GRUPPE
Steenbeker Weg 25
24106 Kiel
Telefon 0431/388-0
Telefax 0431/388-240
info@lubinus-clinicum.de
www.lubinus-clinicum.de



Der direkte Draht zum Landessportverband

LSV Schleswig-Holstein
 Haus des Sports
 Winterbeker Weg 49
 24114 Kiel
Tel.: 0431 6486-0
 info@lsv-sh.de

Sport- und Bildungszentrum
 Bad Malente
 Eutiner Straße 45
 23714 Bad Malente
 Tel.: 04523 - 98 44 10
 sbz@lsv-sh.de
Tel. 04523 - 98 44 30
 bildungswerk@lsv-sh.de

Tel. Kiel: 0431 - 64 86 -

Aus- und Fortbildung - Bildungswerk	04523 - 984430	bildungswerk@lsv-sh.de
Aus- und Fortbildung - Sportjugend	152	walther.furthmann@sportjugend-sh.de
Bestandserhebung/Mitgliederverw.	148	anja.schleusener@lsv-sh.de
Breitensport/Vereins-, Verbandsentw.	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Buchhaltung	188	manuela.schulz@lsv-sh.de
EDV / Internet	204	wolfgang.behrens@lsv-sh.de
Ehrungen / Jubiläen	133	diana.meyer@lsv-sh.de
„Familiensport“	143	sabrina.eckhoff@lsv-sh.de
Finanzen	200	ingo.buyny@lsv-sh.de
Frauen im Sport	146	annika.pech@lsv-sh.de
GEMA	133	diana.meyer@lsv-sh.de
Geschäftsleitung	147	manfred.konitzer-haars@lsv-sh.de
Gesundheitssport	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Haus des Sports Zentrale	0	dorit.beissel-guenther@lsv-sh.de
Integration durch Sport	107	karsten.luebbe@lsv-sh.de
Justitiariat	101	maren.koch@lsv-sh.de
Leistungssport	04523 - 984433	thomas.behr@lsv-sh.de
Präsident - Büro	135	sigrid.oswald@lsv-sh.de
Präsidium / Vorstand - Büro	133	diana.meyer@lsv-sh.de
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit	163	stefan.arlt@lsv-sh.de
Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“	240	meike.kliewe@lsv-sh.de
„Rezept für Bewegung“	240	marie.schmidt@lsv-sh.de
Schulsport	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Schule & Verein	203	petra.petersen@lsv-sh.de
Senioren-sport	217	brigitte.gehrke@lsv-sh.de
Spenden	136	hilga.rabe@lsv-sh.de
Sportabzeichen	120	petra.tams@lsv-sh.de
SPORTforum - Redaktion	163	stefan.arlt@lsv-sh.de
Sport gegen Gewalt	137	klausmichael.poetzke@lsv-sh.de
	189	sport.gegen.gewalt@lsv-sh.de
Sport- und Bildungs-	04523 -	
zentrum Malente	984410	harald.kitzel@lsv-sh.de
Tag des Sports	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Umwelt-, Naturschutz/ Natura 2000	118	svn.reitmeier@lsv-sh.de
Vereinsaufnahmen	133	diana.meyer@lsv-sh.de
Vereins-service (Sportmobil-/ und Kletterwand-Team)	183	heico.tralls@lsv-sh.de
Verwaltungsberufsgen. VBG	101	maren.koch@lsv-sh.de
Zuschüsse	201	renate.carlson@lsv-sh.de
Sportjugend Schleswig-Holstein	151	info@sportjugend-sh.de
Geschäftsführung	121	carsten.bauer@sportjugend-sh.de
Freiwilliges Soziales Jahr	198	kristina.exner-carl@sportjugend-sh.de
Aus- und Fortbildung	152	walther.furthmann@sportjugend-sh.de
Aus- und Fortbildung	252	anne.kolling@sportjugend-sh.de
Projekt „Kinder in Bewegung“	208	klaus.rienecker@sportjugend-sh.de
Projekt „JES“	227	info@sportjugend-sh.de
Großveranst./Internationales	185	astrid.petersen@sportjugend-sh.de
Sportversicherung		
ARAG-Versicherungsbüro	140	vsbkiel@arag-sport.de
Sportvermarktung		
Sport- und Event-Marketing	134	f.ubben@semsh.de
Schleswig-Holstein GmbH	177	m.holzum@semsh.de

Wir danken unseren Partnern und Förderern

Steuer-Hotline Die Steuerhotline wird an jedem ersten Dienstag im Monat durchgeführt.

Die nächsten Termine: **Dienstag, 6. 9. 2011**
Dienstag, 4. 10. 2011 jeweils von
Tel.: 0431-990 81 200 16-18 Uhr

Die telefonische Steuer-Hotline ist für die Vereine und Verbände des Landessportverbandes Schleswig-Holstein kostenlos. Bitte beachten Sie, dass die angegebene Telefonnummer ausschließlich während der Beratungstermine als Steuer-Hotline des LSV zur Verfügung steht. Die Beratung erfolgt durch Steuerberater Reinhard Take von der Kanzlei Take Maracke und Partner, Kiel.

Impressum

SPORTforum ist das offizielle Magazin des Landessportverbandes Schleswig-Holstein e.V. **SPORTforum** erscheint elfmal jährlich. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Herausgeber und Verleger: Landessportverband Schleswig-Holstein e.V.
Redaktion: Landessportverband Schleswig-Holstein e.V., Stefan Arlt, 24114 Kiel, Winterbeker Weg 49, Tel. (0431) 64 86 - 163 Fax (0431) 64 86 - 111 • stefan.arlt@lsv-sh.de • www.lsv-sh.de
Verantwortlich für den LSV-Inhalt: Manfred Konitzer-Haars
Verantwortlich für den sjsh-Teil: Carsten Bauer
Anzeigenverwaltung: Sport- und Event-Marketing Schleswig-Holstein GmbH
 Telefon (0431) 64 86 - 177 • www.semsh.de
Layout + Herstellung: al-design, A. Lichtenberg, Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel
 Tel. (0431) 64 86 280, Fax 64 86 281, a.lichtenberg@web.de
Fotonachweis: Titel:S.4,5: Daniel Kause (wirkhaus), S.5 Stefan Arlt, Peter Alexnat, DOSB, S.6 privat, S.8: Blau Weiß Wittorf, S.10 fotolia, S.14 Jörg Lühn, LSV, S. 15-18 sjsh, S.20 SBZ Malente, S.23 TTVSH, S.24 LK Weiche, S.25 LK Weiche, Tamo Schwarz, S.28 Lubinus.
 Mit Namen oder Quellenangabe gekennzeichnete Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung des Landessportverbandes SH dar.



Unfallschutz: Wir versichern den Norden.

- Die gesetzliche Unfallversicherung schützt Sie nur während Ihrer Arbeit, wir schützen Sie für den Rest des Tages.
- Wir sorgen für 100%igen Versicherungsschutz rund um die Uhr.
- Bei allen Provinzial Vertretungen, Sparkassen oder unter www.provinzial.de.

www.wir-versichern-den-norden.de

PROVINZIAL

Alle Sicherheit für uns im Norden

Die Versicherung der Sparkassen

Überall in Schleswig-Holstein:
800 Annahmestellen bieten Ihnen
ein vielfältiges Spielangebot
und kompetente Beratung.



Lotterien und Wetten sind Glücksspiele. Lassen Sie das Spielen nicht zur Sucht werden! Hilfe: Landesstelle für Suchtfragen S-H: Tel. 04 31/56 47 70 und Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Tel. 08 00/1 37 27 00. Die Spielteilnahme unter 18 Jahren ist nicht zulässig!

 **LOTTO**[®]
Schleswig-Holstein