

# SPORT *forum*

Das Magazin des Landessportverbandes Schleswig-Holstein  
November 2012

WIR SIND DER SPORT!

1. Schleswig-Holsteinischer Sport **DIALOG**



Save the date!  
Damp: 15. bis 17. März 2013



# Wir machen uns stark für die Jugend

Die Schleswig-Holstein Netz AG unterstützt die Sportjugend im Rahmen des Projektes „Kein Kind ohne Sport“, bei dem gerade Kindern aus sozial schwachen Familien das Sporttreiben ermöglicht werden soll. Dafür stellen wir zahlreiche Starterpakete zur Verfügung.

An der Schleswig-Holstein Netz AG sind rund 190 Kommunen und die E.ON Hanse AG beteiligt.





**WIR SIND DER SPORT!**  
1. Schleswig-Holsteinischer Sport DIALOG

## Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit der ungewöhnlichen Aufmachung der Titelseite der aktuellen Ausgabe unseres SPORTforums wollen wir Sie auf eine besondere Veranstaltung des Landessportverbandes im kommenden Jahr aufmerksam machen. Der LSV veranstaltet vom 15. bis 17. März 2013 im Congress Centrum Damp den „1. Schleswig-Holsteinischen Sportdialog“. Mit dieser Veranstaltung wollen wir eine neue Form des Austausches für die Verantwortlichen der Sportvereine und Sportverbände Schleswig-Holsteins anbieten. Nach einem gemeinsamen Auftakt der Mitglieder der Ausschüsse des Landessportverbandes am 15. März 2013 werden der 16. und 17. März 2013 als offene Tagung mit freier Anmeldung durchgeführt.

Im Mittelpunkt der Dampertage steht die Auseinandersetzung über Lösungswege zur Bewältigung der aktuellen und künftigen Herausforderungen in den Sportvereinen und Verbänden in unserem Land. In verschiedenen Foren werden dabei neue Formen der Mitgliedergewinnung und -bindung ebenso im Mittelpunkt stehen wie Fragen der Finanzierung oder der Umgang mit konkurrierenden Sportanbietern. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben zudem die Möglichkeit, sich im Vorfeld mit eigenen Themenstellungen in die Veranstaltung einzubringen.

Die Konzeption des „1. Schleswig-Holsteinischen Sportdialogs“ ist von der Überzeugung geleitet, dass der Stellenwert des Sports in Schleswig-Holstein durch einen intensiven Austausch der Vereine und Verbände untereinander ebenso an Stärke gewinnen kann wie jeder einzelne teilnehmende Verein oder Verband.

Der von der Provinzial unterstützte „1. Schleswig-Holsteinische Sportdialog“ steht unter dem Motto „Wir sind der Sport!“. Mit diesem Motto positioniert sich der in den Vereinen und Verbänden organisierte Sport selbstbewusst als Sportanbieter Nr.1 in Schleswig-Holstein. Zugleich sollen mit dem „Sportdialog“ der Zusammenhalt und das „Wir-Gefühl“ des organisierten Sports in Schleswig-Holstein gefördert werden.

Der Grundstein für den „1. Schleswig-Holsteinischen Sportdialog“ wurde im „Sportpolitischen Orientierungsrahmen“ des Landessportverbandes gelegt, der im Juni dieses Jahres für den Zeitraum 2012-2016 beschlossen wurde. Hierin wurden die zentralen Handlungsfelder für die künftige Sportentwicklung in Schleswig-Holstein umfassend skizziert. Der „1. Schleswig-Holsteinische Sportdialog“ stellt in der Umsetzung einen wichtigen Schritt auf dem Weg zur zukünftigen Ausgestaltung des Sports in Schleswig-Holstein dar.

Teilnehmen können alle Interessierten, die Verantwortung in den Sportvereinen und -verbänden Schleswig-Holsteins tragen. Für die Gesamtteilnehmerzahl ist eine Obergrenze gegeben. Die detaillierte Ausschreibung wird in der Doppelausgabe Dezember/Januar des SPORTforums sowie zeitgleich im Internet veröffentlicht. Bitte merken Sie sich den Termin 15.-17. März 2013 bereits heute vor!

Mit freundlichen Grüßen

*Dr. Ekkehard Wienholtz*

Dr. Ekkehard Wienholtz  
Präsident des Landessportverbandes

## LSV-Info

<i>Friedlich-dynamisches Miteinander beim 2. interkulturellen Spiel- und Sportfest in Kiel</i>	4
<i>LSV und BARMER GEK besiegeln Vertragsverlängerung</i>	6
<i>Erneut indonesische Top-Trainer zu Gast in Malente</i>	7
<i>Noch freie Plätze für Sport, Bildung, Spaß und Erholung in Malente</i>	7
<i>„Rezept und Empfehlung für Bewegung“ auch für Dithmarschen</i>	8
<i>KielNET spendiert G-Jugend des SV Felm neuen Trikotsatz</i>	10
<i>Dokumentation zum Sportpolitischen Symposium als Download verfügbar</i>	11
<i>HVSH Final Four 2013 in Altenholz</i>	11

## Vereine und Verbände

<i>Bogenschießen: Deutscher Meistertitel für Henrik Hornung - Bronze für Florian Kahlund</i>	12
<i>Redaktionsschluss für das nächste SPORTforum beachten!</i>	12
<i>„Ziel-im-Visier - Zukunft Schützenverein“</i>	
<i>Schützenvereine warben um Nachwuchs</i>	13
<i>Sportjugend Schleswig-Holstein</i>	15-18
<i>Fehlende Vorbilder</i>	20-21
<i>SHFV: Nord-Süd-Dialog mit den bayerischen Kollegen</i>	22
<i>DOSB und BZgA: „Alkoholfrei Sport genießen“ geht in die Verlängerung</i>	23
<i>Rhönradturner Christoph Clausen vierfacher Deutscher Meister 23</i>	
<i>Köpfe Klubs Ideen: Frauen-Segelklasse 49erFX: Mit Highspeed Richtung Olympia</i>	24-25
<i>Neue Segel-Asse im Kieler Sportinternat</i>	25

## Service

<i>Trendsportart Slackline: „Geniales Training der Koordination“</i>	26
<i>ARAG Sportversicherung informiert: Nicht versäumen - Schadenfälle unverzüglich beim Versicherungsbüro melden!</i>	27
<i>Lubinus-Stiftung informiert: Der Tennisellenbogen – ein häufiges schmerzhaftes Problem beim Sportler</i>	28-29
<i>Der direkte Draht zum LSV</i>	30
<i>Steuerhotline</i>	30
<i>Impressum</i>	30

## Friedlich-dynamisches Miteinander beim 2. interkulturellen Spiel- und Sportfest in Kiel „Sport kennt keine Grenzen“



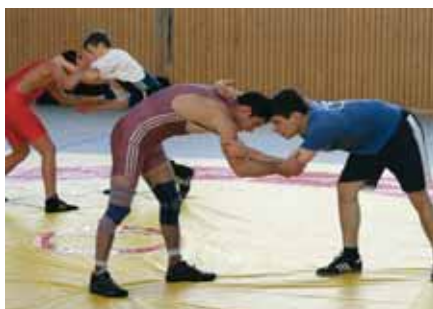
*Der Innenminister, die Stadtpräsidentin, die drei aussichtsreichsten Oberbürgermeisterkandidaten, der Präsident des Landesportverbandes: Alle waren sie am Sonnabend da beim zweiten interkulturellen Sportfest im Sportpark Gaarden. Doch als die Prominenten noch ihre Eröffnungsreden hielten, steckten die Kleinsten schon längst mitten im Geschehen und lieferten sich die ersten heißen Bobbycar-Rennen.*

Spaß und Bewegung war schließlich angesagt, und an entsprechenden Möglichkeiten herrschte wahrlich kein Mangel. Die zehnjährige Keje stürzte sich indes wie viele andere erst einmal aufs Glücksrad von Holstein Kiel, darauf hoffend, dass Fortuna ihr eine Freikarte fürs nächste Spiel gegen Wolfsburg bescheren würde. Heraus kam zwar nur ein Trostpreis, doch das Mädchen war auch so zufrieden und schickte sich fröhlich an, den Sportpark zu erkunden. Tanzen mit der Arbeiterwohlfahrt, Schachspielen und Spinnennetz-Labyrinth mit dem Vinetazentrum, Kicken im Soccercourt des LSV oder beim E-Jugend-Turnier auf dem Kleinfeld, Hockey und unauzählbar mehr gab es auf dem weitläufigen Gelände. Ebenfalls viel los war in der Coventryhalle, wo sich diejenigen präsentierten und zum Mitmachen einluden, die für ihren Sport ein Dach überm Kopf brauchen. Kraftvolle Athletik zeigten die Ringer und Boxer der TuS

Gaarden, die bewiesen, welche hohen Anforderungen an Fitness, Reaktionsvermögen und Körperbeherrschung diese Kampfsportarten stellen. Auch die Judokämpfer des knapp zwei Jahre jungen Sportvereins Makkabi Kiel gewährten mitreißende Einblicke in ihren Trainingsalltag und beeindruckten mit kühn anmutenden Fall- und Flugübungen. Der SV Makkabi ist ein jüdischer Sportverein, der gleichwohl Angehörigen aller Religionen offensteht, wie Vorstandlerin Olena Federova betont: „Sport kennt keine Grenzen.“ Auch in der Praxis geht es in dem Verein nach ihrer Darstellung bunt gemischt her. Und niveauvoll: Immerhin fünf Judokas des kleinen Makkabi gehören derzeit dem Landeskader an, und in Disziplinen wie Sambo gibt man ebenfalls eine gute Figur ab.

Ein „tolles Sportfest“, schwärmte LSV-Präsident Dr. Ekkehard Wienholtz, und die übrige Prominenz war ebenfalls äußerst angegan von friedlich-sportlichem Miteinander in Gaarden. Innenminister Andreas Breitner (SPD) zeigte sich „begeistert von solchen Veranstaltungen“ und Stadtpräsidentin Cathy Kietzer (SPD) pries den Aktionstag als Beweis für die integrative Kraft des Sports und gelungenen sportlichen Abschluss der Interkulturellen Wochen.

*Martin Geist*





## Erhard Sport bringt Bewegung in Ihre Einrichtung!

### Das Konzept:

Bewegung ist der wichtigste Entwicklungsreiz im Kindesalter. Bewegen sich Kinder abwechslungsreich und in ausreichendem Maße, werden nicht nur konditionelle, sondern auch koordinative Fähigkeiten geschult und damit die Reifung des Nervensystems unterstützt.

### Wichtige Fragen:

Erhard Sport als führender Sportgerätehersteller in Deutschland erschließt jetzt den Bereich Kindergarten und Grundschule.

- 🌀 Bewegung im Kindesalter spielt für sie eine wichtige Rolle?
- 🌀 Sie möchten den Bildungsbereich Bewegung in Ihrer Einrichtung aufbauen, weiter ausbauen oder durch geeignete Materialien abrunden?
- 🌀 Sie benötigen Unterstützung bei der Ideensammlung, Umsetzung oder auch räumlichen Gestaltung?
- 🌀 Sie wünschen sich eine fundierte Wissensvermittlung zum Thema Bewegungsförderung im Kindesalter?

### Unser Angebot:

Dann können wir Ihnen weiterhelfen. Gern unterstützen wir Sie bei all Ihren Fragen.

Zusätzlich profitieren Sie von günstigeren Preisen und Produkte in hoher Qualität.

**Werden Sie Kooperationspartner von Erhard Sport und genießen sie viele Vorzüge einer soliden Zusammenarbeit!**

### Kontakt:

## ERHARD<sup>®</sup> SPORT

Erhard Sport Projekte GmbH

Berliner Str. 8 | 14797 Kloster Lehnin OT Damsdorf  
Tel.: 03382 70 32 32 | Fax: 03382 70 32 33

damsdorf@erhard-sport.de

www.ich-bin-priffig.de | www.erhard-sportprojekte.de



Turnen und Spielen mit Pfiff.



## LSV und BARMER GEK besiegeln Vertragsverlängerung

**BARMER  
GEK** die gesund  
experten

Die BARMER GEK bleibt ein weiteres Jahr einer der wichtigsten Partner und Förderer des Landessportverbandes Schleswig-Holstein (LSV) und setzt damit in 2013 die langjährige Unterstützung des Sports in Schleswig-Holstein fort.

„Ohne die Unterstützung der BARMER GEK könnten viele Fördermaßnahmen des LSV für seine Vereine und Verbände nicht umgesetzt werden“, sagt LSV-Präsident Dr. Ekkehard Wienholtz.

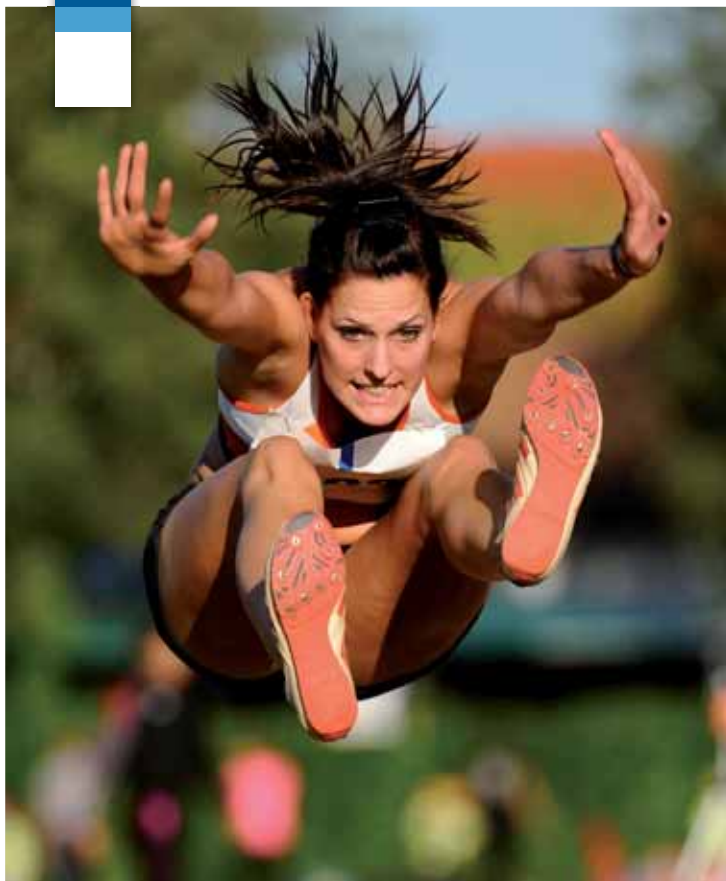
Vorrangig engagiert sich Deutschlands größte Krankenkasse für das Projekt „Schule und Verein“ und den LSV-BARMER GEK Breitensportpreis. Einen weiteren Schwerpunkt der Kooperation



Freuen sich über die Fortsetzung der Kooperation. V.l.n.r.: LSV-Präsident Dr. Ekkehard Wienholtz, BARMER GEK-Landesgeschäftsführer Thomas Wortmann, LSV-Vizepräsident Heinz Jacobsen und SEMSH-Geschäftsführer Frank Ubben.

bildet der jährlich stattfindende „Tag des Sports“ in Kiel, bei dem die BARMER GEK die Besucher mit diversen Aktionen auf der Moorteichwiese begeistert.

LSV/ar



### Jetzt wechseln!

Die BARMER GEK ist der optimale Partner für sportlich Aktive und bietet eine ganze Menge.

**Zum Beispiel:**

- rund 800 Geschäftsstellen bundesweit
- erfolgreiche Bonusprogramme
- attraktive Wahltarife
- exklusive Zusatzversicherungen
- [www.barmer-gek.de](http://www.barmer-gek.de)

► Machen Sie das Deutsche Sportabzeichen! Sie erhalten 150 Punkte für das Bonusprogramm aktiv pluspunkten von der BARMER GEK.

**BARMER GEK Schleswig-Holstein**

Hopfenstraße 1c • 24114 Kiel  
Tel. 0800 33 20 60 85-0\*  
[schleswig-holstein@barmer-gek.de](mailto:schleswig-holstein@barmer-gek.de)

\* Anrufe aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz sind für Sie kostenfrei!

**BARMER  
GEK** die gesund  
experten

## Erneut indonesische Top-Trainer zu Gast in Malente

Schon zum fünften Mal war das Sport- und Bildungszentrum (SBZ) Malente für zwei Wochen Gastgeber für zwölf Leichtathletik-Trainerinnen und -Trainer aus Indonesien. Der Schleswig-Holsteinische Leichtathletik-Verband (SHLV) als Träger dieser Maßnahme wurde wiederum unterstützt vom Auswärtigen Amt der Bundesrepublik Deutschland, das im Rahmen der internationalen Sportbeziehungen die Förderung dieses Projektes übernommen hatte.

In diesem Jahr hatten die Gäste, die in Indonesien ausgewählt und zur Fortbildung nach Deutschland geschickt worden waren, den Schwerpunkt „Stoß und Wurf“ gewählt. In den Disziplinen Kugelstoßen, Diskuswerfen, Speerwerfen und Hammerwurf scheint ein großer Nachholbedarf in Indonesien zu herrschen. Alle in Malente anwesenden Trainerinnen und Trainer sind in den verschiedenen Provinzen Indonesiens als Landes- bzw. Auswahltrainer in diesen Sportarten tätig.

Zu den Fachdozenten in Malente gehörte auch der ehemalige Bundestrainer im Kugelstoßen Dieter Kollark, der u.a. die Kugelstoßerin Astrid Kumbernuss und die Diskuswerferin Franka Dietzsch zu Weltmeisterinnen machte. Auch zwei Sportler (darunter Anna Rüh, in diesem Jahr Olympia-Zehnte, EM-Vierte und Junioren-Weltmeisterin im Diskuswerfen), die als „Demo-

Athleten“ fungierten, konnten den Gästen durch praktische Demonstrationen einen interessanten Eindruck der Umsetzung der Trainingsmethoden liefern. Bei der Projekt-Auswertung am Abschlusstag betonten die Teilnehmenden ihre große Zufriedenheit und lobten die fachlichen Inhalte und die ausgewählten, teils hochkarätigen Dozenten. Auch das Rahmenprogramm mit Exkursionen in die nähere Umgebung nach Plön/Eutin, zum Lauftag der Schulen nach Ratzeburg, in die Hansestadt Lübeck, die Landeshauptstadt Kiel sowie nach Hamburg und Berlin fand großen Gefallen bei den asiatischen Gästen. SBZ/ki

*Empfang der indonesischen Gäste im Kieler Haus des Sports. Vord. Reihe sitzend v.l.n.r.: Projektleiter Bodo Schmidt, LSV-Vizepräsident Heinz Jacobsen, SHLV-Präsident Wolfgang Delfs, Dolmetscher Anang Kusuma.*



Jetzt informieren!

## Noch freie Plätze für Sport, Bildung, Spaß und Erholung

Nach Abschluss der Belegungsplanung mit dem Landessportverband, der Sportjugend und den Fachverbänden kann das Sport- und Bildungszentrum Malente (SBZ) für 2013 in mehreren Zeitfenstern noch freie Plätze anbieten. Gruppen aller Art, die Trainings- und Tagungsmaßnahmen im SBZ buchen möchten, können diese freien Kapazitäten nutzen. Bei der Programmgestaltung sind die Verantwortlichen der Sportschule gern behilflich.

Aufgrund der großen Nachfrage gibt es auch im kommenden Jahr wieder zahlreiche Angebote für Erwachsene und Senioren. Dazu gehören u.a. die beliebten Senioren-Fitness-Wochen und erstma-

lig auch eine Senioren-Akademie im März mit frei wählbarem Programm. Wieder im Angebot sind die Radwanderwoche, die „Kulturelle Tenniswoche“, eine Sport- und Naturwoche sowie die Wellness- und Entspannungswoche.

Einen anderen Blickwinkel auf das eigene Wohlbefinden bietet die kombinierte Fasten- und Wanderwoche: Mit „Heilfasten nach Buchinger“ können Gesunde die eigenen Selbstheilungskräfte stärken. **Detaillierte Informationen zu den freien Kapazitäten und den Inhalten der Angebote bei Harald Kitzel, Tel.: 04523 - 984 411, harald.kitzel@lsv-sh.de oder Corinne Hingst, Tel. 04523 - 984 410, Fax: 04523-984420, sbz@lsv-sh.de.** SBZ/ki

Erfolgreiches LSV-Projekt in Kooperation mit Ärztekammer, Apothekerkammer und Sparkassen

## „Rezept und Empfehlung für Bewegung“ auch für Dithmarschen

Das „Rezept für Bewegung“: So heißt das in Kooperation mit der Ärztekammer Schleswig-Holstein und den schleswig-holsteinischen Sparkassen im August 2010 gestartete innovative Projekt des Landessportverbandes (LSV), mit dem Ärzte und Sportvereine in der Gesundheitsförderung noch enger zusammenarbeiten können. Ärzte können ohne großen Aufwand über eine vom LSV eingerichtete Datenbank für jede Patientin und jeden Patienten ein geeignetes Bewegungs- und Sportangebot in einem Verein in der Nähe herausuchen und detaillierte „Rezepte für Bewegung“ ausstellen.

Im März 2012 vereinbarte der Landessportverband eine weitere Kooperation: Durch die Zusammenarbeit mit der Apothekerkammer Schleswig-Holstein wird das Netz der über 700 schleswig-holsteinischen Apotheken in die LSV-Kampagne „Rezept für Bewegung“ mit eingebunden. Um sich von dem Rezeptcharakter der ärztlichen Partner zu unterscheiden, wurde für die Apotheken die „Empfehlung für Bewegung“ aus der Taufe gehoben, die ebenfalls einfach ausdrückbar ist. Die Apothekerkammer ist damit nun auch ein strategischer Partner des organisierten Sports in Schleswig-Holstein. Beide Berufsgruppen erhalten nach der Registrierung beim Landessportverband Schleswig-Holstein einen identischen Zugriff auf die online-Datenbank, in der alle qualitätsgesicherten Sport- und Bewegungsangebote enthalten sind. Die ausschließlich von speziell ausgebildeten Übungsleitern durchgeführten Sportangebote richten sich an Menschen aller Altersgruppen. Aus dem Kreis Dithmarschen wirken bisher 8 Vereine an dem Projekt mit, die insgesamt 55 gesundheitsorientierte Sportangebote angemeldet haben, davon 46 Präventions- und 9 Rehabilitationsangebote. Insgesamt umfasst die Online-Datenbank bereits mehr als 770 Angebote. Über 452 Ärzte und 720 Apotheken sind bis heute für das Projekt registriert und signalisieren damit, zukünftig das „Rezept für Bewegung“ bzw. die „Empfehlung für Bewegung“ ausstellen zu wollen. Aus Dithmarschen sind schon 18 Ärzte und 29 Apotheken mit dabei.

„Mit diesem Projekt, das vom Institut für Sport und Sportwissenschaften an der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel wissenschaftlich begleitet wird, haben wir gute Chancen, auch Zielgruppen zu erreichen, an die wir mit herkömmlichen Kommunikationsmethoden nicht herankommen würden“, betont der beim Landessportverband für den Breitensport zuständige Geschäftsführer Thomas Niggemann. „Das von Medizinern ausgestellte „Rezept für Bewegung“ und die von Apothekern ausgestellte „Empfehlung für Bewegung“ verleihen der reinen Aufforderung, sich mehr zu bewegen mehr Nachdruck als nur allgemeine Ratschläge nach dem Motto: „Sie sollten sich etwas mehr bewegen!“, so Niggemann weiter. Ob es um das Herz-Kreislauf-System, das Muskel-Skelett-System, Stressbewältigung und Entspannung, Gesundheitsförderung für Ältere oder Koordination und motorische Förderung von Kindern und Jugendlichen geht: In ganz Schleswig-Holstein gibt es mittlerweile eine Vielzahl von gesundheitsorientierten Sportangeboten in den Vereinen, die für die an dem Projekt beteiligten Mediziner und Apotheker mit geringem Aufwand abrufbar und einfach auszudrucken sind. „Den Patienten und Kunden kann in ihrer



Die Kooperationspartner in Dithmarschen: v.l.n.r.: Gerd Ehmen (Kreisapotheker Dithmarschen und Präsident der Apothekerkammer Schleswig-Holstein), Wolfgang Beer (LSV-Vizepräsident), Tede Ibs (Vorstandsmitglied der Sparkasse Westholstein), Gesche Dohrn (Kreissportverband Dithmarschen), Dr. Michael Lohmann (Ärztekammer Schleswig-Holstein), Ute Michaelsen (TuRA Meldorf) und Dr. Mark Ketelsen (am Projekt teilnehmender Arzt aus Meldorf).

Arztpraxis und auch in ihrer Apotheke ein auf ihr eigenes Profil und Gesundheitsbild zugeschnittenes Bewegungsangebot mit allen notwendigen Vereins-Kontakt-daten an die Hand gegeben werden. Die Vereine bekommen Zulauf und können langfristig auf mehr Mitglieder hoffen“, beschreibt Monique Lehmann, die seit Anfang 2012 beim LSV mit der Leitung des Projekts betraut ist und die Online-Datenbank pflegt, den unmittelbaren Nutzen für die Patienten, Kunden und Sportvereine. Auch Dr. Michael Lohmann von der Ärztekammer Schleswig-Holstein wies auf den Vorteil hin, dass den Patienten etwas zum Nachlesen in die Hand gegeben wird: „Im Gespräch mit dem Arzt sind viele Patienten so aufgeregt, dass längst nicht alles im Gedächtnis hängen bleibt.“ Und: „Der Formularcharakter hat mehr Wirkung als ein mündlicher Rat allein.“ Der Präsident der Apothekerkammer Schleswig-Holstein, Gerd Ehmen, begrüßt ausdrücklich die neue Kooperation mit dem Landessportverband und der Ärzteschaft: „Die Apotheken sind eine wichtige Anlaufstelle rund um das Thema Gesundheit. Hier kann bereits im Beratungsgespräch auf niedrigschwelliger Ebene die Vermittlung geeigneter und ortsnaher Sportangebote erfolgen. Die internetbasierte Datenbank, in der sich alle Vereine präsentieren trägt dabei entscheidend zum Erfolg dieses Projekts bei.“

Finanziert wird das Projekt mit Hilfe der schleswig-holsteinischen Sparkassen. Die zur Verfügung gestellten Mittel wurden und werden für die Einrichtung und Pflege der Online-Datenbank, die Erstellung von Informationsmaterial und die Durchführung von Informationsveranstaltungen und Schulungen eingesetzt. Tede Ibs, Vorstandsmitglied der Sparkasse Westholstein, ist überzeugt, dass dieses Geld bestens angelegt ist: „Unsere Gesellschaft kann nur davon profitieren, wenn alles dafür getan wird, die Gesundheit mit Hilfe gezielter Bewegungsangebote zu stärken. Mit der Ärztekammer Schleswig-Holstein und ihren 4.000 niedergelassenen Mediziner, der Apothekerkammer mit ihren rund 700 Apotheken, dem Landessportverband mit seinen landesweit 2.700 Vereinen und den flächendeckend in Schleswig-Holstein vertretenen Sparkassen haben sich starke Partner zusammen gefunden, die wegen ihrer guten Verankerung in der Region besonders geeignet sind, den dauerhaften Erfolg des Projektes zu gewährleisten.“

LSV/ar





## Wann ist ein Geldinstitut gut für Schleswig-Holstein?

Wenn Teamgeist und Fairplay nicht nur in der Kundenbeziehung, sondern auch in der Förderung des Jugendsports ganz oben stehen.



Sport ist Bewegung, Motivation und Spaß pur. Und vor allem: Sport ist gesund. Neben ihrer Beratungskompetenz sehen sich die Sparkassen auch in der Verantwortung, die Gesundheit in Schleswig-Holstein nachhaltig zu fördern, und engagieren sich daher gezielt in der Förderung des Jugendsports. Damit wird der Grundstein für Teamgeist und Gesundheit schon in der Kindheit gelegt und davon profitieren wir alle. [www.gut-fuer-schleswig-holstein.de](http://www.gut-fuer-schleswig-holstein.de)

## KielNET spendiert G-Jugend des SV Felm neuen Trikotsatz

**Kieler Nachrichten**  
So viel Zeitung muss sein

Ich find' KielNET

*Ein ganz großer Tag war das für die ganz Kleinen des SV Felm. Beim Regionalliga-Spitzenspiel der KSV Holstein Kiel gegen den VfL Wolfsburg II bekamen die vier- bis sechsjährigen Fußballer ihren ersten eigenen Trikotsatz und durften diesen den mehr als 3.000 Zuschauern im Holstein-Stadion als Einlaufeskorte der Profis präsentieren.*

Dietmar Reinhardt hatte sich bei der gemeinsamen Aktion von KielNET und Kieler Nachrichten für seine Jüngsten beworben. „Es ist nicht leicht, Sponsoren für einen ganzen Trikotsatz zu finden. Deshalb freuen sich Kinder und Eltern gleichermaßen über diese schicken neuen Trikots. Es ist eine Auszeichnung für unsere

Jugendarbeit im Verein“, so der Jugendobmann der Felmer. Nach dem Auftritt vor der großen Kulisse durften sich die Kinder auf Einladung von Holstein Kiel auch noch das Spiel ansehen. Der 3:1-Sieg der Störche rundete diesen einmaligen Tag ab. Bei der Trikottausch-Aktion, die von KielNET, den Kieler Nachrichten und der Sport- und Event-Marketing Schleswig-Holstein GmbH (SEMSH) gemeinsam durchgeführt wird, können Jugend-Vereinsmannschaften aus dem KielNET-Versorgungsgebiet jeden Monat ein neues Outfit in ihren Vereinsfarben gewinnen. Einfach eine originelle Bewerbung verfassen und einsenden!

**Weitere Informationen zum Bewerbungsverfahren unter [www.trikot-tausch.kielnet.de](http://www.trikot-tausch.kielnet.de).** SEMSH



## Zukunftswerkstatt des Programms „Integration durch Sport“ in Trappenkamp



Am 1. Dezember 2012 bietet das Programm „Integration durch Sport“ des Landessportverbandes interessierten Vereinsvertreterinnen und -vertretern die kostenlose Teilnahme an einer Zukunftswerkstatt in der Landesturnschule Trappenkamp an. Moderiert wird die Veranstaltung von Karsten Ebeling vom Büro für Personalentwicklung in Malente. Unter anderem werden die folgenden Fragenkomplexe im Fokus der Zukunftskonferenz stehen:

- Wie kann eine interkulturelle Öffnung des organisierten Sports gelingen?
- In welcher Weise machen „Konkurrenten“ wie z.B.

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Fitness-Clubs oder Kirche es den Vereinen schwer, ehrenamtlich Engagierte auch aus den Kreisen der Migranten zu gewinnen?

- Wie kann das Thema Integration in und durch den Sport in den Sportstrukturen verankert werden?

**1. Dezember 2012, 10 bis 17 Uhr  
Landesturnschule Trappenkamp, Lessingstraße 5,  
24610 Trappenkamp**

Weitere Informationen und Anmeldung beim LSV unter Tel. 0431-6486-107 oder -197

## Dokumentation zum Sportpolitischen Symposium als Download verfügbar

Der Landessportverband hat eine Dokumentation zum Sportpolitischen Symposium, das am 1. September 2012 im Rahmen des Kieler „Festival des Sports“ im Landeshaus Kiel stattgefunden hat, erstellt. Darin enthalten sind die Redebeiträge von Landtagspräsident Klaus Schlie, LSV-Präsident Dr. Ekkehard Wienholtz, Innenminister Andreas Breitner und DOSB-Präsident Dr. Thomas Bach sowie Auszüge aus der Podiumsdiskussion und das Positionspapier des LSV „ProSport 2016“.

Die Dokumentation steht auf der LSV-Homepage zum Download und bequemen Onlinelesen bereit.



## HVSH Final Four 2013: Frauen und Männer spielen Pokalsieger in Altenholz aus

Der Handballverband Schleswig-Holstein (HVSH), der TSV Altenholz und die Gemeinde Altenholz werden 2013 das HVSH Final Four der Männer und das der Frauen gemeinsam veranstalten. Die Frauen bestreiten ihr Pokalfinale am 4. und 5. Mai. Die Männer spielen am 18. und 19. Mai um den Pokal.

Damit werden die Final Four-Veranstaltungen der Männer und Frauen in 2013 erstmals an demselben Standort ausgetragen. HVSH-Präsident Karl-Friedrich Schwark zeigt sich mit der bisherigen Entwicklung hochzufrieden: „Ein Ziel war es von Anfang an, beide Veranstaltungen an einem Ort zu etablieren. Wir sehen in Altenholz großes Potenzial und sind bestrebt, allen acht Finalisten den bestmöglichen Rahmen zu bieten.“ Vor kurzem unterzeichnete Schwark die Vereinbarung mit dem TSV Altenholz und der Gemeinde. „In diesem Jahr hat der TSV beim HVSH Final Four der Männer einmal mehr gezeigt, wozu er in der Lage ist – auch wenn die eigene Mannschaft sich nicht qualifiziert hatte“, so Schwark. Er hob das personelle Umfeld, die zentrale Lage im Land und die technische Ausstattung lobend hervor.

Bürgermeister Carlo Ehrich war in diesem Jahr zu Gast beim Pokalfinale der Männer und zeigte sich begeistert: „Das war schon eine Super-Veranstaltung, die allen Beteiligten viel Spaß gemacht hat. Ich bin froh, dass wir den HVSH von uns überzeugen konnten und im kommenden Jahr auch das Final Four der Frauen ausrichten können. Das HVSH Final Four ist nicht nur ein Aushängeschild des Verbandes, sondern auch für unsere handballbegeisterte Gemeinde.“ Als Vertreter des Gastgebers unterzeichnete der 1. Vorsitzende des TSV Altenholz, Rolf Lorenzen, die Verträge. Auch er betonte die gute Zusammenarbeit mit dem Verband und der organisierenden Sport- und Event-Marketing



(v.l.n.r.): Carlo Ehrich (Bürgermeister der Gemeinde Altenholz), Karl-Friedrich Schwark (Präsident des HVSH) und Rolf Lorenzen (1. Vorsitzender TSV Altenholz) unterzeichnen die Vereinbarung.

Schleswig-Holstein (SEMSH). „Als uns die Anfrage vom HVSH erreichte, ob wir beide Veranstaltungen ausrichten wollen, haben wir nach Rücksprache mit der Gemeinde gerne zugesagt. Für weitere Optimierungen, die wir gemeinsam vornehmen wollen, ist es sehr gut, dass das Team aus 2012 auch im kommenden Jahr wieder mit im Boot sein wird.“ Das HVSH Final Four wird im kommenden Jahr zum dritten Mal in diesem Modus ausgetragen. Neben dem sportlichen Teil erwartet die Zuschauer ein buntes Rahmenprogramm u.a. mit Torwandwerfen, Tippspiel zu jedem Spiel, Wahl des „Player of the match“. Die Siegermannschaften qualifizieren sich für den lukrativen DHB-Pokal mit hochklassigen Gegnern aus der 1. und 2. Bundesliga.

Weitere Informationen unter: [www.hsvsh.de/finalfour](http://www.hsvsh.de/finalfour) oder auf [www.facebook.com/HVSH.FinalFour](https://www.facebook.com/HVSH.FinalFour).

## Bogenschießen

## Deutscher Meistertitel für Henrik Hornung - Bronze für Florian Kahllund

Bei den Deutschen Meisterschaften der Bogenschützen in Hohenhameln (Niedersachsen) erkämpfte sich der 18-jährige Henrik Hornung vom Bad Oldesloer Bogensport in der Juniorenklasse mit dem Compoundbogen erneut den Meistertitel. Florian Kahllund vom SSC Fockbeck errang mit dem olympischen Recurvebogen Bronze.

Henrik Hornung setzte sich gegen die 14 besten Junioren Deutschlands durch und siegte knapp vor Dominic Arlt aus Bayern. Ein weiterer großer Erfolg für den zweifachen Junioren-Europameister, nachdem er erst im August 2012 im französischen Val-d'Isere den Weltmeistertitel mit der Mannschaft gemeinsam mit Eike Jacob (Niedersachsen/Recurvebogen) und Timo Schott (Hessen/Compoundbogen) vor Großbritannien und Slowenien gewonnen hatte.

Einen äußerst spannenden Wettkampf für Trainer, Betreuer und Eltern lieferte Florian Kahllund vom SSC Fockbek mit dem Recurvebogen, der mit dem dritten Platz in Hohenhameln nach dem Deutschen Meistertitel in der Halle im März in Solingen erneut eine Medaille gewinnen konnte. Von den Junioren-

Welt- und Europameister Henrik Hornung.



Florian Kahllund hat das Ziel fest im Visier.

Europameisterschaften in Nykøbing (Dänemark) kehrte der Fockbecker als Neunter in der Einzelwertung und als Sechster mit der Mannschaft zwar ohne Medaille zurück, gewann aber die Gesamtwertung des European Junior-Cup Circuit und erntete dafür ein Extra-Lob von C-Kader-Bogen-Bundestrainer Viktor Bachmann. Die nächste große Herausforderung für Kahllund wartet Anfang Dezember bei den dritten „Berlin Open“. An dem Cup nehmen über 30 Nationen mit ihren Spitzenschützen teil. Dort wird Florian Kahllund alles geben, um seinen Vorjahressieg zu wiederholen.

NDSB

### Redaktionsschluss für das nächste SPORTforum beachten!

Die nächste Ausgabe des SPORTforum erscheint als Doppel-Ausgabe für die Monate Dezember 2012 und Januar 2013 in der zweiten Dezemberwoche. Bitte beachten Sie für die Einreichung von Texten und Ankündigungen von Terminen und Veranstaltungen für den Zeitraum Mitte Dezember 2012 bis Ende Januar 2013 den Redaktionsschluss für das Dezember/Januar-Heft am 15. November 2012!



Das Wochenende der Schützenvereine fand guten Anklang bei der Bevölkerung.

## „Ziel-im-Visier - Zukunft Schützenverein“

# Schützenvereine warben um Nachwuchs

Am ersten Oktoberwochenende warben im Rahmen der Kampagne „Ziel im Visier – Zukunft Schützenverein“ bundesweit über 4.300 Schützen- und Bogenvereine um neue Mitglieder. In Schleswig-Holstein beteiligten sich knapp über 100 Schützen- und Bogenvereine des Norddeutschen Schützenbundes an diesem Aktionstag.

Dieses „Wochenende der Schützenvereine“ war Bestandteil eines vom Deutschen Schützenbund (DSB) in Zusammenarbeit mit der Führungs-Akademie des DOSB erarbeiteten Konzepts, das die Vereine darin unterstützt, ihre derzeitigen Mitglieder besser an sich zu binden und neue Mitglieder zu gewinnen. „Ziel im Visier“ wurde vom DSB mit seinen 1,4 Millionen Mitgliedern in 20 Landesverbänden und dem DOSB ins Leben gerufen, weil das Schützenwesen in der Öffentlichkeit und den Medien sehr kritisch betrachtet wird. Ehrgeiziges Ziel dieser Kampagne ist es, bis 2018 wieder die 1,5 Millionen-Marke zu erreichen.

Viele am Schützen- und Bogensport interessierte Jugendliche und Erwachsene waren der Einladung der 102 landesweit beteiligten Schützen- und Bogenvereine gefolgt und haben bei den Vereinen an den zahlreichen Aktionen teilgenommen. Die Vereinsmitglieder gaben gern Auskunft über die vielen unterschiedlichen Facetten, die das Sportschießen bietet, demonstrieren die Handhabung und Sicherheit der Sportgeräte und führten so die Neueinsteiger auf informative Weise in ihren Sport ein. Die Schützenvereine gehören zu einer intakten Gemeinde und sind Teil der Freizeit-Infrastruktur, denn sie übernehmen vielerorts die Funktion eines sozialen und gesellschaftlichen Treffpunkts für die Bürgerinnen und Bürger. Deshalb war es den teilnehmenden Schützenvereinen ein großes Anliegen, durch Informationen aus erster Hand manches Vorurteil und manchen Vorbehalt aus der Welt zu schaffen.

Die Veranstaltungen im Rahmen dieses Aktionswochenendes in vielen Teilen Schleswig-Holsteins zogen auch das Interesse der Medien auf sich. Drei Fernsehteams berichteten am 6. und 7. Oktober über den Schießsport in Schleswig-Holstein. Sat.1 regio-

nal war bei der Ahrensburger Schützengilde im Kreis Stormarn; der NDR besuchte für die Sendung „Schleswig-Holstein 18 Uhr“ den SSC Fockbek (Kreis Rendsburg-Eckernförde) und für einen Bericht im „Schleswig-Holstein Magazin“ den SSV Kassau (Kreis Ostholstein). Beim SSC Fockbek beantworteten der Vorsitzende Arno Wilhelm, DSB-Kaderschütze Florian Kahlund (Bogen) und weitere jugendliche Mitglieder des Vereins die vielen Fragen der Fernsehredakteurin rund um das Sportschießen. Gefilmt wurden alle Disziplinen, die beim SSC Fockbek geschossen werden, wie Bogen, Luftgewehr, Kleinkaliber und Sportpistole.

Sat.1-Redakteurin Wiebke Ledebrock war mit ihrem Team zu Gast bei der Ahrensburger Schützengilde und verfolgte ein Training in der hochmodernen Schießsportstätte, in der die Jugend und einige Erwachsene der Gilde trainierten. Aber die Moderatorin wurde auch selbst aktiv und ließ sich vom Vereinsvorsitzenden Frank Schmidt in die Feinheiten des Sportschießens einweisen. Mit einigen sehr guten Treffern mit dem Luftgewehr und beim Kleinkaliber-Auflageschießen endete die Rundtour in den Vereinsräumen schließlich auf dem Pistolenstand. Auch dort bewies Wiebke Ledebrock Talent.

Beim SSV Kassau erfuhr das NDR-Team zunächst viel Wissenswertes über eine komplette Schießausrüstung und über das Lichtpunkt, Luft-, Kleinkaliber- und Armbrustschießen. Neben vielen Gästen nahm auch hier die Redakteurin die Gelegenheit wahr, einmal selbst ihr Geschick und ihre Treffsicherheit auszuprobieren. Eindrucksvoll war auch die Vorführung eines Standardwettkampfes und eines Finalschießens. Jens Path, der zweite Vorsitzende des Vereins und seit Jahrzehnten einer besten Schützen in Ostholstein, stand der Redakteurin Rede und Antwort und führte ihr unter anderem auch die neue, moderne, elektronische Schiessanlage für Luftgewehr und Luftpistole vor.

**Weitere Informationen zur Kampagne „Ziel-im-Visier – Zukunft Schützenverein“ sind unter [www.ziel-im-visier.de](http://www.ziel-im-visier.de) zu finden.**

NDSB

**Jetzt aktivieren!**  
[www.sportausweis.de](http://www.sportausweis.de)



Verein Musterstadt e.V.  
Einkaufsliste sportausweis.de

Bezeichnung	Stück	Vorher	Mit Ausweis
Fußbälle	10	1100 €	500 €
Handbälle	10	300 €	175 €
Trainingsanzüge	20	600 €	300 €
<b>Gesamtbetrag</b>		<b>2000 €</b>	<b>975 €</b>

2000 € Kosten ohne Sportausweis

0 € Anschaffung Sportausweis

-1025 € Vorteil durch Sportausweis

975 € Kosten mit Sportausweis

Ersparnis durch Sportausweis:

**- 1025 €**

Ständig viele  
**Vorteile**  
für teilnehmende  
Vereine und Sportler

**Direkter Kontakt:**

Hotline: 01805 77 67 80\*

DSA Deutsche Sportausweis GmbH  
Vereinsbetreuung

## Gegen Wind und Wellen



So lautete die Überschrift für den Auftakt der „sjsh-academy“ vom 7. bis 9. September 2012 im Gerd-Lausen-Haus auf Sylt! Diese Überschrift war Teil des Programms am ersten der drei Fortbildungswochenenden der sjsh-academy, an dem sich für die 15 hoch motivierten jungen Ehrenamtlichen auch die Gelegenheit zum Wellenreiten bot. Die Ehrenamtlichen aus Vereinen und Verbänden in Schleswig-Holstein wurden nach dem Bewerbungsverfahren ausgewählt, um an der Qualifizierungsveranstaltung zur Stärkung der Jugendstrukturen im Sport teilzunehmen.

Neben dem einführenden „Speed-Dating“ und Aktionen zum Kennenlernen hatten die TeilnehmerInnen am Sonnabend und Sonntag vier Stunden Zeit, sich unter professioneller Anleitung mit der Nordsee und ihren Tücken auseinanderzusetzen. Eine wahre Herausforderung für die eine oder den anderen! Diese Übung diente den TeilnehmerInnen für die Erkenntnis, wie sie den Herausforderungen der realen Jugendarbeit gegenüber treten und schwierige Situationen meistern können. Neben dieser

Aktion wurden die TeilnehmerInnen natürlich auch theoretisch gefordert, hier ging es u. a. um die diversen Facetten von Gruppenarbeit. Die sjsh führt diese academy durch, um besonders engagierten Jugendlichen und jungen Erwachsenen einen weiteren Baustein in Bezug auf ihre Tätigkeiten in Verbänden, Kreisen oder Vereinen anzubieten. Zur Förderung und Weiterentwicklung der Aktivitäten und Perspektiven der Teilnehmenden wurde auf Sylt auch das Abschlussprojekt der academy-Gruppe angebahnt. Bis zum Abschlusswochenende im Februar 2013 haben die TeilnehmerInnen Zeit, durchführungsfähige Projekte in kleinen Gruppen zu entwickeln, um diese abschließend einem kleinen Gremium vorzustellen. Schon nach kurzer Zeit „brodelte“ es vor Ideen! Am 2. bis 4. November 2012 geht es weiter mit der academy – u. a. zum TEAM-Training im Hochseilgarten. Weitere Themen sind Rhetorik, Vernetzung und Kooperation in der Jugendverbandsarbeit. Auch das wird bestimmt wieder eine Herausforderung für die eine oder den anderen...! Darauf freuen sich die TEAMER

Jochen Tiedje und Dagmar Schlink



## Der neue BFDler des SBZ Malente stellt sich vor

Hallo! Mein Name ist Malte Sommerfeld. Ich bin nun seit August dieses Jahres der neue Freiwilligendienstleistende im Sport- und Bildungszentrum. Ich bin 19 Jahre alt und habe dieses Jahr mein Abitur mit der Profilrichtung Wirtschaft in meinem Geburtsort Eutin gemacht. Ich komme ursprünglich aus dem Turnbereich und bin nun aber schon seit ca. 9 Jahren im Leistungsschwimmen aktiv. Nebenbei betreibe ich Fitnesssport und spiele Akustikgitarre.



Nach meinem Jahr hier in Malente möchte ich gerne Philosophy & Economics studieren, da mich sowohl die Ökonomie und die Ethik interessieren und ich in einem gesellschaftlich relevanten Beruf arbeiten möchte. Schon früh war für mich klar, dass ich nach 13 Jahren Schule ein Jahr der Orientierung brauche. Deswegen habe ich mich im Frühjahr 2012 instinktiv bei meiner jetzigen Einsatzstelle beworben und konnte bereits wenige Zeit später meinen Vertrag bei der Sportjugend Schleswig-Holstein unterschreiben. Das Sportzentrum kannte ich durch eigene Lehrgänge. Nach mehr als 2 Monaten im Einsatz kann ich nur sagen, dass ich die für mich beste Entscheidung getroffen habe. Das soziale Jahr hat mir in kurzer Zeit schon unglaublich weitergeholfen. Und auch mit meiner Einsatzstelle bin ich mehr als zufrieden. Es kann nur so gut weitergehen.



## Die Sportjugend verleiht den neuen Förderpreis „Kein Kind ohne Sport!“ - Fünf Initiativen für Engagement gegen Kinderarmut ausgezeichnet

Die Sportjugend Schleswig-Holstein hat erstmals fünf Sportvereine und -verbände für ihr besonderes Engagement gegen Kinderarmut im Sport ausgezeichnet. Sie wurden von einer Jury aus 28 Vereins- und Verbandsbewerbungen ermittelt und am 29. September auf dem Fachtag „Kinder in Bewegung“ in Rendsburg mit dem Förderpreis „Kein Kind ohne Sport!“ geehrt. Gestiftet wurde der Förderpreis von der Autokraft GmbH und der Voith Turbo Lokomotivtechnik GmbH aus Kiel.

Der Hauptpreis ging an die Spielvereinigung Blau-Weiß 96 Schenefeld aus dem Kreis Pinneberg. Die Schenefelder Vereinsverantwortlichen erhielten für ihr vielfältiges und lang-

## Ein Praktikum bei der Sportjugend Schleswig-Holstein

Neben meinem Studium der Sportwissenschaften absolvierte ich ein sechswöchiges Praktikum bei der Sportjugend SH, um einen Einblick in die Organisation von Sportveranstaltungen zu erlangen. Da in dieser Zeit eine Veranstaltung nach der anderen folgte, hatte ich die Möglichkeit, beim Festival des Sports den Aktivtag „Kinder in Bewegung“ sowie den Tag des Sports in den letzten Zügen vorzubereiten und als Helfer mitzuerleben.



Nach diesem ereignisreichen Wochenende zielten die Vorbereitungen in den nächsten beiden Wochen auf den Aktivtreff ab, der in Damp stattfand. Neben vielen interessanten Workshops hatte die Sportjugend den Teilnehmern auch ein tolles Rahmenprogramm geboten, für dessen Gestaltung ich unter anderem basteln durfte wie ein Weltmeister und nebenbei auch ein paar Sätze für ein Theaterstück einüben musste. Am Ende meines Praktikums stand der Fachtag „Kinder in Bewegung“ am 29.09. in Rendsburg, für den ich im Vorhinein für jegliche Materialien verantwortlich war. So gestaltete ich zum Beispiel das Infoheft für die Teilnehmer, fertigte Namensschilder, Wegweiser und Hallenübersichten an und bereitete die Helfermappen und Stellwände vor. Im Rahmen der Veranstaltung war ich Ansprechpartnerin für Helfer und Teilnehmer vor Ort. Insgesamt hat mir das Praktikum sehr viel Spaß gemacht, da ich vieles selbstständig ausprobieren und erarbeiten durfte und Verantwortung übernehmen konnte. Neben drei neuen T-Shirts und einem Pulli nehme ich auch viele neue Erfahrungen mit und kann ein Praktikum bei der sjsh nur empfehlen.

Annika Gröning

**DB BAHN**  
Autokraft

**VOITH**



Fachtag „Kinder in Bewegung“

## Eine Veranstaltung im Wandel – neue Perspektiven



Der 4. Fachtag „Kinder in Bewegung“ hat wieder einen bleibenden Eindruck bei den mehr als 200 Teilnehmern und Teilnehmerinnen aus Sportvereinen, Kindertagesstätten, Grundschulen und weiteren Einrichtungen hinterlassen. Eine Veranstaltung im Wandel, damit wollen wir keineswegs ausdrücken, dass alles neu wurde – der Wandel in der Gesellschaft aber sehr wohl ihre Spuren hinterlassen hat.

Neue Räumlichkeiten führten zu einer wesentlich entspannten Situation in der Mittagsverpflegung einerseits, aber auch zu längeren Fußwegen für die TeilnehmerInnen andererseits. Für den 6. September 2014 haben wir daraus die Erkenntnis gezogen, unbedingt auf nähergelegene Sporträume zu bestehen und haben diese bereits für den nächsten Fachtag reserviert. Spuren hat auch unser Auftakt hinterlassen, der die zahlreichen Teilnehmer und Teilnehmerinnen in die Pflicht nahm, sich mit einem unbequemen Thema, der Einbindung von sozial benachteiligten Kindern im Sport, zu beschäftigen. Ein Aktionsfeld der Sportjugend Schleswig-Holstein, in dem es eher um die leisen Töne und unbürokratische Lösungen geht; dem wir aber gerne



dieses Forum einräumen wollten, um das Problem für mehr Menschen und Institutionen fassbar zu machen. Nach drei Workshop Blöcken, vielen tollen neuen Erfahrungen oder Anregungen sich an ein neues Thema heranzutrauen und Ansätzen für eigene Weiterentwicklungen ging der zunächst vergnagte Tag in einem strahlenden Herbst-Sonnen-Abschluss zu Ende. Für die Sportjugend Schleswig-Holstein haben viele Gedanken in der Vorbereitung eine erfolgreiche Umsetzung erhalten und die Basis für den nächsten Fachtag Kinder in Bewegung gelegt. 6. September 2014 – in Rendsburg mit noch mehr Auswahl an Workshops für jede Altersgruppe. Bis dahin - Euer Team Kinder in Bewegung.

## Mieten Sie das neue Zwergenhaus „Kinder in Bewegung“



Mit Hilfe einer finanziellen Unterstützung der schleswig-holsteinischen Sparkassen hat die Sportjugend Schleswig-Holstein ein Spielmodul entwickelt, das speziell auf die Bedürfnisse von Kindern bis zu 6 Jahren zugeschnitten ist.

Bei dem sogenannten Zwergenhaus handelt es sich um ein hüpfburgähnliches Spielgerät, das durch die Integration unterschiedlicher Spielmodule, wie einem Rutschberg, einer Kletterwand oder Zylindern in verschiedener Höhe, vielfältige Bewegungsformen berücksichtigt. Dieses Zwergenhaus kann von allen Sportvereinen und Kindertagesstätten in Schleswig-Holstein gemietet und bei verschiedenen Anlässen eingesetzt werden. Nähere Informationen zum Zwergenhaus und den Ausleihmodalitäten erhalten Sie beim Vereinsservice des Landessportverbandes Schleswig-Holstein, telefonisch unter 0431-6486-183 oder per E-Mail unter [vereinsservice@lsv-sh.de](mailto:vereinsservice@lsv-sh.de).



## 2. Netzwerk-Tagung Internationale Jugendarbeit

Freitag, 23.11.2012, 17.30 Uhr bis  
Samstag, 24.11.2012, 15.00 Uhr  
im Ostseebad Damp

Ziel der Tagung ist der Austausch und das Knüpfen neuer Kontakte für Vertreterinnen und Vertreter aus den Sportvereinen und -verbänden Schleswig-Holsteins. Viele Vereine und Verbände haben einen Partner im Ausland, mit dem sie Jugendbegegnungen durchführen. Beispiele von Partnerbörsen werden hier vorgestellt! Weiterhin werden die veränderten Förderungsmöglichkeiten der Jugendarbeit im Sport durch EU-Programme 2013/2014, wie Jugend in Aktion, Lebenslanges Lernen sowie Europäische Förderung für bürgerschaftliches Engagement mit Hilfe von Fachreferenten aufgezeigt. Auch für Einsteiger in die internationale Jugendarbeit geeignet!

**Kosten der Tagung: 40 Euro inkl. Unterkunft, Verpflegung und Material. Anerkannt mit 10 LE für die Verlängerung von JL-Lizenz/Juleica. Anmeldeschluss ist Mittwoch, der 14.11.2012. Weitere Informationen und Anmeldung über Astrid Petersen, Tel. 0431/6486-185 oder astrid.petersen@sportjugend-sh.de www.sportjugend-sh.de**

## Terminkalender

Veranstaltung	Ort	Datum
Jugendmeisterehrung	Kiel	21. 11. 2012
2. Netzwerk-Tagung Internationale Jugendarbeit	Ostseebad Damp	23./24.11.2012
shsj-Vollversammlung	Flensburg	2. 3. 2013

### Lehrgänge mit freien Plätzen

Juleica für ÜbungsleiterInnen	Bad Malente	23. - 25. 11. 2012
Bewegungshits für starke Kids	Bad Malente	18. - 20. 1. 2013
„Juleica reloaded“	SBZ Malente	22 - 23. 2. 2013

Ausführliches Lehrgangsprogramm mit  
Anmeldeformular unter: [www.sportjugend-sh.de](http://www.sportjugend-sh.de)



## Vergabe der 1.000. Online- Juleica im Sport

Im Rahmen des Aktiv-Treffs vom 14. bis 16. September 2012 überreichte Jochen Tiedje, 1. Vorsitzender der Sportjugend Schleswig-Holstein, Lena Lobitz die 1.000 online beantragte Juleica im Sport. Die 16jährige Lena aus dem Turn- und Sportverein Lägerdorf nahm im Frühjahr 2012 am Jugendleiter-Grundkurs der sjsh in Malente teil und engagiert sich in der Jugendarbeit ihres Vereines. Die Juleica dient ihr als Nachweis qualifizierter Jugendarbeit und legitimiert ihre Tätigkeit auch gegenüber öffentlichen Stellen, wie z.B. Informations- und Beratungsstellen, Jugendeinrichtungen, Polizei und Konsulaten. Jeder Aktive in der Jugendarbeit kann die Jugend-LeiterIn-Card mit einem erfolgreich absolvierten Jugendleiter-Grundkurs und Erste-Hilfe beantragen. Dazu stellt der Jugendliche einen Online-Antrag unter [www.juleica.de](http://www.juleica.de) und sendet die Unterlagen an die sjsh. Neben den kontinuierlichen Vergünstigungen für Juleica-Inhaber (z.B. Freistellung von der Arbeit; kostenlose Mitgliedschaft im Deutschen Jugendherbergswerk etc.) gibt es wechselnde Spezialangebote z.B. DB - Die Bahn. Wer jetzt die Juleica beantragt, erhält einen Gutschein über 10 Euro (Informationen dazu unter [www.juleica.de/bonus](http://www.juleica.de/bonus)).

## Juleica für ÜbungsleiterInnen!

23. - 25. November 2012  
Wochenende/Bad Malente  
Gebühr: 45 EUR (inkl. ÜN + Verpfl.)

**JETZ  
ANMELDEN!**

Dieser Lehrgang richtet sich an MitarbeiterInnen im Jugendsport mit ÜL-C oder Trainer-C (Breitensport) Lizenz. Die Ausbildung zum/zur Jugendleiter/in qualifiziert dich für die Übernahme von Aufgaben im Bereich der sportartübergreifenden und außersportlichen Kinder- und Jugendarbeit, z.B. Fahrten, Jugendveranstaltungen etc.

An einem Wochenende werden die Themen Recht, Pädagogik, Spiel und Finanzierung etc. vermittelt, die in der überfachlichen Gruppenarbeit hilfreich sind. Die erfolgreiche Teilnahme berechtigt zur Beantragung der JugendleiterIn-Card, die für die Freistellung von der Arbeit, die Erstattung von Verdienstausschlag und häufig auch für die Bezuschussung von Jugendmaßnahmen Voraussetzung ist. **Weitere Informationen erhältst du unter [www.sportjugend-sh.de](http://www.sportjugend-sh.de)**

einfach besser

TNG 

oder 50 €  
Startguthaben

**+ 1 Tag**

**in Berlin**  
für zwei Personen

Bis zum  
30. Nov.  
2012

## 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 Berlin  
für Zwei

oder 50 €  
Startguthaben

**Kundenberatung:** TNG Shop · Kehdenstr. 25 · 24103 Kiel · [www.tng.de](http://www.tng.de) · Tel. 0431/908 908

\* Aktion befristet bis zum 30.11.2012. 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 Berlin 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 Servicernummern, 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](http://www.tng.de).

## Höherer Frauenanteil bei den Trainerjobs wünschenswert Fehlende Vorbilder



*Die Olympischen Spiele 2012 gelten jetzt schon als Meilenstein der Emanzipation: In London starteten erstmals in allen Sportarten Frauen, und sämtliche 204 teilnehmenden Nationen waren mit mindestens einer Athletin vertreten. „Die Spiele der Frauen“, titelte die „Zeit“ begeistert.*

Ein Erfolg, das sicherlich, aber Olympia demonstrierte auch: Für das Training der Athletinnen und Athleten sind fast ausschließlich Männer verantwortlich. Ein Blick in die Mannschaftsbroschüre der deutschen Auswahl offenbart das Missverhältnis: Lediglich in fünf Sportarten – Moderner Fünfkampf, Tennis, Tischtennis, Turnen und Rhythmische Sportgymnastik – wurden die Damen von Cheftrainerinnen (Kim Raisner, Barbara Rittner, Jie Schöpp, Ursula Koch und Ekaterina Kostelnikova) betreut. Alle anderen Teams, die der Herren sowieso, traten unter männlicher Anleitung an. Bei den anderen Nationen wiederholte sich das Bild: Zehn der zwölf Frauen-Fußballmannschaften hatten einen Mann als Coach und im Damen-Volleyball und -Basketball waren nur jeweils ein bis zwei Trainerinnen vertreten.

Die Ungleichheit reduziert sich nicht auf Olympische Spiele; sie gehört zum Alltag in allen internationalen Spitzensportarten. So lautet das Ergebnis des Ende 2011 vorgestellten Reports „Gender equality and (elite) sport“ des Department of Exercise and Sport Sciences an der Universität Kopenhagen. Bei der Fußballweltmeisterschaft der Frauen 2011 in Deutschland wurden lediglich fünf der 16 Mannschaften von Frauen trainiert. Bei der Damen-Volleyball-Weltmeisterschaft in Japan 2010 trat von 24 Teams nur das kasachische mit einer Trainerin an. Das Missverhältnis beginnt auf den Top-Positionen und setzt sich auf den folgenden Ebenen fort: In Großbritannien sind laut Report im gesamten Sport weniger als ein Viertel aller Trainer weiblich, in Portugal 15 Prozent. In Deutschland sieht es nicht besser aus: Der Report weist 245 Nationaltrainer aus, davon 11 Prozent Frauen. 9 Prozent der 236 ehrenamtlichen Trainer auf Bundesebene sind weiblich, zudem 13 Prozent der 176 Trainer an den Olympiastützpunkten. Generell gilt: Je höher der Leistungslevel, desto seltener trifft man auf Trainerinnen. Zudem sind sie meist für Jugendliche und Frauen zuständig, ganz selten für Männer. Die dänische Ex-Handballerin Anja Andersen, die zum Trainerteam der Männermannschaft von Viborg HK gehört, ist eine absolute Ausnahme.

„In den meisten Ländern sind Trainerinnen im Sport deutlich unterrepräsentiert“, sagt Gertrud Pfister, Professorin für Sportsoziologie an der Universität Kopenhagen und Verfasserin des Reports. „Eine Ausnahme stellen die USA dar, wo der Wettkampfsport in erster Linie von den Universitäten und Colleges organisiert wird. Trainer und Trainerinnen sind dort gut bezahlte Angestellte, die die Athleten und Athletinnen unter den Studierenden in vielen Sportarten betreuen.“ Im Collegesport

**DER TRAINERJOB IST  
NACH WIE VOR  
MÄNNERSACHE –  
GANZ BESONDERS IM  
SPITZENSORT.  
EIN HÖHERER  
FRAUENANTEIL  
KÖNNTE WICHTIGE  
IMPULSE GEBEN**

seien mehr als 40 Prozent der Teilnehmenden Studentinnen, der Frauenanteil unter den Trainern betrage etwa 40 Prozent.

### Doppelbelastung schreckt ab

Das Beispiel weist auf einen vermutlich wichtigen Grund für den Trainerinnen-Mangel in anderen Ländern hin: Die Doppelbelastung durch Familie und Haushaltsführung, der Frauen immer noch häufiger als Männer unterliegen, erschwert ehrenamtliche Tätigkeiten als Trainerinnen genauso wie einen hauptberuflichen Einstieg: „Viele Frauen werden von den Rahmenbedingungen abgeschreckt, die der Trainerberuf mit sich bringt: hohe Arbeitsbelastung, unregelmäßige Arbeitszeiten, häufige Reisen, unsichere Zukunftsperspektiven“, sagt Barbara Rittner, Bundestrainerin der deutschen

Tennis-Damen. „Mit einer Familie lässt sich das kaum in Einklang bringen.“ Die 39-Jährige, die das Fed-Cup-Team des Deutschen Tennis-Bundes seit 2005 betreut, bestätigt den Mangel: „Ich schätze das prozentuale Verhältnis zwischen männlichen und weiblichen Trainern im Tennis auf rund 90:10.“

Wie Barbara Rittner ist auch Ursula Koch eine Ausnahmeerscheinung. Die heute 57-Jährige wurde 2005, als Nachfolgerin unter anderem ihres Mannes Dieter Koch, Cheftrainerin der deutschen Turnerinnen – ebenfalls ein Amt mit hoher Arbeitsbelastung. Sie schaffte es nur für kurze Zeit, nebenher ihren Beruf weiterzuführen: „Meine Halbtagsstelle als Gymnasiallehrerin habe ich aufgegeben, als 2007 die Vorbereitung auf die Olympischen Spiele in Peking anliefe.“ Die heute 57-Jährige war bereits seit 1979 Trainerin und in vielen Funktionen für den Turnsport aktiv. Dass ihr Sohn bereits über 20 war, erleichterte ihre Entscheidung für das Cheftrainer-Amt.

Der Turnsport ist eine der Disziplinen, in denen auf der nichtprofessionellen Ebene vergleichsweise viele Trainerinnen tätig sind. Ursula Koch sagt: „Die Frauen können diese ehrenamtliche Tätigkeit häufig nur deshalb ausführen, weil sie über einen berufstätigen Mann abgesichert sind. Daher führt die steigende Berufstätigkeit bei Frauen dazu, dass uns bei den Trainerinnen zunehmend der Nachwuchs fehlt.“ Auf der Top-Ebene sind sie ohnehin rar: Laut Koch beschäftigen nur vier der großen Turner-

**Frauenanteil bei ausgewählten Trainerstellen**



Nationen Cheftrainerinnen für die Damenteams: USA, Australien, Japan und Deutschland. Dies liege keineswegs daran, dass den Frauen die notwendige Anerkennung fehle: „Die internationalen Cheftrainerinnen werden von ihren männlichen Kollegen in höchstem Maß respektiert.“ Es seien die geschilderten praktischen Gründe, die Frauen vom Trainerjob fernhalten.

### Stärkung der Nachwuchsarbeit

Gertrud Pfister plädiert dafür, die Konsequenzen der geringen Frauenquote nicht zu unterschätzen – es geht ihr nicht um weibliche Teilhabe als emanzipatorischen Selbstwert: „Man muss fragen: Fehlt dem Sport etwas, wenn er so wenige Frauen in Trainerpositionen hat? Ich glaube: ja.“ Pfister nennt vor allem einen qualitativen Aspekt: „Einige Untersuchungen weisen darauf hin, dass Frauen einen eher kooperativen Trainingsstil pflegen und mehr auf die Spielerinnen eingehen als Männer. Diese Form des Trainings ist beim derzeitigen Mangel an Trainerinnen unterrepräsentiert.“

Die Fed-Cup-Teamleiterin Barbara Rittner sagt: „Teilweise erfordert die Teamleitung viel psychologisches Fingerspitzengefühl. Dahabe ich nach meiner Einschätzung den Vorteil, dass sich von Frau zu Frau einige Dinge besser klären lassen.“ Turn-Trainerin Ursula Koch äußert sich ähnlich: „Als Frau hat man mehr Einfühlungsvermögen, vor allem was die Arbeit mit jungen

„MÄDCHEN HABEN  
NUR SELTEN EINE  
TRAINERIN, DIE  
IHNEN EIN VORBILD  
SEIN KANN“

GERTRUD PFISTER,  
UNIVERSITÄT KOPENHAGEN

Mädchen in der Pubertät angeht. Nicht zuletzt deshalb wird das Heimtraining sehr häufig von Frauen betreut.“ Und: „Frauen können die Mädchen teilweise besser motivieren als Männer.“

Eine zweite Konsequenz kommt hinzu: Das Geschlecht hat, wie in vielen anderen Institutionen, auch in Sportverbänden und -vereinen eine Sogwirkung: Frauen erleichtern anderen Frauen den Ein- und Aufstieg in den Funktionärshierarchien, sorgen dafür, dass sich keine abgeschlossenen „Männerzirkel“ bilden. Wichtiger ist jedoch die Signalwirkung nach

außen: Frauen und Mädchen lassen sich bisweilen leichter zum Sporttreiben animieren, wenn sie von weiblichen Trainern betreut werden – Trainerinnen dürften somit die Nachwuchsarbeit im Damenbereich deutlich stärken. Insbesondere Mädchen in der Pubertät haben Vorbehalte gegen männliche Coaches. Pfister weist auf einen weiteren wichtigen Aspekt hin: „Häufig fungiert der Trainer als Vorbild von Jugendlichen, die Sport treiben. Während Jungen sich mit ihm identifizieren können, haben Mädchen nur selten jemanden, der ihnen Vorbild sein kann.“

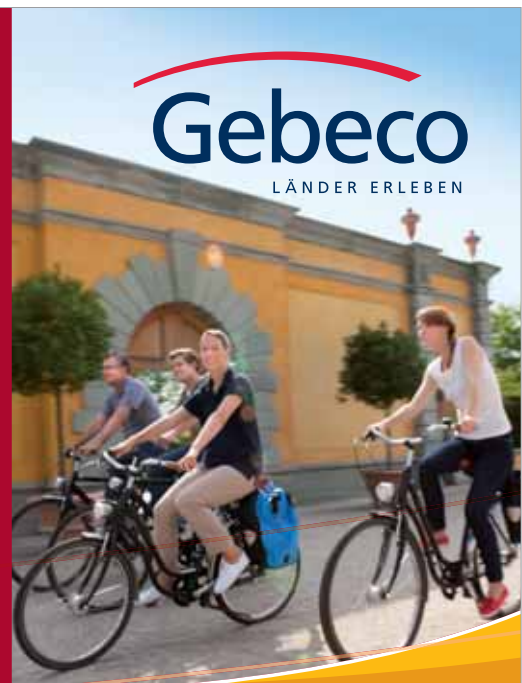
Klaus Janke

Mit freundlicher Genehmigung des DOSB-Magazins Faktor Sport.  
Quelle: Report „Gender equality and (elite) sport“,  
2011. Department of Exercise and Sport Sciences,  
Universität Kopenhagen

Gemeinsam was reis(s)en

unterwegs  
im Verein  
aktiv

z.B. Madeira  
8-Tage-Wander-Erlebnisreise  
für € 995



in Kooperation mit

**LSV**  
Sport - bei uns ganz oben!  
Landessportverband Schleswig-Holstein

Ihr Partner für sportliche Vereinsreisen:  
Gebeco, Holzkoppelweg 19, 24118 Kiel  
Telefon 0431 5446-619 oder per E-Mail LSV@gebeco.de

SHFV

## Nord-Süd-Dialog mit den bayerischen Kollegen

*Hoher Besuch aus dem tiefen Süden. Eine elfköpfige Delegation des Bayerischen Fußballverbandes um Präsident Dr. Rainer Koch weilte vom 12. bis 14. Oktober zu einem Informationsaustausch in Schleswig-Holstein. Im Rahmen des dreitägigen Aufenthaltes in der Nordseestadt Husum im Kreis Nordfriesland wurden in Arbeitstagen zentrale Themen erörtert, aber auch in entspannter Atmosphäre über die bisherige und weitere Zusammenarbeit gesprochen.*

Die Arbeitstagen zeigten, dass sich beide Verbände, wie in der Vergangenheit dokumentiert, in den wichtigen Themen des Fußballs einig sind. So zum Beispiel beim zukünftigen Weg des Amateurfußballs in Deutschland. „Der Amateurfußball muss verstärkt als Einheit auftreten, um seine Interessen an höchster Stelle effizient vertreten zu können“, so BFV-Präsident Koch. SHFV-Präsident Hans-Ludwig Meyer bestätigte die Ansichten des bayerischen Kollegen: „Die 21 Landesverbände sind natürlich in



Die Delegationen aus Bayern und Schleswig-Holstein auf der Hallig Hooge.

vielen Bereichen unterschiedlich ausgeprägt. Dennoch ist es wichtig, sich abzustimmen und mit einer Sprache zu sprechen.“ Der Bayerische Fußballverband stellte zudem seine aktuellen und geplanten Projekte im Online-Bereich vor. Neben Newsletter und Facebook-Auftritt bietet der BFV auch ein eigenes TV-Programm (bfv.tv) und einen Live-Ticker für die Bayern-Regionalliga an. Diese attraktiven Features werden den Usern auch per App für Smartphones angeboten.

Der SHFV stellte die positiven Erfahrungen als Pilotverband des DFB bei der Einführung der Passantragstellung Online vor und berichtete vom erfolgreichen Rollout des Online-Spielberichtes bis hin zur Kreisliga Herren. In Bayern stehen beide Module vor einer flächendeckenden Einführung. Besonders interessant für die schleswig-holsteinischen Delegierten war, neben dem Talentförderungskonzept des BFV, auch die Kampagne „Pro Amateurfußball“. Durch eine Erhöhung der Gebühren für Vereinswechsel kann der BFV ca. 1.000.000 Euro Mehreinnahmen pro Jahr verbuchen, die direkt dem Amateurfußball zugutekommen. So investiert der BFV in die Themenbereiche Schule, Mädchenfußball, Schiedsrichter und Online-Medien sowie besonders in die Schulung von Vereins- und Verbandsmitarbeitern insgesamt 1 Million Euro pro Jahr.

Lob und Anerkennung gab es von bayerischer Seite für die Modernisierung des Uwe Seeler Fußball Parks in Malente. „Das ist ein sehr wichtiger und mutiger Schritt des Verbandes. Wir wünschen dem SHFV, dass die Anstrengungen in Zukunft belohnt werden“, so BFV-Geschäftsführer Jürgen Igelspacher. „Man kann in vielen Themenbereichen erkennen, dass beide Verbände eine ähnliche Philosophie verfolgen, speziell im Bereich Marketing – auch wenn manche Aktionen in Bayern natürlich in einer ganz anderen Größenordnung umgesetzt werden als bei uns in Schleswig-Holstein“, so SHFV-Präsident Meyer nach dem Austausch. Dies ist auch nicht weiter verwunderlich, schließlich spielen in Schleswig-Holstein 610 Vereine, im Freistaat sind 4.634 Vereine eingetragen.

Das gute Verhältnis zwischen den beiden Verbänden wird indes auch weiterhin bestehen, wie BFV-Präsident Koch am Ende des Besuches bestätigte: „Wir haben uns in Husum sehr wohl gefühlt und möchten uns bedanken für die schleswig-holsteinische Gastfreundschaft. Gleichzeitig möchten wir dem SHFV schon heute eine Einladung für einen Gegenbesuch im Jahr 2014 aussprechen“. Der Nord-Süd-Dialog wird bis dahin aber auch auf dem kurzen Dienstweg fortgeführt...

SHFV



„Das nächste Spiel“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

[www.vr-sh.de](http://www.vr-sh.de)

Volksbanken Raiffeisenbanken



## DOSB und BZgA setzen weiter auf Aktion zur Alkoholprävention im Sport „Alkoholfrei Sport genießen“ geht in die Verlängerung



*In nur knapp einem Jahr haben sich rund 2.500 Sportvereine an der gemeinsamen Aktion „Alkoholfrei Sport genießen“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) beteiligt. Sie haben alkoholfreie Sportwochenenden, Turniere oder andere Veranstaltungen zur Alkoholprävention in ihrem Verein durchgeführt. Aufgrund dieser positiven Resonanz haben sich DOSB und BZgA entschlossen, die Aktion vorzeitig um ein Jahr, bis zum 31. Dezember 2013, zu verlängern.*

„Für die vielen Kinder und Jugendlichen in den Sportvereinen trägt der organisierte Sport eine große gesellschaftliche Verantwortung“, erklärt DOSB-Präsident Dr. Thomas Bach. „Trainer und Betreuer von Nachwuchssportlern sind Vorbilder. Gerade deshalb zählt es auch zu unseren Aufgaben, den sportlichen Nachwuchs vor dem Missbrauch von Alkohol zu schützen. Ich unterstütze ausdrücklich die Fortsetzung der Aktion und wünsche mir, dass sich auch im kommenden Jahr wieder viele Vereine engagieren.“

„Das außerordentlich große Interesse an der Aktion zeigt, dass die Prävention von Alkoholmissbrauch für Sportvereine ein ganz wichtiges Thema ist. Wir freuen uns deshalb sehr, die Kooperation mit dem DOSB in diesem Bereich verlängern zu können“, sagt die

Direktorin der BZgA, Prof. Dr. Elisabeth Pott. „Die Sportvereine sind für unsere Präventionsarbeit wichtige Partner, weil wir auf diesem Weg viele Kinder und Jugendliche erreichen können. Vor allem den ehrenamtlich Tätigen im Sport gebührt großer Dank. Ihr starkes Engagement macht es möglich, das Thema Alkoholprävention aktiv in den Vereinsalltag einzubringen.“

Mit „Alkoholfrei Sport genießen“ rufen DOSB und BZgA Deutschlands Sportvereine auf, sich mit eigenen Veranstaltungen für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol einzusetzen. Im Mittelpunkt steht vor allem das Vorbildverhalten von Erwachsenen, die in der Kinder- und Jugendarbeit der Vereine tätig sind. Gehen sie verantwortungsbewusst mit Alkohol um, wirkt sich das auch positiv auf die jungen Vereinsmitglieder aus. Sportvereine, die sich beteiligen möchten, können bei der BZgA kostenlos eine Aktionsbox anfordern. Darin enthalten sind ein Werbebanner, T-Shirts, Informationsmaterialien, ein Auszug aus dem Jugendschutzgesetz als Poster, ein Cocktail-Shaker und Rezepthefte für alkoholfreie Cocktails. Außerdem erhalten sie auf der Internetseite der Aktion vielfältige Tipps und Anregungen für die Gestaltung einer eigenen Aktion zum Thema „Alkoholfrei Sport genießen“. **Infos: [www.alkoholfrei-sport-geniessen.de](http://www.alkoholfrei-sport-geniessen.de)**

DOSB

## Rhönradturner Christoph Clausen vierfacher Deutscher Meister

*Der Ausnahme-Rhönradturner Christoph Clausen vom TSB Flensburg war der große Star der Deutschen Meisterschaften im Rhönradturnen in Wurmlingen (Baden-Württemberg).*

Nachdem der Flensburger sich klar und deutlich den DM-Titel im Mehrkampf vor Marcel Schawo aus Rugenbergen und dem Flensburger Jannik Stühr sicherte, holte er sich auch alle drei Einzeltitel. Mit deutlichem Vorsprung sicherte sich Clausen zunächst den Titel im Geradeturnen vor Marcel Schawo und Jannik Stühr. Im anschließenden Sprungfinale ließ er ebenfalls nichts anbrennen. Zwei „lockere“ Sprünge und eine Wertung von 9,550 Punkten reichten auch hier zum Sieg. Die weitere Reihenfolge war die gleiche wie beim Geradeturnen.

Den Sieg komplett machte Christoph Clausen mit dem Gewinn in seiner besten Disziplin, dem Spiraleturnen, wo er überlegen mit 10,65 Punkten gewann und Marcel Schawo deutlich distanzierte. Dirk Balkenohl brachte hier etwas „Unordnung“ in die gewohnte Reihenfolge. Mit 7,75 Punkten schob er sich vor Jannik Stühr (7,55 Punkte) aufs Treppchen.

LSV/ar



## In Kiel hat sich eine starke Trainingsgruppe in der neuen Frauen-Segelklasse 49erFX etabliert Mit Highspeed Richtung Olympia

Mit einer großen Trainingsgruppe arbeiten die Frauen-Teams für Olympia 2016.



Als Zentrum des deutschen Segelsports im Spitzenbereich hat sich Kiel in den zurückliegenden Jahren einen guten Ruf erarbeitet. Es ist seit des vergangenen Olympia-Zyklus' einziger Trainingsstandort des Deutschen Segler-Verbandes, und fünf von zehn Olympia-Seglern in Weymouth haben ihren Wohnsitz in Kiel. Mit der Vorbereitung auf die Olympischen Spiele 2016 wird die herausragende Position Schilksees weiter betoniert. Zum neuen Jahr wird das Olympiazentrum zum Bundesleistungszentrum für den Segelsport, diverse neue Studenten haben sich beim Olympiastützpunkt Schleswig-Holstein/Hamburg zum Studium in Kiel angemeldet, und nach der Wahl der neuen Olympiaklasse für Frauen ist auf der Ostsee ein Konkurrenzkampf für Rio entbrannt, der die deutschen Seglerinnen in eine gute Position für den Medaillenkampf vor Rio in vier Jahren bringen sollte.

2016 werden die Frauen bei Olympia erstmals auf schnellen Skiffen an den Start gehen. Was sich bei den Männern seit 2000 als spektakuläre Klasse etabliert hat, soll nun auch bei den Frauen für Begeisterung sorgen. Mit einem etwas verkleinerten Rigg und reduzierter Segelfläche werden die so genannten 49er in der FX-Version für Frauen ins Rennen geschickt. Anfang September konnte Bootsbauer und Skiff-Experte Holger Jess aus Eckernförde das erst seit Sommer verfügbare Material ausliefern. Seitdem sind sechs Frauen-Teams vor Kiel im Training. Der Kieler Max Groy, 2004 vor Athen an der Vorschot von Marcus Baur (Kiel) selbst bei Olympia am Start, hat die Crews unter seine Fittiche genommen.

Damit bieten die Deutschen weltweit die größte Trainingsgemeinschaft in der neuen Bootsklasse auf.

Große sportliche Qualität ist zudem dabei, wenn es um die beste Ausgangsposition für Olympia geht. Die beiden Teams Tina Lutz/Susann Beucke, die einen Olympiastart im 470er ebenso knapp verpasst haben wie Maren Hahlbrock/Anke Lukosch im Match Race, messen sich mit aufstrebenden Konkurrentinnen. Victoria Jurczok/Anika Lorenz wurden bei der inoffiziellen WM im kleineren Skiff (29erXX) auf dem Gardasee gerade Erste vor Jule und Lotta Görge. Außerdem sind Leonie Meyer/Elena Stoffers (Dritte der 29erXX-WM) und Ann-Kristin Wedemeyer/Ann-Christin Goliaß (Fünfte der 29erXX-WM) mit dabei.

„Zunächst einmal ging es darum, Trimm und Technik auf dem neuen Boot kennenzulernen“, berichtete Max Groy von den Trainingsinhalten. „Dabei waren wir über Wochen fast täglich zu zwei Einheiten auf der Ostsee – bei wirklich jedem Wind.“ Schwerstarbeit für die jungen Frauen, die auf dem breit ausladenden Schiff erst einmal die weiteren Wege und die größeren Kräfte kennenlernen mussten. „Unglaublich anstrengend! Da müssen wir wohl auch noch einige Einheiten im Krafraum einlegen“, gestand Lotta Görge, die mit ihrer Schwester im Kieler Yacht-Club groß geworden ist.

Das skifftypische Bootsverhalten kennt sie aus dem 29erXX, doch nun steht auf den Schoten wesentlich mehr Zug. In stundenlan-



gen Abstimmungsfahrten nebeneinander arbeiteten die Crews in den vergangenen Wochen daran, die Koordination zwischen Steuerfrau und Vorschoterin auf dem 49erFX zu perfektionieren. Der Spaß kam dabei mit der Geschwindigkeit. „Großartig! Ich habe endlich wieder richtig Lust am Segeln. Mich kriegt hier keiner mehr runter. Warum sollte ich ein langsames Boot segeln, wenn ich das schnelle haben kann?“, sagte Tina Lutz.

Und auch die Männer sind beeindruckt. Julius Schmidt/Max Boehme und Jan-Hauke Erichsen/Max Lutz, die parallel zu den Frauen trainierten, konnten kaum Unterschiede feststellen. „Der FX ist vielleicht einen Tick langsamer, dafür läuft er mehr Höhe. Das hebt sich nahezu auf“, so Max Lutz, der mit seinem Steuermann gerade Junioren-Vizeweltmeister im 49er geworden ist. Gelegentlich, ihr Trainingserfolge zu ergründen, bekamen die Frauencrews bereits Mitte Oktober auf dem Steinhuder Meer. In Niedersachsen wurden die inoffiziellen deutschen Meisterschaften ausgetragen. Tina Lutz/Susann Beucke zeigten dabei, dass sie die Erfahrung aus einer verpassten Olympia-Qualifikation zu nutzen wussten und setzten sich überlegen gegen die fünf konkur-

rierenden Teams durch. Es folgten Jurczok/Lorenz, Meyer/Stoffers, Gorge/Gorge, Wedemeyer/Goliaß und Hahlbrock/Lukosch.

„Es waren harte Bedingungen auf dem Steinhuder Meer und die Crews waren an den Abenden ganz schön fertig von den zahlreichen Wettfahrten“, berichtete Holger Jess. „Tina und Susann haben dabei die wenigsten Fehler gemacht und das hat ihnen den Titel eingebracht.“ Dass die Frauen insgesamt an ihre Leistungsgrenze gebracht wurden, sei ein guter Lerneffekt gewesen, so Jess. „Alle wissen, dass es noch viel zu tun gibt. Interessant wird der internationale Vergleich. Wir wollen versuchen, möglichst früh und viel mit den Däninnen zu trainieren. Denn auch dort hat sich mit vier Crews schon eine sehr gute und engagierte Trainingsgruppe gebildet.“

In diesem Jahr sind die Kieler noch an einer olympischen Medaille vorbei gesegelt. Mit dem frühen Start in den Zyklus, einer großen 49erFX-Trainingsgruppe und künftig internationaler Zusammenarbeit könnte sich das 2016 ändern.

Von Ralf Abratis

## Neue Segel-Asse im Kieler Sportinternat

*Schichtwechsel im Kieler Sportinternat: Nachdem einige Segler und Surfer mit dem erfolgreichen Abitur die „Wohn-gemeinschaft“ in Schilksee verlassen haben, sind zum August drei neue leistungsambitionierte Segler eingezogen. 29er-Akteur Max Stinglele sowie die beiden Laser-Segler Theo Bauer und Magnus Simon sorgen für einen „geschlechtlichen Gleichstand“ im Internat, denn mit Jennifer Bender (Surfen), Lena Haverland (Laser) und Ann Kristin Wedemeyer (49erFX) haben drei Mädchen noch ein bzw. zwei Schuljahre vor sich.*

Für das „Küken“ des Internats im Olympiastützpunkt Schleswig-Holstein/Hamburg ist der Umzug in das Internat ein Heimspiel. Der 15-jährige Max Stinglele wohnt seit zehn Jahren in Strande. Als seine Eltern nun nach Berlin umzogen, wollte er lieber an der Ostsee bleiben. „In Berlin wäre die Trainingsgruppe nicht so gut gewesen, und daher hat mich mein Vereinstrainer Patrick Böhmer auf die Idee gebracht, ins Internat zu ziehen“, sagt Max. Und er hat seine Entscheidung nicht bereut. Denn so kann er weiter Leistungssport, Schule und Freunde unter einen Hut bringen. Da das Internat eigentlich erst von 16-Jährigen besucht wird, hatte Internatsleiterin Petra Homeyer extra eine Sondergenehmigung für den Zehntklässler besorgt.

Reguläre 16 bzw. 17 Jahre sind die beiden Laser-Segler. Magnus hat den kurzen Weg aus Hamburg nach Kiel gewählt, Theo stammt von der Müritzküste. Beide wurden von ihrem Trainer Tim Kirchhoff zum Internat gelotst und gehen nun in die elfte Klasse der Gemeinschaftsschule Friedrichsort. Während sich Magnus im Frühjahr zumindest während einer Probewoche über das Leben in Schilksee informierte, entschied sich Theo spontan während der Kieler Woche zum Umzug. „Meine Eltern unterstützen das voll und ganz, und bin sehr zufrieden hier. Wir kommen alle gut miteinander klar“, berichtet Theo. Sportliche



*Theo Bauer, Magnus Simon und Max Stinglele sind die Neuen im Internat, die von Jennifer Bender und Lena Haverland (von links) bestens aufgenommen wurden. Ann Kristin Wedemeyer ist derweil im Regatta-Einsatz.*

Qualität bringen die Neuen zudem in das Internat. Mit dem Sieg bei der Kieler Woche (Theo) und dem dritten Platz dort (Magnus) stellten sie ihre herausragende Rolle auf nationaler Ebene unter Beweis. Und auch die Mädchen sind glücklich mit ihren neuen Mitbewohnern: „Das passt alles sehr gut. Das persönliche und seglerische Umfeld stimmen hier“, sagt Lena. „Sechs Bewohner sind genau richtig. Weniger sollten es nicht sein, und bei mehr wird es schon eng im Internat. Und die Mischung ist sehr gut“, findet auch Jennifer, die sich ganz auf ihr Abitur im kommenden Frühjahr konzentrieren muss, denn im Internat zählen nicht nur herausragende sportliche, sondern auch gute schulische Leistungen.

Von Ralf Abratis

## Trendsportart Slackline

# „Geniales Training der Koordination“

*Slacklines ist ein Trendsport, der Balance, Konzentration und Koordination erfordert. Und somit ein ideales Zusatztraining für so manche etablierte Sportart. Ein Kurzporträt.*

Das Ganze begann, wenn man so will, aus Langeweile. Wenn der Regen die Felsen rutschig gemacht hatte, verkürzten sich die Kletterer im US-Nationalpark Yosemite ihre Wartezeit mit Balancieren auf ihren bereits gespannten Seilen. Es entstanden Camps, Wettbewerbe, bis der Extremkletterer Heinz Zak in den 1980er Jahren das „Slacken“ auch nach Europa brachte.

Auf gespannten Seilen hatten zwar auch früher schon Kletterer in Europa balanciert, von akrobatischen Kunststücken auf dem Seil, die bereits bis zu den alten Griechen zurückreichen, einmal ganz abgesehen. Doch als eigene Trainingsform oder gar als Sportart konnte sich Slackline zunächst kaum durchsetzen. Dennoch stellt sich die Frage: Warum ist Slackline heute ein für alle Bereiche des Sports interessantes Thema? Zunächst einmal, weil man nicht viel dazu benötigt: Überspitzt gesagt, ein Band, zwei Fixpunkte und schon kann es los gehen. Das Balancieren auf der 2,5 bis 5 cm breiten Line bringt nicht nur großen Spaß, es hält gleichzeitig fit, stärkt die Muskulatur, schult den Gleichgewichtssinn und ist somit für jede Altersklasse geeignet.

### Die Anfänge

Was vor mehr als 30 Jahren in den Bergen der USA begann, hat sich in der jüngsten Vergangenheit zum Trendsport entwickelt und ist aus vielen Gärten, Vereinen, Parks und Städten gar nicht mehr weg zu denken. Mit einem leicht zu bedienenden, zweiteiligen Ratschensystem machen verschiedenste Hersteller das Slacklines von Anfang an für Jedermann möglich. Das und der urbane Lifestyle haben es in den letzten Jahren immer bekannter und beliebter gemacht. Dabei hat sich in letzter Zeit auch eine ganz neue Art des Slacklines etabliert, das Tricklines. Dabei werden spektakuläre Jumps und Tricks auf einer kniehoch gespannten Line gemacht. Gerade für Jugendliche in Städten ist Slacklines eine neue, coole Sportart bei der man Bewegung und Lifestyle verbinden kann. Im Gegensatz zum Balancieren auf dem Tanz- oder Hochseil, wo das Seil so straff gespannt ist, dass es sich kaum bewegt, dehnt sich das Seil unter der Last des Slackliners. Es verhält sich dadurch sehr dynamisch und verlangt ein ständiges aktives Ausgleichen seiner Eigenbewegung. Der Balancepunkt des Slackliners ist somit sehr tief.

### Verschiedenste Arten

Dass junge Menschen erfinderisch sind, vor allen Dingen, wenn es sich um derart innovative Spaß- und Trainingsformen handelt, braucht kaum näher erwähnt zu werden. Kein Wunder, haben sich in den letzten Jahren zahlreiche Arten von Slacklines entwickelt. Die gebräuchlichste ist weiterhin Trick- oder Lowlining. Hier wird versucht, auf einer recht niederen, schwach gespannten, Line zu balancieren. Ergänzt wird dies durch Long Lines, Rodeo- bzw. Freestyle-Lines, Highlines (mit bis zu mehreren hundert Metern Höhe), Waterlines (über Seen, Bächen, wilden Gewässern), Jumplines, Night- und Darklines, Slackline und Skateboarden oder Slack Board. Zu viel des Englischen? Zugegeben, die wenigsten



*Das klassische Slacklines in nur geringer Höhe.*

Begriffe wurden ins Deutsche übersetzt bzw. sind im deutschen Sprachgebrauch üblich. Slack an sich, das sei auch an dieser Stelle angeführt, bedeutet lose, schlaff, entspannt.

### Slackline als Trainingsgerät

Doch gehen wir einmal weg vom reinen Kult- und Spaßobjekt. Längst haben Trainer, Sportler und Wissenschaftler Slackline auch und gerade als Trainingsgerät entdeckt – ein interessanter Aspekt für alle Sportler, ob breiten- oder Leistungssportlich orientiert. Mit der Slackline lässt sich das sensorische System nicht nur in aufrechter Position trainieren. Es gibt diverse Positionen, die sich auf der Slackline einnehmen lassen, welche die Gleichgewichtsfähigkeit aufs Äußerste fordern. Bereits heute trainieren viele Spitzensportler (der schwedische Skirennfahrer Ingemar Stenmark war übrigens der erste) auf der Slackline. Dass gerade Skifahrer hierauf zurückgreifen, lässt sich durch die sehr ähnliche Ausgleichsbewegung zwischen diesem Sport und dem Slacklines zurückführen. Ein großer Vorteil ist auch, dass sich die Sensorik immer am persönlichen Leistungslimit trainieren lässt, da man die Länge und den Durchhang der Line sehr einfach verstellen kann. Zudem können ganz neue Bewegungsmuster erlernt werden. So schätzen auch Physiotherapeuten dieses Gerät. Martin Schlageter, Physiotherapeut der deutschen Kletter-Nationalmannschaft, benutzt Slacklines schon seit längerer Zeit: „Es ist für mich ein geniales Training der Koordination und des Gleichgewichts, denn das ist das Fundament einer jeden Sportart auf hohem Niveau. Herausragende Spitzensportler sind in der Regel nicht besser, weil sie mehr Kraft haben, sondern weil sie eine geniale Koordination besitzen“.

Es muss ja nicht gleich ins Extreme gehen, wenn beim Highline in den USA Schluchten in über 300 Metern Höhe überquert werden. Von Kalifornien träumen lässt sich auch zwischen zwei Bäumen im Schwimmbad oder aufgespannt in der Trainingshalle.

*Joachim Spägele*

## Nicht versäumen - Schadenfälle unverzüglich beim Versicherungsbüro melden!



Für eine zügige Bearbeitung von Schadenfällen ist eine rasche Meldung beim Versicherungsbüro beim LSV wichtig. Nur so können zeitnah die notwendigen Unterlagen und ggf. erforderliche Rückfragen zum Schadensgeschehen eingeholt werden. Schließlich sollen die verunfallten Sportler oder Geschädigten, die Anspruch auf Versicherungsleistungen haben, möglichst schnell Entschädigung erhalten. Formale sind in der Sportversicherung daher auch bestimmte Leistungsvoraussetzungen, z.B. die Einhaltung von Fristen, geregelt.

Grundsätzlich gilt für alle Versicherungszweige, dass der Eintritt eines Schadenfalles dem Versicherer unverzüglich anzuzeigen ist. Das BGB (§ 121) definiert „unverzüglich“ mit der Formulierung „ohne schuldhaftes Zögern“. Ein Versicherter, der z.B. erst nach der Rückkehr aus seinem dreiwöchigen Urlaub von einem Schaden in der ersten Urlaubswoche erfährt, meldet nicht verspätet, wenn er den Versicherungsfall einige Tage nach Urlaubsrückkehr anzeigt. **So sind in der Unfallversicherung noch folgende wichtige Fristen einzuhalten:**

Die Invalidität, als Folge eines Sportunfalls, muss innerhalb eines Jahres nach dem Unfall eingetreten sein und muss ferner – dies ist eine Anspruchsvoraussetzung – innerhalb von weiteren zwölf Monaten (also spätestens am Ende des zweiten Jahres nach dem Unfall) ärztlich festgestellt worden sein. Außerdem muss die Invalidität innerhalb von 24 Monaten nach dem Unfall beim Versicherer (ARAG) geltend gemacht worden sein. In der

Sportversicherung ist diese Frist – anders als in der Unfallversicherung sonst üblich – auf 30 Monate verlängert. Ein weiterer wichtiger Baustein der Sport-Unfallversicherung ist die so genannte **Übergangsleistung**. Sie wird gezahlt, wenn nach Ablauf von 6 Monaten nach Eintritt des Unfalls eine mehr als 50%ige Leistungsbeeinträchtigung ununterbrochen bestanden hat. Hält diese Beeinträchtigung insgesamt neun Monate an, besteht Anspruch auf eine weitere Übergangsleistung. **Auch für den Erhalt dieser Versicherungsleistungen ist die Einhaltung von Fristen zu beachten:**

- Anspruchsvoraussetzung für beide Übergangsleistungen ist, dass sie sieben bzw. zehn Monate nach Eintritt des Unfalls unter Vorlage ärztlicher Atteste zu begründen und geltend zu machen sind.
- Natürlich müssen auch andere Schadenereignisse, ob sie die Sport-Haftpflichtversicherung, die Sport-Kranken-, Vertrauensschaden- oder Rechtsschutz-Versicherung betreffen, unverzüglich gemeldet werden.
- Tipp: Tragen Sie nach einem Sportunfall die jeweiligen Fristen in Ihren Kalender ein, damit es zu keinen Versäumnissen kommt.

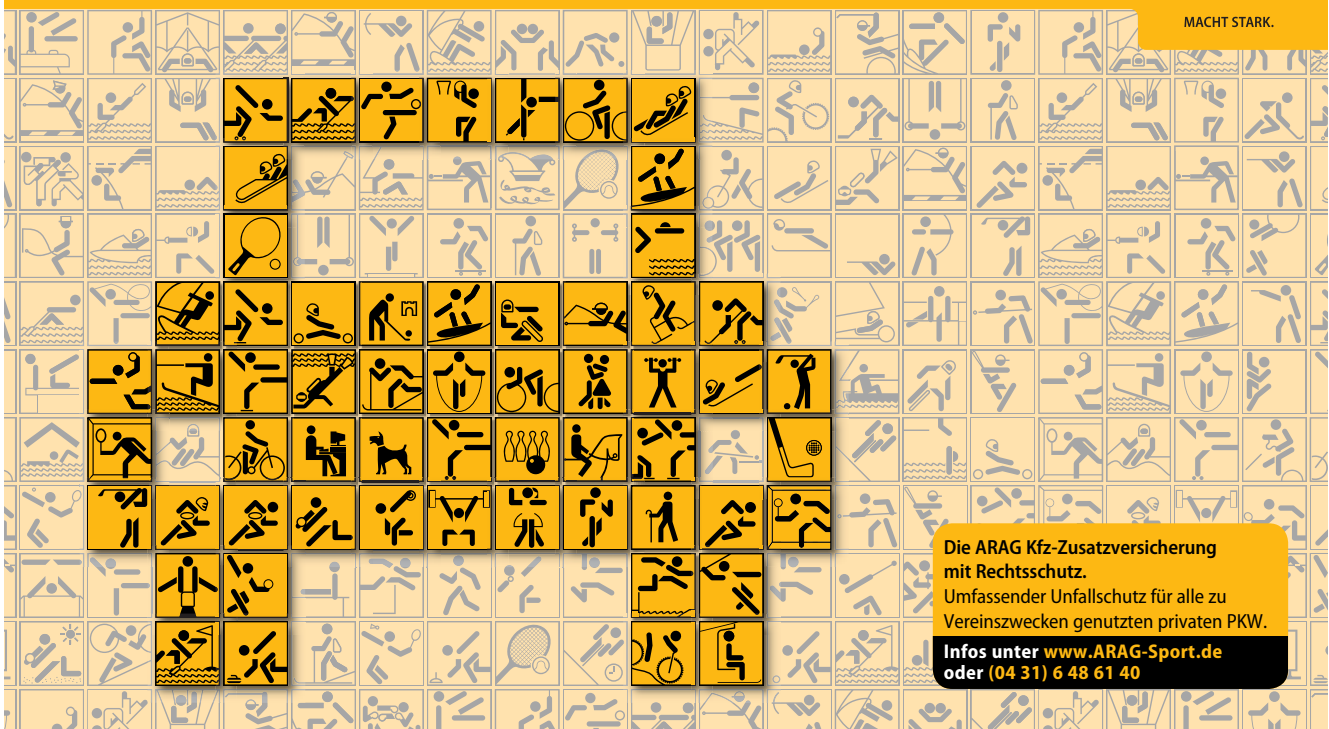
### Bei Fragen wenden Sie sich vertrauensvoll an:

Versicherungsbüro beim  
Landessportverband Schleswig-Holstein e.V.  
Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel  
Tel: (0431) 6486-140, Fax: (0431) 6409-848  
E-Mail: vsbkiel@arag-sport.de

## Schicken Sie Ihre Mitglieder ruhig auf die Straße.



MACHT STARK.



Die ARAG Kfz-Zusatzversicherung mit Rechtsschutz. Umfassender Unfallschutz für alle zu Vereinszwecken genutzten privaten PKW.

Infos unter [www.ARAG-Sport.de](http://www.ARAG-Sport.de) oder (04 31) 6 48 61 40

## Der Tennisellenbogen – ein häufiges schmerzhaftes Problem beim Sportler

*Schmerzen im Bereich des Ellenbogens bei Wurf- oder Schlagsportarten, beim Anheben einer Kaffeetasse, beim Öffnen eines Schraubverschlusses oder beim Auswringen eines Tuches sind häufig die ersten Symptome einer oft chronisch verlaufenden Erkrankung. Die Diagnose Tennisellenbogen führt zu Verwunderung, da die meisten Betroffenen nie einen Tennisschläger in der Hand gehalten haben.*

Bei Schmerzen im Ellenbogen liegen meist eine entzündliche, selten eine abnutzungsbedingte Veränderung der Muskelansatzstellen im Bereich des Ellenbogens vor. Diese sind an einem Knochenvorsprung (Epicondylus) angewachsen. Am Ellenbogen haben verschiedene Muskelgruppen des Armes, der Hand und der Finger ihren Ursprung. Es sind insbesondere die Strecker der Hand und der Finger sowie die außendrehenden Muskeln. Die Muskeln sind über Bindegewebsstrukturen, die Sehnen und die Knochenhaut mit dem Knochen verwachsen. Sind die Streck- oder Außendrehmuskel betroffen, so spricht man von einem Tennisellenbogen (Epicondylitis humeri radialis). Der Tennisellenbogen ist eine der häufigsten Erkrankungen im orthopädischen Fachgebiet. Männer sind häufiger von dem Leiden betroffen als Frauen. Das Durchschnittsalter der Erkrankten liegt durchschnittlich zwischen dem 35. und 50. Lebensjahr. Auslöser für die Schmerzen sind überwiegend Entzündungsveränderungen am Sehnen-Knochen-Übergang. Ursachen sind chronisch mechanische Überbeanspruchungen, heute insbesondere bei Handarbeitern und bei Sekretärinnen. Relativ selten tritt es bei Tennisspielern auf. Wenn, dann ist meist eine falsche Technik, insbesondere bei der Tennisrückhand die Ursache. Bei Wurfsporarten treten die Beschwerden häufiger auf.

Die Patienten sind durch die Schmerzen bei der Ausführung auch ganz normaler Alltagsbewegungen eingeschränkt. Hände schütteln oder das Anheben von Gegenständen, zunächst nur schwerer, später auch leichter Sachen wie Einkaufstüten führen zu starken Schmerzen. Im weiteren Verlauf kann es zu einer Kraftminderung der Hand- und Finger Muskulatur sowie zum Verlust der Griffstärke führen. Die Sportart kann nicht mehr ausgeübt werden. Am Knochenansatz der betreffenden Muskulatur lässt sich ein ausgeprägter Druckschmerz auslösen. Der Schmerz ist von stechender ausstrahlender Natur. Die Diagnose wird grundsätzlich durch klinische, körperliche Untersuchungen, durch die Durchführung verschiedener Test gestellt.

Die Schmerzen lassen sich typischerweise auslösen durch Drehung des Unterarmes nach außen, durch Handstreckung gegen Widerstand, durch Streckung des Mittelfingers gegen Widerstand oder durch Streckung des Ellenbogens und passiver Beugung der Hand. Zu unterscheiden sind Schmerzen die von der HWS ausgehen, sogenannte Cervicalsyndrome, Einengungen und Reizungen von Nerven sowie verschleißbedingte Gelenkveränderungen (Arthrosen) sowie selten tumorbedingte Erkrankungen. Zur Unterscheidung werden bildgebende Verfahren wie eine Röntgenaufnahme oder eine Ultraschalluntersuchung notwendig. Gelegentlich werden Laboruntersuchungen zum Ausschluss von rheumaähnlichen Erkrankungen notwendig. Ist die Diagnose



eindeutig gestellt, so stehen in Abhängigkeit von Dauer der schmerzhaften Tennisellenbogenerkrankung und in Abhängigkeit der Intensität verschiedene Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung. Der Arzt wird zunächst versuchen die Ursache der chronischen Überlastungen herauszufinden. Bei Handwerkern und Mechanikern, Straßenbauarbeitern sowie Personen die an PC-Arbeitsplätzen oder Schreibmaschinen tätig sind, sollte eine Überprüfung des Arbeitsplatzes erfolgen und eine ergonomische Arbeitsplatzgestaltung durchgeführt werden. Ggf. können durch Änderungen der Tastatur am PC, unter gelenkschonenden Haltungen große Erfolge erzielt werden. Sind die Beschwerden durch sportliche Fehlbelastungen ausgelöst so ist das Erlernen der richtigen Tennis- oder Golftechnik sowie der Einsatz von vibrationsdämpfenden Hilfsmitteln oder auch Reduktion der Spannungshärte hilfreich.

Ärztlicherseits werden lokal entzündungshemmende Salbenverbände sowie schmerztherapeutische Injektionsbehandlungen, d.h. Spritzen mit örtlichen Betäubungsmitteln und niedrigdosierten entzündungshemmenden Zusätzen eingesetzt. Gleichzeitig werden Entlastungsverbände wie Kinesiotaping eingesetzt. Bei muskulären Verhärtungen und Inbalancen kommt Krankengymnastik zur Balancierung der Muskelspannung und Dehnung der Muskelverhärtung in Frage. Gleichzeitig werden sogenannte Querfriktionsbehandlungen, d.h. spezielle Massagetechniken im Sehnenbereich eingesetzt. Der Patient wird angelernt lokal mittels Kälteabreibungen, der sogenannten Kryofriktion, die Entzündung zu dämpfen. Unterstützend werden Ultraschallbehandlungen eingesetzt, die durch eine Mikroviolation wie Kleinstmassagen im Bereich der Sehne wirken. Darüber hinaus können Elektrobildungen insbesondere eine sogenannte TENS (Transcutan elektrische Nervenstimulation) zur Schmerzbehandlung eingesetzt werden. Zur Schmerztherapie hat sich die Akupunktur-Behandlung als effizientes Verfahren erwiesen.

Orthopädietechnisch kommen Hilfsmittel zum Einsatz, die eine Entlastungsreduzierung der Muskulatur und Spannungsableitung herbeiführen. Es handelt sich hierbei um Spangen oder Bänder, die vor den Ellenbogen um die Muskulatur herumgelegt werden. Die Kraftübertragung auf den gereizten Sehnen-Knochen-Anteil wird hierdurch gelindert und eine proprioceptive Stimulation der Muskulatur herbeigeführt. Bei hartnäckigen Verläufen kommen auch kurzfristige Ruhigstellungen z.B. in der Gipsschiene zum Einsatz. Längerfristige Ruhigstellungen sollten vermieden werden, da es zu einer Reduzierung der Muskelkraft und zu einer Verminderung der Belastbarkeit der Sehnen-Knochen-Ansätze kommt, so dass der Ellenbogen noch empfindlicher auf Belastungen zukünftig reagiert. Trotz intensiver conse-

quenter konservativer Behandlung neigen ca. 20 % der am Tennisellenbogenschmerzsyndrom erkrankten Patienten zu einem chronisch wiederkehrenden Verlauf. Speziell bei chronischen Reizungen wird die extrakorporale Stoßwellentherapie angewendet. Bei der Stoßwellentherapie handelt es sich um ein spezielles Gerät, bei dem fokussierte Ultraschall- oder mechanische Wellen eingesetzt werden, ähnlich wie dies beim Zertrümmern von Nierensteinen geschieht. Bei dieser Therapie werden diese Schockwellen auf die schmerzhaft gereizten Sehnenansätze gerichtet. Die Erfolgsaussichten betragen ca. 80 %.

Ein relativ neuer Therapieansatz bei chronischen Verläufen ist die Behandlung mit ACP. Hierbei handelt es sich um aus dem eigenem Blut gewonnenes Autologous Conditioned Plasma welches mit Wachstumsfaktoren angereichert ist. Es erfolgt die Injektion an die schmerzhaften Muskelansätze. Bei den bisher erwähnten Behandlungsverfahren handelt es sich um unterschiedliche Behandlungsansätze, die auch sehr unterschiedliche Wirkungen entfalten. Typischerweise wird eine frisch aufgetretene schmerzhafte Tennisellenbogenerkrankung mit leichten kurzfristigen Maßnahmen, wie Injektion, Salbenverbänden oder Entlastung sowie physiotherapeutischen Maßnahmen behandelt. Bei wiederholtem Auftreten wird dies durch Orthesen, Entlastungsmaßnahmen, physikalische Behandlung oder schmerztherapeutischen Maßnahmen ergänzt. In allen Fällen sollten auslösende Ursachen gesucht und beseitigt werden. Bei chronischen Verläufen kommen schmerztherapeutische Verfahren, Ruhigstellungen, extrakorporale Stoßwellenbehandlungen oder ACP-Behandlung oder auch Kombinationen der o.g. Verfahren zum Einsatz. Sollte dennoch keine dauerhafte Beschwerdefreiheit

durch die konservativen und apparativen Maßnahmen erreicht werden können, so sind operative Maßnahmen indiziert. Hierbei wird am häufigsten die sogenannte Operation nach Hohmann und Wilhelm eingesetzt. Diese Operation kann ambulant durchgeführt werden. Bei der Operation wird die schmerzhafte Muskulatur am Knochenansatz eingekerbt und gleichzeitig eine Denervierung (Durchtrennung der Schmerzfasern) durchgeführt. Die Arbeitsunfähigkeit nach der Operation beträgt ca. 1-2 Wochen.

Die Prognose des schmerzhaften Tennisellenbogens ist in den meisten Fällen gut. Bei exakter Diagnose und konsequenter Behandlung können fast alle Patienten durch konservative Maßnahmen schmerzfrei werden. In einigen chronischen Fällen ist eine operative Behandlung notwendig, so dass spätestens hierdurch die Erkrankung zur Ausheilung gebracht werden kann.

*Dr. med. Andreas Losch*  
 Facharzt für Chirurgie, Unfallchirurgie, spezielle  
 Unfallchirurgie und Sportmedizin  
 Durchgangsarzt der Berufsgenossenschaft  
 MedBaltic Unfallambulanz am Sankt Elisabeth Krankenhaus  
 Königsweg 14  
 24103 Kiel  
 Tel: 0431/25958161  
 losch@medbaltic.de

**LUBINUS CLINICUM**  
 Orthopädische Chirurgie

Unser Leistungsspektrum

- Endoprothetik
- Anästhesie & operative Intensivmedizin
- Fußchirurgie
- Gefäßchirurgie
- Hand- & Mikrochirurgie
- Plastische & Wiederherstellende Chirurgie
- Schmerztherapie
- Unfall- & arthroskopische Chirurgie, Sporttraumatologie
- Wirbelsäulenchirurgie, Kinder-, Rheuma- & onkolog. Orthopädie

**Sankt Elisabeth Krankenhaus Kiel**  
 Operative Fachklinik

Unser Leistungsspektrum

<ul style="list-style-type: none"> <li>Allgemeine Chirurgie</li> <li>Anästhesie und Schmerztherapie</li> <li>Fußchirurgie</li> <li>Mund-, Kiefer- &amp; Gesichtschirurgie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Neurochirurgie</li> <li>Orthopädie</li> <li>Plastische &amp; Ästhetische Chirurgie</li> <li>Unfallchirurgie</li> <li>Urologie</li> </ul>
--	---

**LUBINUS STIFTUNG**

LUBINUS Clinicum  
 Sankt Elisabeth Krankenhaus  
 LUBINUS-Stiftung Förderverein

**LUBINUS-Stiftung**  
 LUBINUS Clinicum  
 Steenbeker Weg 25-33  
 24106 Kiel  
 Tel. 04 31 3 88-0  
 Fax 04 31 3 88-2 40  
 info@lubinus-clinicum.de  
 www.lubinus-clinicum.de

Sankt Elisabeth Krankenhaus  
 Kiel  
 Königsweg 8  
 24103 Kiel  
 Tel. 04 31 66 03-0  
 Fax 04 31 66 03-4 09  
 info@sek-kiel.de  
 www.sek-kiel.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

Bildungswerk  
 Tel. 04523 - 98 44 30  
 bildungswerk@lsv-sh.de

Tel. Kiel: 0431 - 64 86 -

<b>Aus- und Fortbildung - Bildungswerk</b>	04523 -	
	984430	bildungswerk@lsv-sh.de
	984431	ulrike.goede@lsv-sh.de
	984432	angela.weidemann@lsv-sh.de
	984433	thomas.behr@lsv-sh.de
<b>Geschäftsleitung</b>		
<b>Bestandserhebung/Mitgliederverw.</b>	148	anja.schleusener@lsv-sh.de
<b>Breitensport/Vereins-, Verbandsentw.</b>	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
<b>Buchhaltung</b>	188	manuela.schulz@lsv-sh.de
<b>EDV / Internet</b>	204	wolfgang.behrens@lsv-sh.de
<b>Ehrungen / Jubiläen</b>	133	diana.meyer@lsv-sh.de
<b>„Familiensport“</b>	143	sabrina.eckhoff@lsv-sh.de
<b>Finanzen</b>	200	ingo.buyny@lsv-sh.de
<b>Frauen im Sport</b>	146	annika.pech@lsv-sh.de
<b>GEMA</b>	133	diana.meyer@lsv-sh.de
<b>Geschäftsleitung</b>	147	manfred.konitzer-haars@lsv-sh.de
<b>Gesundheitssport</b>	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
<b>Haus des Sports Zentrale</b>	0	dorit.beissel-guenther@lsv-sh.de
<b>Integration durch Sport</b>	107	karsten.luebbe@lsv-sh.de
<b>Justitiariat</b>	101	maren.koch@lsv-sh.de
<b>Leistungssport</b>	045 23 -	
	98 4433	thomas.behr@lsv-sh.de
<b>Präsident - Büro</b>	135	sigrid.oswald@lsv-sh.de
<b>Präsidium / Vorstand - Büro</b>	133	diana.meyer@lsv-sh.de
<b>Presse- und Öffentlichkeitsarbeit</b>	163	stefan.arlt@lsv-sh.de
<b>Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“</b>	240	meike.kliewe@lsv-sh.de
<b>„Rezept für Bewegung“</b>	240	monique.lehmann@lsv-sh.de
<b>Schulsport</b>	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
<b>Schule &amp; Verein</b>	203	petra.petersen@lsv-sh.de
<b>Senioren-sport</b>	217	brigitte.roos@lsv-sh.de
<b>Spenden</b>	136	hilga.rabe@lsv-sh.de
<b>Sportabzeichen</b>	120	petra.tams@lsv-sh.de
<b>SPORTforum - Redaktion</b>	163	stefan.arlt@lsv-sh.de
<b>Sport gegen Gewalt</b>	137	klausmichael.poetzke@lsv-sh.de
	189	sport.gegen.gewalt@lsv-sh.de
<b>SBZ Malente, Verwaltungsleitung</b>	045 23 -	
	98 44-11	harald.kitzel@lsv-sh.de
<b>Tag des Sports</b>	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
<b>Umwelt-, Naturschutz/</b>		
<b>Natura 2000</b>	118	sven.reitmeier@lsv-sh.de
<b>Vereinsaufnahmen</b>	133	diana.meyer@lsv-sh.de
<b>Vereins-service (Sportmobil-/</b>		
<b>und Kletterwand-Team)</b>	183	heico.tralls@lsv-sh.de
<b>Verwaltungsberufsgen. VBG</b>	101	maren.koch@lsv-sh.de
<b>Zuschüsse</b>	201	renate.carlson@lsv-sh.de
<b>Sportjugend Schleswig-Holstein</b>	151	info@sportjugend-sh.de
<b>Geschäftsführung</b>	121	carsten.bauer@sportjugend-sh.de
<b>Freiwilligendienste</b>	198	kristina.exner-carl@sportjugend-sh.de
<b>Aus- und Fortbildung</b>	152	walther.furthmann@sportjugend-sh.de
<b>Aus- und Fortbildung</b>	252	anne.kolling@sportjugend-sh.de
<b>Projekt „Kinder in Bewegung“</b>	208	klaus.rienecker@sportjugend-sh.de
<b>Projekt „IES“</b>	227	info@sportjugend-sh.de
<b>Großveranst./Internationales</b>	185	astrid.petersen@sportjugend-sh.de
<b>Sportversicherung</b>		
<b>ARAG-Versicherungsbüro</b>	140	vsbkiel@arag-sport.de
<b>Sportvermarktung</b>		
<b>Sport- und Event-Marketing</b>	134	f.ubben@semsh.de
<b>Schleswig-Holstein GmbH</b>	177	m.holzum@semsh.de

## Wir danken unseren Partnern und Förderern

**BARMER  
 GEK** die gesund  
 experten

**LUBINUS  
 STIFTUNG**

**PROVINZIAL**

**Sparkasse**

**e-on** | Hanse

**ARAG**

**Volksbanken  
 Raiffeisenbanken**

**LOTTO®**  
 Schleswig-Holstein

**CITTI**

**MVK**  
 Abfall entsorgen – Energie erzeugen

**ERHARD® SPORT**

**Auto  
 CENTRUM  
 LASS**

**TNG**

**avt plus media service**  
 Ihr innovativer Full-Service-Dienstleister für  
 Broadcast und professionelle Medientechnik

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

**Die nächsten Termine: Dienstag, 4. Dezember 2012**  
**Dienstag, 8. Januar 2013** 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: Fotolia, Seite 4: Martin Geist, Seite 6: Stefan Arlt,  
 Seite 7: SBZ, Seite 8: Thomas Niggemann, Seite 10: KielNET,  
 Seite 11: Matthias Holzum, Seite 12: Margrit Kunde, Sven Gisea, Seite 13: NDSB,  
 Seite 15-18: sjsh, Seite 22: SHFV, Seite 23: Jo Russer, Seite 24,25: Ralf Abratis,  
 Seite 26: gibbon, Seite 28: Lubinus Stiftung.

Mit Namen oder Quellenangabe gekennzeichnete Artikel stellen nicht  
 unbedingt die Meinung des Landessportverbandes SH dar.



Das Leben ist schön –  
und wir sorgen dafür, dass es so bleibt.

[www.provinzial.de](http://www.provinzial.de)

Alle Sicherheit für uns im Norden.

**PROVINZIAL**  
Die Versicherung der Sparkassen

**Zum Glück  
geht's jetzt  
per Klick!  
www.lotto-sh.de**



**Zu jeder Zeit und von jedem Ort in  
Schleswig-Holstein**

Lotterien und Wetten sind Glücksspiele. Lassen Sie das Spielen nicht zur Sucht werden! Hilfe: Landesstelle für Suchtfragen S-H: Tel. 04 31/540 33 40 und Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Tel. 08 00/137 27 00. Die Spielteilnahme unter 18 Jahren ist nicht zulässig!

 **LOTTO<sup>®</sup>**  
Schleswig-Holstein