

SPORT *forum*

Das Magazin des Landessportverbandes Schleswig-Holstein
Februar 2012



RÜCKBLICK: DOSB-TAGUNG ZUM OFFENEN GANZTAG
ANKÜNDIGUNG: „ZUKUNFTSKONFERENZ SENIORENSPORT“



Jan Ueberall aus Schleswig-Holstein

Jung und erwachsen

„Die Provinzial ist für mich da –
mein Leben lang.“



Immer für Sie da – auch auf dem iPhone:
Mit der neuen „Mobil Sicher“-App.

PROVINZIAL

Alle Sicherheit für uns im Norden

Die Versicherung der Sparkassen



Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

seit 1987 haben sich die „Festivals des Sports“ im Breitensport als erfolgreicher Veranstaltungstyp im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) und in den Landessportbünden- und -verbänden etabliert und fortentwickelt. Die Events, die der DOSB jährlich gemeinsam mit verschiedenen Städten aus dem gesamten Bundesgebiet durchführt, sind ein gesellschaftspolitischer Beitrag zur Bewegung und Gesundheit der Bevölkerung. In diesem Jahr wird auch der Landessportverband Schleswig-Holstein vom 31. August bis zum 2. September Ausrichter eines von sechs bundesweiten „Festivals des Sports“ sein.

Das Festival, für das Landtagspräsident Torsten Geerds die Schirmherrschaft übernommen hat, wird aus drei unterschiedlichen Teilen bestehen. Der Veranstaltungsfreitag, der 31. August, steht unter dem Motto „Kinder in Bewegung“. Kinder aus Kindergärten und Kieler Grundschulen werden hierbei die Möglichkeit bekommen, auf dem Gelände des Sportforums der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel Sport, Bewegung und Spiel in seiner vielfältigen Form kennenzulernen. Für Samstag, den 1. September, ist ein sportpolitisches Symposium im Plenarsaal des Schleswig-Holsteinischen Landtages mit rund 150 Teilnehmerinnen und Teilnehmern vorgesehen. Das Symposium trägt den Titel „Sport gestaltet Zukunft“ und legt dabei den Schwerpunkt auf das bürgerschaftliche Engagement im Sport. Am Sonntag, dem 2. September, findet der traditionelle „Tag des Sports“ rund um das Haus des Sports am Winterbeker Weg in Kiel statt. Er ist im Jahr 2012 Bestandteil des „Festival des Sports“ und wird sicherlich wiederum viele tausend Besucher zum Mitmachen animieren.

An die Vereine und Verbände im Land richte ich die Bitte, sich schon heute den Termin für das „Festival des Sports“ zu notieren und den Landessportverband dabei zu unterstützen, ein buntes und vielfältiges Programm zu präsentieren. Gemeinsam sollten wir es schaffen, dass das „Festival des Sports“ ein herausragendes Ereignis im schleswig-holsteinischen Sportjahr 2012 wird.

Heinz Jacobsen
Vizepräsident des Landessportverbandes

Im Fokus

Fachforum Sport und Schule	4
----------------------------	---

LSV-Info

Zukunftskonferenz Seniorensport am 2./3. März 2012 in Damp	5
Neue Projektleitung „Rezept für Bewegung“	5
Neue Vereine im LSV	5
KSV Stormarn erhielt Sonderpreis für besten Tour-Standort bei Deutscher Sportabzeichentour 2011	6
DOSB stellt Broschüre zur Mitgliederentwicklung im Sportverein vor	6
Prof. Martin Nolte aus dem LSV-Vorstand ausgeschieden	7
DOSB-Dokumentation zum Klimaschutz im Sport erschienen	7
Bildungswerk: Freie Angebote im März	8,9
Freie Plätze im SBZ für Sport, Bildung, Spaß und Erholung	9
Köpfe Klubs Ideen: Dem Schicksal einen Streich gespielt - Die Geschichte des Para-Triathleten Lars Hansen	10,11
SHFV-Budenzauber: LOTTO-Masters und LOTTO-Nordcup	12
LKV-SH: Lizenzausbildung-Trainer-C erfolgreich beendet	12
Sportjugend Schleswig-Holstein	13-16
Gastgeberorte für Sportabzeichen-Tour 2012 stehen fest	17
Institut für Fankultur gegründet	17

Vereine und Verbände

Tischtennis an der Europaschule Schwarzenbek – ein Erfolgsprojekt	18
Jetzt bewerben für Grünes Band 2012	19
Vortrag in Kiel: Zuckerschok beim Training? – Kinder mit Diabetes mellitus beim Sport	19
Veranstaltungsankündigungen des KSV Stormarn	19
Der DOSB informiert zur Digitalen Dividende	20

Service

ARAG informiert: Fragen und Antworten zur Sportversicherung, Teil 4: Zusatzversicherungen	23
Lubinus-Clinicum informiert: Das Knie im Sport – Teil 2: Bandschäden	24,25
Der direkte Draht zum LSV	26
Steuerhotline	26
Impressum	26
Titelfoto: Holstein Kiel gewann das LOTTO Masters 2012 in der Kieler Sparkassen-Arena	

DOSB und Deutsche Sportjugend tagten in Frankfurt Fachforum Sport und Schule



„Quo vadis Sportverein und Ganztagschule?“ lautete der Titel einer „Fachkonferenz Sport und Schule“, die der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Deutsche Sportjugend (DSJ) vor kurzem in Frankfurt durchführten. Die Teilnahme von über 150 Vertreterinnen und Vertretern der Spitzenverbände und der Landessportbünde, sowie aus Kommunen, Vereinen und Schulen zeigte, dass auch nach einigen Jahren Erfahrung mit der Ganztagschule das Thema „Zusammenarbeit von Sport und Schule“ nach wie vor von großer Bedeutung ist.

Die für die Themen „Bildung und Olympische Erziehung“ verantwortliche Vizepräsidentin des DOSB, Prof. Gudrun Doll-Teppe, machte in ihrem Grußwort deutlich, dass die konkreten Auswirkungen sowohl der offenen Ganztagsangebote als auch der verkürzten Gymnasialzeit (G 8) in der Praxis durchaus ambivalent diskutiert und bewertet werden. Viele Sportvereine sehen in den wachsenden Ganztagsangeboten die Gefahr, ihre traditionellen Vereinsstrukturen zu verlieren und in den schulischen Angeboten am Nachmittag nur noch eine untergeordnete Rolle zu spielen. Jedoch bedeuten die schulpolitischen Veränderungen für die tägliche Arbeit im organisierten Sport auch Herausforderung und zentrale Neuerungen, die sich insbesondere in Fragen der Zusammenarbeit zwischen Sportvereinen und Schulen festmachen lassen. Aktuelle Fragestellungen, wie sie auch in Schleswig-Holstein diskutiert werden, sind dabei die Auslastung und Nutzung der Sportstätten, die Überprüfung der Rahmenvereinbarungen, die Entwicklung spezifischer Angebote für den Ganztag und die Qualifikation der Übungsleiterinnen und Übungsleiter, die im Ganztag tätig sind. Im Rahmen der Veranstaltung stellte Dr. Ivo Züchner vom Deutschen Institut für



internationale pädagogische Forschung aus Frankfurt in einem Impulsreferat eine empirische Bestandsaufnahme zur Rolle der Sportvereine im Ausbau von Ganztagschulen vor. Interessant waren für die Zuhörerinnen und Zuhörer vor allem die Ergebnisse der Untersuchung zu den Auswirkungen, die das Ganztagsangebot an Schulen auf das Sportverhalten von Kindern und Jugendlichen hat.

Auch die Rolle der Sportvereine in der Zusammenarbeit mit Schulen und die Vernetzung mit anderen Akteuren im Bereich „Schulische Bildung“ wurde von Dr. Züchner vorgestellt. LSV/nig

Fachforum zum Thema in Kiel

Der Landessportverband setzt seine Informationsreihe zum Thema „Sport und Schule“ gemeinsam mit dem schleswig-holsteinischen Ministerium für Bildung und Kultur fort und veranstaltet ein Fachforum am

Mittwoch, 8. Februar 2012, 18.00 Uhr im „Haus des Sports“ in Kiel

Bevor Dr. Ivo Züchner die in Frankfurt vorgestellte Studie, ergänzt um einige schleswig-holstein-spezifische Angaben, vorstellen wird, werden der Präsident des Landessportverbandes, Dr. Ekkehard Wienholtz, und der Minister für Bildung und Kultur des Landes Schleswig-Holstein, Dr. Ekkehard Klug, in das Thema einführen. In einer anschließenden Podiumsdiskussion, an der neben dem LSV-Präsidenten, dem Bildungsminister und dem Referenten auch Fachleute aus dem Bereich des Sports und der Schule teilnehmen, soll das Thema eingehend mit dem Plenum diskutiert werden.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos und offen für alle Interessierten.
Den detaillierten Ablaufplan sowie Anmeldeunterlagen finden Sie auf der LSV-Homepage:

www.lsv-sh.de/Sportthemen/Veranstaltungen/Infoabende

Visionen einer Weiterentwicklung des Sports für ältere Menschen in Schleswig-Holstein Zukunftskonferenz Seniorensport am 2./3. März 2012 in Damp

Der Landessportverband Schleswig-Holstein (LSV) lädt am 2. und 3. März interessierte Personen aller Ebenen des organisierten Sports zu einer „Zukunftskonferenz Seniorensport“ nach Damp ein. Dort sollen gemeinsam Ideen und Visionen entwickelt, aber auch bereits konkrete Maßnahmen geplant werden. Schwerpunkt dieser Zukunftskonferenz ist die Entwicklung eines Programms bzw. Konzeptes „Sport der Älteren“ für den Landessportverband, die Landesfachverbände und die Sportvereine.



Auf der Landessportkonferenz im November 2011 in Damp wurden in einem Workshop im Hinblick auf die Mitgliederentwicklung der Älteren schon erste Konsequenzen und Handlungsempfehlungen für Sportvereine und -verbände aufgezeigt. Herausgearbeitet wurde im Rahmen des Workshops unter anderem die Idee, eine Zukunftskonferenz zum Thema Seniorensport zu veranstalten, denn Organisationen, die gern wissen möchten, wo sie aktuell stehen und wohin sie zukünftig wollen, nutzen dazu gern das Führungs- und Veränderungsinstrument „Zukunftskonferenz“. Als Moderator der Veranstaltung in Damp konnte der LSV Herr Karsten Ebeling vom Büro für Personalentwicklung in Malente gewinnen. Karsten Ebeling arbeitet bereits seit langer Zeit mit zahlreichen Sportvereinen und -verbänden erfolgreich zusammen.

Die Komplett-Pauschale für die Teilnahme an der Konferenz beträgt 39 Euro pro Person. Anmeldeschluss ist der 17. Februar 2012. Das Programm und der Meldebogen sind im Internet unter www.lsv-sh.de/Sportthemen/Seniorensport zu finden. LSV/ar

Kontakt: Landessportverband Schleswig-Holstein e.V.
Brigitte Roos, Referentin für Seniorensport,
Tel.: 0431/6486-217, brigitte.roos@lsv-sh.de



Neue Projektleitung „Rezept für Bewegung“

Die Sportwissenschaftlerin Monique Lehmann hat zum 1. Februar 2012 als Projektleiterin im Projekt „Rezept für Bewegung“ die Nachfolge von Marie Schmidt, die aus familiären Gründen den LSV verlassen hat, angetreten. Den Einstieg in das Projekt „Rezept für Bewegung“ fand Monique Lehmann über eine Hausarbeit im Seminar von Prof. Dr. Manfred Wegner am Institut für Sportwissenschaft der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel. In dieser Arbeit wurde die Sicht der nicht an diesem Projekt teilnehmen-

den Ärzte auf mögliche Barrieren des Projekts mit Hilfe von Interviews dargestellt. Während ihres Masterstudiums hat sie den Fokus auf den Gesundheitssport in Vereinen gelegt. Besonders beschäftigt sie sich mit der Herausforderung, wie Menschen für einen aktiven Lebensstil begeistert werden können. Neben ihrem Hauptfach Sport studiert Monique Lehmann auch Pädagogik und Ernährungswissenschaften. Seit 13 Jahren ist sie selbst im Schwimmsport aktiv und engagiert sich seit vielen Jahren als Trainerin im Triathlon und im Schwimmsport. Zu ihren Aufgaben im Projekt wird neben der Pflege der LSV-Datenbank insbesondere die Gewinnung neuer Kooperationspartner für das Projekt „Rezept für Bewegung“ gehören. **Monique Lehmann ist montags und dienstags von 9 bis 13 Uhr unter der Nummer 0431-6486-240 zu erreichen. E-Mail: monique.lehmann@lsv-sh.de**



LSV/ar

Neue Vereine im LSV

Folgende Vereine wurden am 16. Dezember 2011 aufgenommen:

Takemusu Aikido Kiel e.V.	Sportverband Kiel
Reitsportverein Gut Höbek e.V.	KSV Rendsburg-Eckernförde Pferdesportverband
Budo Sport Nord e.V.	Sportverband Kreis Steinburg Karateverband

Auszeichnung von der Sparkasse Holstein

KSV Stormarn erhielt Sonderpreis für besten Tour-Standort bei Deutscher Sportabzeichentour 2011



Der Sonderpreis für den „besten Tour-Standort 2011“ im Rahmen der Sportabzeichentour des Deutschen Olympischen Sportbundes ging im Jahr 2011 an den Kreissportverband (KSV) Stormarn mit dem Tour-Standort Bargtheide.

Dr. Martin Lüdiger, Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Holstein, übergab den Preis im Namen des Deutschen Sparkassen- und Giroverbands an den 1. Vorsitzenden des KSV Stormarn, Frank Malner, und Geschäftsführerin Verena Lemm. Der Preis ist mit 1.000 Euro dotiert. Der KSV Stormarn hatte im Mai dieses Jahres die Auftaktveranstaltung zur Sportabzeichen-Tour 2011 in Bargtheide mit großem Erfolg ausgerichtet. Dr. Lüdiger würdigte das Niveau der Veranstaltung: „Der Kreissportverband Stormarn als Veranstalter und der TSV Bargtheide als Gastgeber haben ein außergewöhnliches Engagement für das Deutsche Sportabzeichen an den Tag gelegt und dafür gesorgt, dass der Auftakt zur Sportabzeichen-Tour ein voller Erfolg war. Es steckt sehr viel Arbeit dahinter, so eine Tour zu begleiten. Das hat Anerkennung verdient.“



Dr. Martin Lüdiger (Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Holstein, ganz rechts) übergab die Urkunde zum Sonderpreis an Verena Lemm, Geschäftsführerin des KSV Stormarn. Mit ihr freuen sich (v.l.n.r.) LSV-Vizepräsident Heinz Jacobsen, Günter Stichnote (Sportabzeichenobmann TSV Bargtheide), Anni Lippert (Sportabzeichenbeauftragte des KSV Stormarn) und Frank Malner (1. Vorsitzender des KSV Stormarn)

Die Sparkassen-Finanzgruppe versteht den Preis als zusätzliche Motivation für die Standorte, spannende Veranstaltungen auszurichten und dabei die Regularien des DOSB einzuhalten. In Bargtheide nahmen am 6. Mai 2011 mehr als 1.500 Kinder, Jugendliche und Erwachsene am Auftakt zur Sportabzeichen-Tour teil, von denen allein 440 Jungen und Mädchen aus Bargtheide das Abzeichen errungen haben. Insgesamt haben im Kreis Stormarn im Jahr 2011 fast 5.000 Sportbegeisterte das Deutsche Sportabzeichen abgelegt. Mit dem Preisgeld für die Auszeichnung will der KSV Stormarn die Sportabzeichen-Obleute aus den Stormarner Sportvereinen mit neuem Equipment für das Training und die Abnahme von Sportabzeichen, wie zum Beispiel Maßbänder und Stoppuhren, ausstatten. Gemeinsames Ziel des DOSB und der Sparkassen-Finanzgruppe ist es, mehr Menschen

zu sportlicher Fitness zu motivieren. Der Sportabzeichen-Wettbewerb sei dafür das ideale Instrument. Mit der Sportabzeichen-Tour will der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) noch mehr Menschen für das Ablegen des Sportabzeichens begeistern. Die Sparkassen-Finanzgruppe ist „offizieller Olympia Partner Deutschland“ und führt gemeinsam mit dem DOSB den bundesweiten Sportabzeichen-Wettbewerb durch. LSV-Vizepräsident Heinz Jacobsen bedankte sich speziell beim TSV Bargtheide: „Gerade heutzutage wird es immer schwieriger, im ehrenamtlichen Bereich Menschen zu finden, die viele Stunden ihrer Freizeit opfern und sich für solch eine Veranstaltung einsetzen.“ Im letzten Jahr teilten die Veranstaltungsorte Bargtheide, Finsterwalde und Halle den Sonderpreis von 3.000 Euro unter sich auf, da sich die Jury nicht nur für eine Stadt entscheiden konnte. LSV/ar

DOSB stellt Broschüre zur Mitgliederentwicklung im Sportverein vor

Der DOSB hat eine Broschüre veröffentlicht, die analysiert, wie und durch welche Einflüsse sich die Mitgliederzahlen in den Sportvereinen verändern. Ein Nebeneffekt der Analyse sind Erkenntnisse darüber, was sich außerhalb des Vereinssports in dem vielfältigen Themenspektrum zwischen Alltagsbewegung und leistungsorientiertem Freizeitsport entwickelt. Dabei spielen die demographischen Veränderungen eine wesentliche Rolle. „Die vorliegende Analyse wendet sich diesen Themen zu und fragt nach, wie sich in den vergangenen zehn Jahren die Mitgliederzahlen in Sportvereinen verändert haben und welches Bild sich dadurch ergibt, dass man die vorhandenen Daten differenziert nach Alter, Geschlecht, regionaler Zugehörigkeit und Sportarten analysiert“, erläutert DOSB-Vizepräsident Walter Schneeloch. Darüber hinaus nimmt die Studie auch den Sportverein als Organisationsform in den Blick und stellt Wechselwirkungen zwischen Vereinsgröße und Mitgliederwachstum dar. Die so

zusammengestellten Daten werden an ausgewählten Daten der amtlichen Statistik zur Bevölkerungsentwicklung gespiegelt und vor diesem Hintergrund interpretiert. Vereinen soll die Broschüre als Argumentationshilfe und Ideengeber dienen. Es sei aber zu erwarten, dass aus der Lektüre auch mehr Fragen entstünden, sagt Schneeloch. „Wir würden uns daher sehr freuen, wenn diese Themen auf mehr wissenschaftliches Interesse fielen.“ Denn



ohne eine qualifizierte und strategisch angelegte Forschung hierzu, auch aus der Sportwissenschaft, verblieben solche Analysen, auf die der Sport zur Richtungsbestimmung für seine Arbeit angewiesen sei, im Exemplarischen, befürchtet Schneeloch.

Download unter www.dosb.de im Bereich „Sportentwicklung“.

Prof. Martin Nolte aus dem LSV-Vorstand ausgeschieden

Professor Dr. Martin Nolte ist aus dem Vorstand des Landessportverbandes Schleswig-Holstein ausgeschieden. Der in Lübeck geborene Jurist hatte seit 2008 den Vorsitz des Ausschusses für Rechts-, Sozial- und Steuerfragen inne.

Im vergangenen Jahr vollzog er einen beruflichen Wechsel von der Christian-Albrechts-Universität Kiel zur Deutschen Sporthochschule nach Köln. Dort hat er den Lehrstuhl für Sportrecht am Institut für Sportökonomie und Sportmanagement übernommen. „Aufgrund meiner Berufung an die Deutsche Sporthochschule habe ich mit meiner Familie nunmehr auch meinen Lebensmittelpunkt nach Köln verlegt. Eine verantwortungsvolle Ausübung meines Vorstandsamtes in Schleswig-Holstein war durch diese berufliche



Veränderung leider nicht mehr möglich“, begründete Prof. Nolte seine Entscheidung. Behalten wird er seine bundesweiten Ehrenämter als Aufsichtsratsmitglied der Nationalen Anti-Doping-Agentur Deutschland (NADA) und als Vorsitzender der Kommission Recht der NADA.

LSV-Präsident Dr. Ekkehard Wienholtz zeigte Verständnis für die Entscheidung Prof. Noltes. „Martin Nolte hat die Arbeit des Vorstandes des Landessportverbandes gerade in entscheidenden Fragen wie denen zur Glücksspielgesetzgebung und damit zur Grundfrage der Finanzierung des Sports in Schleswig-Holstein hervorragend unterstützt. Er hat mir zugesichert, dass er dem LSV auch künftig in wichtigen Fragen beratend zur Seite steht“.

LSV/ar

DOSB-Dokumentation zum Klimaschutz im Sport erschienen



Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat jetzt eine Dokumentation der Abschlussveranstaltung „Klimaschutz im Sport“ und des Fachforums „Sportstätten, Umwelt und Klimaschutz“ veröffentlicht. Beide Veranstaltungen fanden Anfang September 2011 im Literaturhaus in Frankfurt am Main statt.

DOSB-Generaldirektor Michael Vesper und Gertrud Sahler, Leiterin des Leitungsstabes im Bundesumweltministerium, führten bei der Abschlussveranstaltung ins Thema Klimaschutz und dessen Bedeutung und Auswirkungen auf den Sport ein. Der Verband Deutscher Sporttaucher (VDST), sowie die Landessportbünde Nordrhein-Westfalen, Sachsen und Niedersachsen präsentierten ihre Projektergebnisse zum Klimaschutz. Am zweiten Tag der Veranstaltung standen die Themen Kommunalpolitik und Sport, Sportstätten, Umwelt- und Natursportarten auf der Tagesordnung. Die Reden und Beiträge sind nun in der Dokumentation zusammengefasst, die auf der Homepage des DOSB als Download zur Verfügung steht. **Informationen:** www.klimaschutz-im-sport.de.

DOSB



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

www.vr-sh.de

Volksbanken
Raiffeisenbanken

Freie Angebote im März

Schwung nutzen und aus dem Vollen schöpfen

Das neue Jahr ist noch jung und der Gedanke an geplante Fortbildungsseminare in weiter Ferne. Doch ein Blick auf die Jahresübersicht macht deutlich, dass die Seminarangebote nicht gleichmäßig über den Jahresverlauf verteilt sind. In einigen Monaten fällt das Angebot durch Ferienzeiten oder Brückentage „magerer“ aus. Da bietet es sich an, gleich mit Schwung zu starten und den prallen Monat März zu nutzen. In der bunten Palette von Fortbildungsmöglichkeiten sind noch Plätze frei.

2.06 Stressmanagement für Führungskräfte in Verein/Verband und Leistungssport (8 LE)

Nicht nur Top-Manager großer Unternehmen sind vom Thema Stress betroffen, sondern ebenso Führungskräfte und Entscheidungsträger von Vereinen und Verbänden, egal ob in der Vereinsführung oder als Trainer/in im Leistungssport. Überbelastung und Missverständnisse sind Hauptursachen von Stress. In der Funktion als Vorbild ist es besonders wichtig, dass die Verantwortlichen Wege zur Bewältigung kennen und vorleben, damit das Team weiterhin ruhig und gut funktioniert oder sich die Athletinnen und Athleten auf Training und Wettkampf konzentrieren können. Wie gehe ich mit turbulenten Situationen um und wie würde ich mich gern verhalten? Wie kommt Stress in einer Gruppe auf und was können wir machen, um dies zu verhindern? Kurze Vorträge, Diskussionen, Kleingruppenarbeit und körperliche Übungen werden sich in diesem Seminar abwechseln. Und Sie werden die Lösungen für turbulente Zeiten mitnehmen! Dr. Petra Schmidt ist Top-Referentin für Seminare und Trainings zu Stressmanagement, Persönlichkeitsentwicklung und Führungskompetenzen. Die Kampfkünstlerin (4. Dan Karate Shōtōkan) und Philosophin hat ein Konzept für Führungskräfte entwickelt, mit dem es möglich ist, Körper und Geist in Einklang zu bringen und die Leistungsfähigkeit zu steigern. Mit ihr konnte das Bildungswerk eine Referentin der „Spitzenliga“ für das Thema gewinnen. Dieses herausragende Seminar sollten Sie sich nicht entgehen lassen. Es wird sonst nur außerhalb der schleswig-holsteinischen Landesgrenzen angeboten.

Teilnehmerkreis

Führungskräfte und Entscheidungsträger in Vereinen/Verbänden.
Es können maximal 12 Personen teilnehmen.

Termin 3. 3. 2012, 10 - 17 UHR
Ort Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum
Gebühr a) 105 Euro b) 210 Euro

5.08 Dance Day für Kids (8 LE)

Jetzt wird die Sporthalle gerockt! Ob David Guetta, Lady Gaga oder was sonst gerade aktuell ist...Dieser Workshop richtet sich an Übungsleiter/innen, die mit Kindern mit Alter von 6 bis 12 Jahren im Bereich Tanz arbeiten oder arbeiten wollen. Mona Stelzner vermittelt einen kreativen Umgang mit Musikstücken unterschiedlicher Stilrichtungen, unterrichtet Choreografien zu verschiedenen Titeln, gestaltet abwechslungsreiche Warm-ups und Kräftigungsübungen und gibt Anleitungen, wie man sich selbst einfache Choreografien zu aktuellen Hits aus den Charts erarbeitet kann.

Termin 4. 3. 2012, 10 - 17 UHR
Ort Neumünster, KSV Neumünster
Gebühr a) 35 Euro b) 70 Euro

4.00 Kursleiter/in Basic: Start to teach (8 LE)

Das Geheimnis der Kombination von Bewegung und Musik

Jeder, der Musik im Unterricht benutzt, sollte sie auch gezielt einsetzen können. In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie die Bewegungen auf die Musik und die Musikbögen abstimmen können. Das Ergebnis wird sein, dass die Teilnehmer Ihrer Fitness-, Workout-, Aerobic- oder Gymnastikstunde besser folgen können und die Abläufe der einzelnen Bewegungen runder laufen. Wer kompetent unterrichten will, ist auf der "großen 1", dem betonten Akzent der Musik. Lernen Sie, sie herauszuhören und einzusetzen!

Referentin Ulli Happ
Termin 10. 3. 2012, 10 - 17 UHR
Ort Belau, Sportscheune
Gebühr a) 60 Euro b) 120 Euro

4.38 Yoga Basic (8 LE)

Yoga ist ein fernöstliches Übungssystem, das sich mit dem Menschen in seiner Gesamtheit beschäftigt. Gerade für den modernen, stressgeplagten Menschen ist Yoga ein effektiver Weg zu mehr Ruhe und Gelassenheit. Yoga ist Entspannung und Konzentration, Muskeltraining, Beweglichkeit und ein hervorragendes Mittel, Verspannungen jeder Art zu lösen, Kraft zu tanken und Energiereserven wieder aufzufüllen.

Inhalte
• Grundlagen
• Körper- und Atemübungen
• Entspannung

Referentin Sabine Radtke
Termin 11. 3. 2012, 10 - 17 UHR
Ort Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum
Gebühr a) 35 Euro b) 70 Euro

4.13 Fit & Entspannt (6 LE)

An diesem Tag bekommen Sie neben Ideen und Anregungen zur Gestaltung einer eigenen Stunde vor allen Dingen die Gelegenheit mitzumachen und somit sich selbst etwas Gutes zu tun. Klassische Stundenbilder wie BBP und Wirbelsäulengymnastik werden hier ebenso vorgestellt, wie Elemente aus Body & Mind und Pilates.

Referentinnen Sonja Plinz und Tanja Lemke
Termin 11. 3. 2012, 10 - 15 UHR
Ort Flensburg, SV Flensburg
Gebühr a) 30 Euro b) 60 Euro

2.10 Versichert bei der VBG (4 LE)

Viele Funktionsträger eines Sportvereins sind automatisch bei der VBG versichert. Versichert sind Trainer, Übungsleiter und Betreuer, es sei denn, sie sind Honorartrainer. Auch auf dem Vereinsgelände ist der Vorstand nicht mehr versichert, hierfür ist eine freiwillige Ehrenamtsversicherung erforderlich. Der Vorstand ist für den Arbeitsschutz seiner Sportanlage und -geräte verant-

wortlich, auch wenn sie von der Kommune zur Verfügung gestellt werden. **Im Gespräch wird Thomas Ehrhorn über folgende Themen informieren:**

- Versicherungsschutz und Leistungen für Übungsleiter/ Trainer, bezahlte Sportler, Mitarbeiter der Geschäftsstelle und weitere Personen aus einem Sportverein
- Möglichkeit der freiwilligen Ehrenamtsversicherung für gewählte Ehrenamtsträger
- Verantwortung des Vorstandes für den Arbeitsschutz der Sportanlage und der Sportgeräte

Termin 12. 3. 2012, 18 - 21 UHR
Ort Lübeck, TSB Geschäftsstelle
Gebühren Das Seminar ist ein kostenloses Seminarangebot der VBG. Anmeldung erforderlich!

Aktiv 70plus (15 LE)

Die über 70-jährigen werden in der Zukunft die am schnellsten wachsende Altersgruppe sein. Umso wichtiger ist es, sie weiter für Bewegung und Sport im Verein zu begeistern. Für die einen ist es entscheidend, aktiv etwas für die Gesundheit zu tun, andere schätzen das gemeinsame Aktivsein und die Geselligkeit. Wissenschaftler sind sich einig: Vor allem durch Bewegung und Sport kann auch im hohen Alter Entscheidendes für die Gesundheit getan werden. Neben theoretischen Grundlagen für die Arbeit mit der Zielgruppe 70plus wird der Schwerpunkt des Seminars auf Bewegung als Teil des Lebenskonzeptes zur Erhaltung der Selbstständigkeit gelegt.

Inhalte

- Beweglichkeit und Sensomotorik
- Kraft und Balance
- Sturzprävention
- Interaktion, Kommunikation, Gedächtnistraining
- Entspannung
- Exemplarische Stundenbilder
- Medizinische Grundlagen, Ernährung im Alter

Leitung Brigitte Roos und Iris Kasch
Termin 16. - 18. 3. 2012
Ort Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum
Gebühr a) 120 Euro b) 240 Euro

4.28 Medizinisches Krafttraining (8 LE)

Krafttraining an Fitnessgeräten im Trainingsstudio bedeutet oft gesundheitsorientiertes Präventionstraining, um gezielt für die Belastungen im Alltag und im Beruf gewappnet zu sein. Immer wieder kommen Menschen mit orthopädischen Vorbelastungen in ein Studio, um als „normales“ Mitglied zu trainieren und doch spezielle Übungen zu erhalten, die darauf abgestimmt sein sollen, besonders belastete Körperregionen zu trainieren. Der Kurs gibt Einblicke in den Trainingsplanaufbau in einem gesundheitsorientierten Fitness-Studio. In vielen praktischen Übungen an Kraftgeräten arbeiten wir insbesondere für die häufig überlasteten oder unterforderten Bereiche: Rücken, Knie, Schulter, Hüfte.

Referentin Gabi Iden
Termin 17. 3. 2012, 10 – 17 UHR
Ort Lütjenburg, Sportstudio Iden
Gebühr a) 35 Euro b) 70 Euro

4.40 Rückencoaching Update (8 LE)

Durch Bewegungsmangel und einseitige Belastungen entstehen Muskeldysbalancen, die zu Verspannung, Haltungsfehlern und Fehlbelastungen der Wirbelsäule führen. Der Aufbau und die

Funktion der Wirbelsäule ist für die meisten Rückenprobleme mit verantwortlich. Daher ist es wichtig, dass die verschiedenen Muskelgruppen richtig trainiert und miteinander koordiniert werden. Wer seinen Körper wahrnehmen kann, hat ein Gefühl für Dysbalancen und Fehlhaltungen und lernt, diese zu vermeiden. Das Seminar vermittelt Wissen in Theorie und Praxis zu Anatomie, Training und Körperwahrnehmung im Alltag und beim Sport. Daniel Hönow bringt die Teilnehmenden auf den aktuellen Kenntnisstand der „Rückenschule“ und räumt mit Althergebrachtem auf.

Zielgruppe Übungsleiter/ -innen im Bereich Rückenschule/ Wirbelsäulengymnastik.
Referent Daniel Hönow
Termin 24. 3. 2012, 10 - 17 UHR
Ort Bad Malente, Sport- und Bildungszentrum
Gebühr a) 35 Euro b) 70 Euro

Buchung für alle Seminare unter www.lsv-sh.de/seminar-anmeldung. Wer nähere Auskünfte zu den Seminaren wünscht, wird vom Bildungswerk-Team kompetent beraten (Tel. 04523 - 984430).



Gruppen, die Trainings- und Tagungsmaßnahmen im Sport- und Bildungszentrum buchen möchten, können sich weiterhin für freie Kapazitäten bewerben. Freie Plätze kann man im Internet ansehen (Link siehe unten unter 1.). Bei der Programmgestaltung sind die Verantwortlichen in der Sportschule gern behilflich.

Der großen Nachfrage entsprechend gibt es auch in 2012 wieder Angebote für Erwachsene und Senioren. Dazu gehören unter anderem die beliebten „Senioren-Fitness-Wochen“, die „Radwanderwoche“ und die „Wander- und Walking-Woche“ mit Tagestouren, Informationen zu Land und Leuten sowie sportlichem Beiprogramm. Einen anderen Blickwinkel auf das eigene Wohlbefinden stellt die „kombinierte Fasten- und Wanderwoche“ dar, mit „Heilfasten nach Buchinger“ können Gesunde die Selbstheilungskräfte zu stärken. Wieder im Angebot ist die „Kulturelle Tennis-Woche“ sowie ganz neu, Anfang Oktober, die „Wellness- und Entspannungs-Woche.“ Informationen auch zu diesen Aktionswochen: siehe unten unter 2.

SBZ/ki
zu 1. [www.lsv-sh.de/sport-und-bildungszentrum/belegung/freie kapazitäten](http://www.lsv-sh.de/sport-und-bildungszentrum/belegung/freie-kapazitäten)
zu 2. [www.lsv-sh.de/sport-und-bildungszentrum/unsere angebote/kurswochen](http://www.lsv-sh.de/sport-und-bildungszentrum/unsere-angebote/kurswochen)

Dem Schicksal einen Streich gespielt

Die Geschichte des Para-Triathleten Lars Hansen



Lars Hansen auf der Sprintdistanz bei den deutschen Meisterschaften 2010 in Hamburg.

Schleswig – Einige Geschichten sind fast zu unglaublich, um wahr zu sein. Es sind Geschichten, die vielleicht nur der Sport zu schreiben im Stande ist. Wir schreiben im Stande ist. Wir schreiben das Jahr 1996, und der 16-jährige Lars Hansen aus Neuberend bei Schleswig jobbt auf dem Bau in der Firma seines Vaters. Lars ist ein sportlicher Junge, spielt Handball beim TSV Jörl. Er ist Rechtshänder, und zwei Tage später hat er ein Vorstellungsgespräch. Lars will eine Ausbildung machen – zum Zimmermann. Doch an diesem Tag spielt ihm das Schicksal einen Streich. Beim Aufladen gerät er irgendwie mit seiner rechten Hand in den Gabelstapler, wird mit dem Notarzt ins Krankenhaus gebracht und muss dort fünf Wochen bleiben. Die Ärzte versuchen alles, doch die Hand muss amputiert werden. Auf einmal ist alles anders im Leben des 16-jährigen Lars Hansen aus Neuberend bei Schleswig.

Wir schreiben das Jahr 2012. Lars ist mittlerweile 31 Jahre alt, sitzt am Trainingsgelände in Schleswig und lacht. Der Para-Triathlet, der im vergangenen Jahr Vize-Europameister wurde, ist keiner, der sich unterkriegen lässt, die Augen strahlen Hartnäckigkeit aus und auch ein bisschen Trotz. Sie strahlen freundlich und ganz ohne Verbitterung, wenn Lars Hansen diese unglaubliche Geschichte – seine Geschichte – noch einmal erzählt. Drei Monate insgesamt fällt Lars 1996 aus, schafft trotzdem seinen Realschulabschluss, geht weiter in Husum auf dem Gymnasium zur Schule, macht seine Fachhochschulreife und schließt eine Ausbildung zum Bauzeichner an. Später studiert er in Eckernförde und ist heute Bau-Ingenieur. Und der Sport? „Erst einmal habe ich auf Linkshänder umgelernt und weiter Handball gespielt“, sagt Hansen, als sei es das Selbstverständlichste auf der Welt.

Bei einem Praktikum in Sydney entdeckt er das Laufen, absolviert irgendwann einen Halbmarathon, 2006 in Hamburg seinen ersten Marathon. Nebenbei spielt der Linkshänder wider Willen weiter Handball. Er steigt aufs Rennrad und wagt sich im April 2009 auch ins Wasser – Schwimmtraining beim TSV Schleswig. Anfangs noch mit einer Prothese, doch die ist im Wettkampf ohnehin nicht erlaubt. Im selben Jahr nimmt er an seiner ersten deutschen Meisterschaft teil und wird in der Kategorie TRI 4 (z.B. eine Hand amputiert oder einseitig gelähmt) auf Anhieb deutscher Vizemeister – es ist erst der zweite Triathlon seines Lebens. Jetzt nimmt diese unglaubliche Geschichte ihren Lauf: Lars Hansen wird 2010 deutscher Meister auf der Supersprint-Strecke (300m Schwimmen/10km Rad/3km Laufen), Vizemeister auf der Sprintdistanz (750m/20km/5km). Er wird auch 2011 deutscher Vizemeister, belegt bei der WM in Peking Platz sieben und wird im spanischen Pontevedra Vize-Europameister.

Handicap, Behinderung – Wörter, die in Lars Hansens Wortschatz keinen Platz gefunden haben. „Ich bin ein unruhiger Typ, kann nicht lange still sitzen, nicht lange schlafen, brauche immer Bewegung“, sagt er, der mittlerweile auch Späße über sein „Schicksal“ machen kann. „Wenn ich dann wirklich mal ein Gürkenglas nicht öffnen kann, kann ich auch schon 'mal an die Decke gehen.“ Wenn irgendetwas doch 'mal nicht klappt, ist Freundin Kerstin zur Stelle. Im April erwartet das Paar Nachwuchs, darum lässt Lars Hansen die EM in Israel ausfallen. Normalerweise ist Kerstin bei den Wettkämpfen immer dabei, unterstützt Lars in der Wechselzone. 1996 hat ihm das Schicksal einen Streich gespielt, doch Lars Hansen hat den Spieß umge-

dreht. Es ist nichts zu spüren von einer Beeinträchtigung durch die fehlende rechte Hand. Erst wenn Hansen den roten Ärmel seiner Germany-Teamjacke hochkrepelt und die Prothese zeigt, ist klar, was anders ist, was ihn einschränkt. Doch sein Leben hat sich Hansen nicht umkrepeln lassen. Lars und Kerstin bauen ein Haus in Neuberend, reisen gern zwischen Berlin und Australien durch die Welt, freuen sich auf ihr Kind. „Dazu der Job – da bleibt nicht mehr viel Zeit“, sagt Hansen, der momentan beim Lauftraining am liebsten Rihannas „We Found Love“ hört. Wie passend! Er selbst nennt sich „ungeduldig“, nennt seinen „Ehrgeiz“ gleichermaßen als größte Stärke und Schwäche. Er ist hartnäckig, sucht sich Sponsoren, wird bei Wettkämpfen auch vom Landessportverband, vom TSV Schleswig und vom Deutschen Behindertensportverband unterstützt und ist „allen Sponsoren sehr, sehr dankbar“.

Als nächstes stehen die deutschen Meisterschaften, die WM in Neuseeland auf dem Programm. „Und irgendwann will ich die Halb-Ironman-Strecke schaffen.“ 1,9 Kilometer Schwimmen, 90 Kilometer Radfahren und 21 Kilometer Laufen. „Natürlich begleitet mich der Unfall noch immer, aber seitdem beiße ich die Zähne noch mehr zusammen“, sagt Lars Hansen. Er träumt von Olympia, 2016 in Rio ist der Para-Triathlon olympisch. Das wäre die Krönung dieser unglaublichen Geschichte, in der Lars Hansen aus Neuberend bei Schleswig dem Schicksal einen Streich gespielt hat.

Von Tamo Schwarz



Als er 16 Jahre alt war, musste Lars Hansen nach einem Unfall die rechte Hand amputiert werden. Mit 31 Jahren ist der Schleswiger nun einer der erfolgreichsten Para-Triathleten Deutschlands und wurde 2011 in Spanien Vize-Europameister.





SHFV-Budenzauber

Pokalhelden feiern beim LOTTO-Masters - Zuschauerrekord beim LOTTO-Nordcup

Alle Fußballfans wissen es: Das erste große Highlight im neuen Jahr ist das Budenzauber-Wochenende des Schleswig-Holsteinischen Fußballverbandes. In der Kieler Sparkassen-Arena stand am 14. und 15. Januar wieder Hallenfußball der Extraklasse auf dem Programm. Am Samstag spielten die acht besten Herrenteams aus Schleswig-Holstein beim 14. LOTTO-Masters um die offizielle Hallenlandesmeisterschaft, nur einen Tag später konnte sich der FFC Oldesloe beim 5. LOTTO-Nordcup mit den besten Teams der Frauen-Bundesliga messen. Und die Bundesligisten waren mit zahlreichen Nationalspielerinnen nach Kiel gekommen und sorgten somit für einen neuen Zuschauerrekord.

SHFV-LOTTO-Masters

Die Pokalhelden feiern auch beim LOTTO-Masters. Vor 7.400 Zuschauern in der Kieler Sparkassen-Arena besiegten die Lokalmatadoren von Holstein Kiel im Finale den Ligakonkurrenten VfB Lübeck. In der Wiederauflage des Endspiels von 2011 reichten den „Störchen“ die Tore von Marc Heider und Deran Toksöz zum verdienten 2:0-Erfolg. Auch wenn beide Regionalligisten das Finale erreichten, so überzeugten ebenso die Schleswig-Holstein-Ligisten mit starken Vorstellungen. Die Masters-Neulinge vom ETSV Weiche Flensburg scheiterten im Halbfinale erst im Neunmeterschießen an Holstein Kiel – der FC Sylt erreichte bei der zweiten Masters-Teilnahme erneut das Semifinale und unterlag dort dem VfB Lübeck (0:3). Geprägt war das 14. SHFV-LOTTO-Masters vom Motto „Schleswig-Holstein kickt fair“, sowohl auf dem Platz als auch auf den Rängen. Dies und die gezeigten Leistungen machten Lust auf mehr Budenzauber – und den gab's nur einen Tag später beim SHFV-LOTTO-Nordcup der Frauen zu sehen.

SHFV-LOTTO-Nordcup

Ein Fußballfest der Extraklasse erlebten die 4.700 Zuschauer beim 5. LOTTO-Nordcup am Sonntag. Die Elite des deutschen Frauenfußballs war mit zahlreichen Nationalspielerinnen in die Sparkassen-Arena gekommen, um sich den schleswig-holsteinischen Fußballfans zu präsentieren. Und das Publikum in Kiel zeigte sich begeistert von den Top-Stars um Lira Bajramaj, Melanie Behringer, Alexandra Popp oder Martina Müller, die die Fans auch abseits des Kunstrasens beeindruckten: Die zahlreichen Autogrammwünsche der Fans wurden ebenso geduldig erfüllt wie die Interviewanfragen der regionalen Presse. Jubeln durfte nach dem Endspiel letztendlich das Team vom FCR Duisburg, das sich in einem spannenden Endspiel nach Neunmeterschießen gegen den 1.FFC Frankfurt durchsetzen konnte. Einen Achtungserfolg konnte der FFC Oldesloe als schleswig-holsteinischer Lokalmatador beim 3:2-Sieg gegen den Hamburger SV feiern, insges-

amt schlossen die Oldesloerinnen die Vorrunde aber knapp hinter den ebenfalls glücklosen Hansestädterinnen auf dem letzten Platz ab. Dies tat der Atmosphäre in der Arena aber keinen Abbruch, denn die Top-Teams aus Frankfurt, Duisburg, Potsdam und Wolfsburg wussten in den Finalspielen durch erstklassigen Hallenfußball zu begeistern.

Der SHFV bedankt sich bei allen Zuschauern, die dafür gesorgt haben, dass der LOTTO-Nordcup mit 4.700 Besuchern einen neuen Zuschauerrekord verzeichnen konnte. Das nächste Highlight steht schon bevor, wenn am 5. Februar 2012 die Hallenlandesmeisterschaften der B-Juniorinnen (ab 9 Uhr) und Frauen (ab 13 Uhr) in der Hansehalle in Lübeck ausgespielt werden.

Tobias Kruse

Landes-Kanu-Verband: Lizenzausbildung-Trainer-C erfolgreich beendet

Am 4. Dezember 2011 konnte Günter Schöning, Lehrgangsleiter und zugleich Präsident des Landes-Kanu-Verbandes Schleswig-Holstein, den 22 Teilnehmerinnen und Teilnehmern nach erfolgreicher Abschlussprüfung die Trainer C-Lizenz für den Freizeit-, Breiten- und Leistungssport übergeben. Schöning sagte: „Der Ausbildungszeitraum von Januar bis Dezember 2011 und die damit erfolgreichen Abschlüsse der verschiedenen Kanu-Disziplinen beschert uns qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die einen Vergleich zu anderen Institutionen in Sachen Kompetenz und Engagement nicht zu scheuen brauchen.“ Schöning, Pädagoge, Sportpädagoge und seit 1976 Übungsleiter, deutete auf die Wichtigkeit von qualifizierten Fachkräften in den Vereinen hin, um der Konkurrenz auch im Kommerz gewachsen zu sein.

LKV-SH



Mit dem gesamten erfolgreichen Teilnehmerteam freuen sich (stehend v.l.n.r.) Günter Schöning (Lehrgangsleiter und Präsident des LKV-SH), Michael Dundalski (Vizepräsident des LKV-SH), Doris Dibbern (Lehrreferentin) und (kniend ganz links) Dörte Reh (Lehrreferentin)

Berufsinformationstag Sport für FSJlerInnen, BFDlerInnen und SchülerInnen im Haus des Sports in Kiel



Auf dem zweiten Berufsinformationstag konnte die sjsh nicht nur FSJlerInnen und BFDlerInnen im Sport, sondern auch erstmalig SchülerInnen der IGS Hassee mit Sportprofil gemeinsam mit ihrem Lehrer Uli Pöhlmann im Haus des Sports in Kiel begrüßen. Mit dieser neuen Veranstaltungsform verfolgt die sjsh das Ziel, die Freiwilligendienste im Sport als Berufs- und Orientierungsjahr darzustellen und einen repräsentativen Ausschnitt möglicher Berufsfelder im Sport in Kooperation mit regionalen Anbietern und Institutionen anzubieten.

Zwölf ReferentInnen konnten in verschiedenen Workshops Einblicke in ihr Berufsfeld geben. Im ersten Workshop-Block präsentierten sich:

- Thomas Behr, Geschäftsführer Leistungssport/Mitarbeiterentwicklung des LSV.
Thema: Berufsprofile in Sportorganisationen
- Matthias Fellenberg, Schulleiter, Physiotherapie, DIE SCHULE, Bad Malente und Ronja Behrend, Koordinatorin für den Studiengang Physiotherapie, Fachhochschule Kiel
Thema: Ausbildung zur / zum Physiotherapeutin / Physiotherapeuten, Bachelor-Studiengang „Physiotherapie“
- Michael Lübker, Bildungsgangleiter, Elly-Heuss-Knapp-Schule, Neumünster
Thema: Ausbildung zur/zum Erzieher/in im Schwerpunkt Freizeit/Tourismus und Kulturarbeit

Danach standen alle ReferentInnen im Rahmen eines „Markts der Möglichkeiten“ im Hans-Hansen-Saal für Fragen und Informationen zur Verfügung. Im Rahmen des zweiten Blocks konnten sich folgende WorkshopleiterInnen präsentieren:

- Frank Schlichting, Mitarbeiter des Instituts für Sportwissenschaft der CAU Kiel
Thema: Studium der Sportwissenschaften

- Tamo Schwarz, Sportredakteur der Kieler Nachrichten
Thema: Beruf der/des Sportjournalistin/-ten
- Andreas Preusse, Rehasport-Referent des Kieler MTV und Uwe Hönke, Geschäftsführer des Elmshorner MTV
Thema: Ausbildung von Sport- und Fitnesskaufleuten, Bachelor-Studiengang „Fitness-Ökonomie“

Im abschließenden dritten Workshopblock führten Frank Ubben, Geschäftsführer der SEMSH, und Mattes Holzum, Marketing-assistent der SEMSH, in das Thema „Sport- und Event-Marketing“ ein. Mit rund 60 TeilnehmerInnen stieß diese Veranstaltung auf große Resonanz und wird sicherlich in dieser oder ähnlicher Form weiter stattfinden.





Aktivtag „Kinder in Bewegung“ mit Symbolkraft

Die Sportjugend Schleswig-Holstein veranstaltete am 10. Dezember zum zweiten Mal den Aktivtag „Kinder in Bewegung“. Geladen waren Kinder mit ihren Eltern aus Sportvereinen und Bewegungskindergärten, sie sich besonders für Kinder engagiert haben.

Um 14 Uhr fanden sich alle Kinder beim gemeinsamen Eintanzen auf der Veranstaltung in der großen Halle des Sportforums der Christian-Albrechts-Universität wieder. Danach ging es zu den verschiedenen Bewegungsangeboten in die einzelnen Hallen. Beim PTSK Tanzen-in-Kiel konnte gleich weiter getanzt werden. Bei den Cheerleadern des SV Holstein Kiel, die schon vorher im Foyer die Gäste empfangen, konnte man sich ausprobieren. Der FC Kilia organisierte neben dem Fußball eine Sprintolympiade. Groß und Klein konnten in der Turnhalle die unterschiedlichsten Geräte der SSG Lürschau – u.a. eine Airtrack – ausprobieren. Drei große Trampoline des TSV Großsolt-Freienwill luden zum Fliegen ein oder man kletterte gut gesichert durch das Hochschulteam bis an die Deckenhalle. Und auch die Erwachsenen konnten sich beim Gesundheitssport durch die Unterstützung des Lubinus Clinicum Kiels ausprobieren oder sich beim THW Kiel oder dem Kieler MTV über deren Sportangebote informieren.

Im Rahmen dieser Veranstaltung wurde an fünf Bewegungskindergärten das Qualitätssiegel „Anerkannter Bewegungskindergarten Schleswig-Holstein“ erneut verliehen. Die gesamte pädagogische Arbeit wird unterstützt und transportiert durch Bewegung. Die Qualität der Bewegungsangebote wird dabei durch den hohen Ausbildungsstand der AnbieterInnen dokumentiert.

Bereits 2008 vergab die Sportjugend Schleswig-Holstein gemeinsam mit der Unfallkasse Nord, der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung, der IBAF-Fachschule für Motopädagogik und der Turnerjugend Schleswig-Holstein dieses Qualitätssiegel. Für diese fünf Kitas lief 2011 der erste Vergabezeitraum ab. Diese hohe Auszeichnung für besondere pädagogische Arbeit in den Kindertagesstätten ist keine Selbstverständlichkeit, sondern ist mit großen Herausforderungen an das Team der Kita, die kooperierenden Vereine und an die Strukturen vor Ort verbunden.

Wir gratulieren der Kindertagesstätte **Sprungbrett** in Lürschau mit der kooperierenden **SSG Lürschau**, der Kindertagesstätte

Schmuddelkinder in Bewegung in Kiel mit dem kooperierenden **Kieler MTV**, dem **AWO Bewegungskindergarten Reinfeld** mit dem kooperierenden **SV Preußen Reinfeld**, der Kindertagesstätte **Ruthenberger Rasselbande** im Haus Shalom in Neumünster mit dem kooperierenden **Ruthenberger SV**, und dem **DRK Bewegungskindergarten in Holm** mit dem kooperierenden **TSV Holm**. Am Ende des Tages fand man sich zum gemeinsamen Abschluss und der Verleihung in der großen Halle wieder. Jedes Kind, das an der Veranstaltung teilnahm, bekam eine Leuchtfantäne und im Dunkeln tanzten alle noch einmal und sangen zum Abschied ein Weihnachtslied. Vielen Dank an alle ehrenamtlichen Helfer und Helferinnen!

Ausblick: 2012 wird der Aktivtag im Rahmen des DOSB-Festival des Sports am Fr., 31. August in Kiel stattfinden. Wir hoffen, dass dann auch wieder alle Kinder und Erwachsenen so viel Freude an den verschiedenen Bewegungsangeboten finden wie 2011.





Engagement junger Menschen im Verein/Verband stärken: Förderung mit bis zu 500 Euro

Im Rahmen unseres Projektes JES - Jugend, Ehrenamt, Sport – können wir auch im Jahr 2012 gezielt das Engagement von Jugendwarten, Jugendteams, Jugendabteilungen in Vereinen und Verbänden fördern.

Mit bis zu 500 EUR können Projekte in den Vereinen gefördert werden. Die Ideen und Inhalte für Projekte können sehr vielfältig sein – im Mittelpunkt muss das Ziel stehen, das Engagement junger Menschen im Verein/Verband zu stärken. Gefördert werden also Projekte, in denen es vor allem darum geht, junge Menschen für freiwilliges Engagement im Sportverein oder -Verband zu motivieren, zu qualifizieren oder überhaupt erst zu gewinnen. So kann auch der Aufbau von eigenverantwortlichen Jugendstrukturen, z.B. durch die Einführung der Jugendordnung oder der Aufbau von Jugendteams, gefördert werden.

Die JES-Mikroprojekte werden im Rahmen des Programms „Engagement und Freiwilligenarbeit mit jungen Menschen im Sport“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert. **Informationen und die Antrags- und Abrechnungsformulare findet Ihr auf www.sportjugend-sh.de/foerderung.**



e-on | Hanse

Verleihung: „Kein Kind ohne Sport!“ - Starter-Paket

Sehr bald ist es wieder soweit: Weitere Sportvereine aus unserem Land können sich über ein von der E.ON Hanse AG und der Sportjugend Schleswig-Holstein verliehenes „Kein Kind ohne Sport!“ Starter-Paket, im Wert von 400 Euro, freuen.

Zunächst wird der Bosauer SV für sein außerordentliches Engagement zu Gunsten sozial benachteiligter Kinder ausgezeichnet. Der Verein startete sein Engagement in diesem Bereich mit der Einrichtung eines Sozialfonds und, damit verbunden, der Übernahme von Jahresbeitrags-Patenschaften. Nun ist es das Anliegen des Vereins, weitere Kinder unterstützen und diese eventuell auch bei der Anschaffung von Sportbekleidung finanziell unterstützen zu können. Hierbei soll das „Kein Kind ohne Sport!“ Starter-Paket zugleich Unterstützung und Ansporn für die beteiligten Vereinsverantwortlichen sein. Haben auch Sie in Ihrem Verein eine modellhafte Initiative gestartet oder in Planung? Möchten auch Sie sich zu Gunsten sozial benachteiligter Kinder in Ihrem Sportverein einsetzen? Dann motivieren Sie Ihren Vereinsvorstand, sich um eines der „Kein Kind ohne Sport!“ Starter-Pakete bei der Sportjugend Schleswig-Holstein zu bewerben! **Sportvereine mit weiteren Projektideen können diese gerne per Mail oder Telefon bei der Sportjugend Schleswig-Holstein melden: info@sportjugend-sh.de; Tel 0431-6486-151.**

Da waren es nur noch neun...

Aber auch mit neun lizenzierten ÜbungsleiterInnen wird hochproduktiv gearbeitet! So geschehen an einem Novemberwochenende in unserem Malenter Domizil.

Das Ziel war es, an diesem Wochenende möglichst viele Infos zum Erwerb der JULEICA zu bekommen, konstruktiv und kreativ in einer Gruppe zu arbeiten – und – am Ende auch noch eine „Prüfung“ im Rahmen einer Kleingruppenarbeit zu absolvieren. Diesen neun Personen, die auf den Bildern zu sehen sind, gelang dies! GLÜCKWUNSCH! Darüber hinaus lernten sie noch so manches über Recht und Aufsichtspflicht bei Dr. Godendorff und wur-



den von Dagmar Schlink während eines Circuits durch die Halle gejagt! Knackige 20 Stunden Inhalt und die JULEICA am Ende – Schade, dass es nur neun waren! Aber es gibt ja wieder diesen Kurs, und zwar vom **23.-25. November 2012!** Bis dann! Die Lehrgangslleitung

Attraktive Fortbildungsangebote 2012 für dich!

Die Sportjugend Schleswig-Holstein bietet im Frühjahr 2012 diverse Möglichkeiten der Fortbildung für ÜbungsleiterInnen, JugendleiterInnen oder Interessierte aus der Kinder- und Jugendarbeit im Sport.

Besonders können wir die 24-Stunden-Fortbildung am 2./3. März 2012 zum Thema „**Tu Gutes und rede drüber – oder poste es auf facebook**“ empfehlen. Mit dem Referenten Michael Schwarz wird die Welt der (Guten!) Öffentlichkeitsarbeit lebendig beleuchtet, inklusive Ausprobieren! Zudem findet erstmalig der „**Dance-Day**“ am 10. März 2012 im Sport- und Bildungszentrum Malente statt. Die Referentin Mona Stelzner wird den Tag unter dem Motto „Rhythmus, Musik, Tanz!“ gestalten und vielfältige Anregungen für Tanzaktionen geben. Weitere Aus- und Fortbildungsangebote findest du auf der Homepage der Sportjugend Schleswig-Holstein und entnimmst du dem Lehrgangsprogramm 2012. Wir freuen uns auf deine Anmeldung! **Kontakt: Angela Schöler; 0431 6486 184; angela.schoeler@sportjugend-sh.de**

Terminkalender

Veranstaltung	Ort	Datum
Arbeitstagung für Hauptamtliche im Jugendsport	Kiel	22. 2. 2012 9 bis 13 Uhr
Vollversammlung der sjsh	Norderstedt	17. 3. 2012
Aktiv-Tag „Kinder in Bewegung“	Kiel	31. 8. 2012
Aktiv-Treff	Damp	14.-16. 9. 2012

Lehrgänge mit freien Plätzen

„Tu Gutes und rede darüber – oder poste es auf Facebook“	Bad Malente	2. /3. 3. 2012
„Dance Day“ – Fortbildungstag mit dem Motto: „Rhythmus, Musik, Tanz!“	Bad Malente	10. 3. 2012 9 - 17 Uhr
Sport interkulturell – in Kooperation mit „Integration durch Sport“	Bad Malente	11.-13. 5. 2012
Beachsport	Scharbeutz	1. / 2. 6. 2012
Wasserwandern mit Kajak und Kanadier, Planen-Organisieren-Erleben	Schwentine	8.- 10. 6. 2012

Ausführliches Lehrgangsprogramm mit Anmeldeformular unter: www.sportjugend-sh.de

Tagung der hauptamtlichen MitarbeiterInnen im Jugendsport

Auch im Jahr 2012 veranstaltet die Sportjugend Schleswig-Holstein im Landessportverband wieder eine zentrale Arbeitstagung für hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Sportvereine und -verbände in Schleswig-Holstein unterstützen. Im Mittelpunkt der diesjährigen Tagung stehen sowohl aktuelle Themen des Jugendsports wie Ehrenkodex oder Engagementförderung, als auch der gemeinsame Erfahrungsaustausch, die Vernetzung und die gegenseitige Beratung. Daher laden wir alle hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die beruflich im Kinder- und Jugendsport oder dessen Organisation tätig sind, zu einer Arbeitstagung ein.

22. Februar 2012, 9-13 Uhr
Haus des Sports, Kiel

9 Uhr	Begrüßung
9.15 Uhr	Überblick über aktuelle Entwicklungen im Jugendsport
9.45 Uhr	Aktiver Kinderschutz im Sport: Ehrenkodex, neues Bundeskinderschutzgesetz und weitere Handlungsfelder
10.45 Uhr	Kaffeepause
11.00 Uhr	Förderung des ehrenamtlichen Engagements junger Menschen in den Vereinen und Verbänden – Situation, Projekte, Ideen, Wünsche
12.00 Uhr	Verschiedenes – Themen gemäß Rückmeldung
13.00 Uhr	Mittagessen

Haus des Sports, Hans-Hansen-Saal, Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel, Anmeldungen gerne bis 16. 2. 2012.

Schneller informiert:

Besucht uns bei facebook

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



und folgt uns bei twitter:

<http://twitter.com/SportjugendSH>



Newsletter bestellen!

Aktuelle Nachrichten bietet auch der Newsletter der Sportjugend. Regelmäßig liefert er zeitnahe und hilfreiche Informationen aus der Jugendarbeit im Sport auf Landes- und Bundesebene. Bestellung unter: www.sportjugend-sh.de/newsletter

Auftakt am 11. Mai in Mölln

Zehn Gastgeberorte für Sportabzeichen-Tour 2012 stehen fest

Von A wie Augsburg über B wie Bochum und M wie Magdeburg bis hin zum Ziel am Nordseestrand der Insel Langeoog: Die Sportabzeichen-Tour des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) macht von Mai bis August 2012 in zehn Orten im gesamten Bundesgebiet Station und legt dabei rund 3.300 Kilometer zurück. Das gab der DOSB in Frankfurt/Main bekannt. Der Startschuss für die Tour 2012 fällt am 11. Mai in Schleswig-Holstein. Der Tour-Tross begibt sich auf die Spuren des bekanntesten Narren der Welt und macht in der Eulenspiegelstadt Mölln Station. Weiter geht es im Osten der Republik: Am 24. Mai schickt der LSB Thüringen die Kleinstadt Leinefelde-Worbis ins Rennen. Am 1. Juni folgt die Rattenfänger-Stadt Hameln (Niedersachsen), wo das Sportabzeichen im Weserberglandstadion abgelegt werden kann.

Mit Magdeburg in Sachsen-Anhalt grüßt am 8. Juni ein bewährter Tour-Standort. Schon 2010 beteiligten sich hier über 4.000 Breitensportler. Danach geht es am 29. Juni ins Ruhrgebiet nach Bochum, in die mit 375.000 Einwohnern größte Teilnehmerstadt der Tour 2012. Das baden-württembergische Weil der Stadt, Geburtsort des Astronomen Johannes Kepler, ist am 6. Juli Gastgeber der Sportabzeichen-Tour. In Niefern-Öschelbronn (Baden) hat die Sportabzeichen-Tour am 12. Juli ihren siebten Halt, bevor sie am 18. Juli nach Rochlitz in Sachsen kommt. Im Süden der Republik geht die Tour auf die Zielgerade. Bayern ist erstmals seit 2009 wieder im Tourplan. Am 27. Juli lädt die Universitätsstadt Augsburg zum Fitnessstest ein. Für das große Finale verlässt der Tour-Tross zum Abschluss wieder einmal das Festland. Am 24. August geht es auf die Nordsee-Insel Langeoog, wo das Sportabzeichen wie schon 2010 am Sportstrand in Sprungweite zum Meer abgelegt werden kann.

Zum vierten Mal ist auf allen Tour-Stationen der ehemalige Weltklasse-Zehnkämpfer Frank Busemann als Botschafter für kinder+sport dabei. Auch für die Sparkassen-Finanzgruppe und die BARMER GEK, als weitere Partner der Sportabzeichen-Tour, werden prominente Überraschungsgäste auftreten. Die Sparkassen-Finanzgruppe vertritt der dreimalige Kanu-Olympiasieger Andreas Dittmer und die BARMER GEK wird durch die zweimalige Weitsprung-Olympiasiegerin Heike Drechsler repräsentiert. Für kühle Erfrischungsgetränke sorgt BIONADE. „Wir haben in diesem Jahr wieder eine spannende Veranstaltungsreihe zusammengestellt“, sagt Walter Schneeloch, DOSB-Vizepräsident Breiten-sport/Sportentwicklung. „Die Chancen stehen gut, dass wir den positiven Trend der Sportabzeichen-Tour fortsetzen können, sowohl was die Teilnehmeranzahl, als auch die mediale Aufmerksamkeit angeht.“ 2011 waren 18.000 Sportbegeisterte an den zehn Tour-Orten dabei, seit dem Start 2004 beteiligten sich 135.000 Menschen.

DOSB/LSV/ar

Die Tour-Stationen in der Übersicht:

- 11. Mai – Mölln (Schleswig-Holstein)
- 24. Mai – Leinefelde-Worbis (Thüringen)
- 1. Juni – Hameln (Niedersachsen)
- 8. Juni – Magdeburg (Sachsen-Anhalt)
- 29. Juni – Bochum (Nordrhein-Westfalen)
- 6. Juli – Weil der Stadt (Baden-Württemberg)
- 12. Juli – Niefern-Öschelbronn (Baden-Württemberg)
- 18. Juli – Rochlitz (Sachsen)
- 27. Juli – Augsburg (Bayern)
- 24. Aug. Langeoog (Niedersachsen)

Fanszene im Blickpunkt der Wissenschaft

Institut für Fankultur gegründet

Die gewalttätigen Auseinandersetzungen rivalisierender „Fans“ beim Hamburger Hallenfußballturnier in der Sporthalle Alsterdorf haben vor kurzem die Schlagzeilen der Sportmedien beherrscht. Aber was weiß die Öffentlichkeit tatsächlich über Pyrotechnik, Gewalt in den Stadien, Rivalität, Hooligans, Rechtsextremismus, Ultras und andere Themen aus den Fanszenen? Wie unterscheiden wir dieses Wissen von Vorurteilen, Meinungsmache und Politik? Diese Frage bedarf einer seriösen wissenschaftlichen Bearbeitung.

Dies hat sich das neu gegründete Institut für Fankultur (IfF) zur Aufgabe gemacht. An den Standorten Köln und Würzburg wird dieses Thema aus verschiedenen wissenschaftlichen Perspektiven beleuchtet und bearbeitet. Dabei werden die unterschiedlichen Facetten dieser Szene erforscht und analytisch aufgearbeitet. Die Expertisen ergründen sowohl tagesaktuelle Phänomene wie den derzeit kontrovers diskutierten Einsatz von Pyrotechnik, als auch generelle Entwicklungen wie die Veränderung der Fanszene oder den gesellschaftspolitischen Einfluss des Fußballs - national und international. Das IfF ist ein Zusammenschluss von

Sportwissenschaftlern, Soziologen, Politologen, Kriminologen sowie Sozialpsychologen. Es arbeitet eng mit dem Institut für Sportwissenschaften der Universität Würzburg und dem International Centre for Sport Security (ICSS) in Doha zusammen. Auch die Fans werden aktiv in die Forschungsprojekte mit einbezogen. Das unabhängige Institut steht zudem im permanenten Dialog mit Vereinen, Verbänden, sozialpädagogischen Fanprojekten und Polizeivertretern. **Weitere Informationen unter www.fankultur-institut.de. Kontakt: info@fankultur-institut.de**

LSV/ar (Quelle: IfF-Pressemitteilung)

Ansprechpartner:

Prof. Dr. Harald Lange

Dr. Martin Thein

harald.lange@fankultur-institut.de

martin.thein@fankultur-institut.de

Telefon: 0931-31-80283

Mobil: 0176-32547605

Sekretariat: 0931-31-80197

Gelungene Kooperation zwischen Schule und Verein

Tischtennis an der Europaschule Schwarzenbek – ein Erfolgsprojekt

Das sportorientierte Engagement des Gymnasiums Schwarzenbek ist vorbildlich: Schule, Verein, Schulträger und Fachverband ziehen an einem Strang. Sie haben das ehrgeizige Ziel, die Europaschule Schwarzenbek zur „Partnerschule des Leistungssports“ zu machen. Zunächst hatte die Sportfachkonferenz der Schule einstimmig beschlossen, dass die Kaderathletinnen und -athleten parallel zum regulären Sportunterricht zusätzliche Trainingseinheiten absolvieren können. Es folgte ein einstimmiger Beschluss der Schulkonferenz, den Weg „Partnerschule des Leistungssports“ gehen zu wollen. Der Schulträger unterstützt diesen Weg nachdrücklich, denn Sport, nicht nur Tischtennis, hat an dieser Schule einen hohen Stellenwert.

Jeder Erfolg hat einen „Motor“, in diesem Fall heißt dieser „Motor“ Frank Schwerdtfeger, ist Studiendirektor und stellvertretender Schulleiter an der Europaschule. Er ist maßgeblich dafür verantwortlich, dass ein sehr konstruktives Miteinander zwischen Schule, Sportverein, Trainer und Tischtennisverband herrscht. Die Partner stimmen sich regelmäßig ab, koordinieren schulische Anforderungen und sportliche Zielsetzungen der Kaderathletinnen und -athleten.

Ein Rückblick: Die Erfolgsgeschichte begann eher zufällig. Auslöser war die Beteiligung des Gymnasiums am Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“ (JtFO). In den 1990er-Jahren wurden ab und an Mannschaften gemeldet. Dies beruhte seinerzeit jedoch ausschließlich auf der Initiative einzelner Schüler, die im Vereinssport aktiv waren. Überregionale Erfolge waren nicht zu verzeichnen, Tischtennis fand in diesen und den folgenden Jahren nicht statt, da in der Schule keine Tischtennisplatten vorhanden waren. Auch noch im Jahre 2009 ergab sich die Meldung zu „JtFO“ eher durch das Engagement von Schülern mit Unterstützung von Mirsad Fazlic, dem Trainer der Tischtennispartie des TSV Schwarzenbek. Erfreulicherweise begann eine Lehrkraft, sich für den Tischtennisport zu interessieren, was in der Folge dazu führte, dass eine Mannschaft aus sechs Vereinsspielern zusammengestellt wurde, die auf Anhieb problemlos Landesmeister wurde und ihre Erfolge mit dem Gewinn der Vizemeisterschaft beim Bundesfinale in Berlin krönte.

Dieser Erfolg wirkte wie eine Initialzündung. Die Sport-Lehrkräfte wurden aufmerksam, erste Tischtennistische wurden angeschafft, erste Unterrichtseinheiten mit kleinen Gruppen fanden statt und es wurden Überlegungen angestellt, wie im Jahre 2010 Schulmannschaften aussehen könnten. Zwei Lehrkräfte begleiteten die Mannschaften fortan zu den Wettbewerben, der Förderverein der Schule stattete die Mannschaften mit einheitlichen Trikots aus. Die Erfolge der Spielerinnen und Spieler im Verein und die Wiederholung des Erfolges in Berlin führten im Frühjahr 2010 zu direkten Gesprächen zwischen Schule und Verein. Bei diesen Gesprächen ging es in erster Linie zunächst darum, das Vereins- und Verbandsprojekt „Talentnest“ - dem TSV Schwarzenbek war diese Auszeichnung als Anerkennung der stetigen sehr guten Jugendarbeit und der damit verbundenen Erfolge für den Olympiazzyklus 2009-2012 vom Deutschen



Mirsad Fazlic und Frank Schwerdtfeger begutachten die Stickerarbeiten.

Tischtennis Bund zuerkannt worden - in die schulischen Abläufe einzupassen.

Ein Sprung in die Gegenwart: Die Schule verfügt inzwischen über acht Wettkampftische, regelmäßig mittwochs stehen drei Vereinstrainer zur Verfügung, die „JtFO“-Mannschaften werden entsprechend vorbereitet, die Mädchen wurden 2011 ungeschlagen Deutsche Meister, die Jungen Vizemeister. Das Gymnasium Schwarzenbek war mit diesen Erfolgen im vergangenen Jahr Deutschlands erfolgreichste Schule im Bereich Tischtennis. Ab dem Schuljahr 2011/2012 wird Tischtennis als Wahlpflichtfach der Klassenstufe 7 angeboten. Es gibt feste Trainingszeiten vor und in der ersten Stunde. Die Schülerinnen und Schüler haben in dieser Stunde entweder noch keinen Unterricht oder Sportunterricht und werden dann für das Training freigestellt. Erstmals fand im Herbst 2011 eine Tischtennis-Schulmeisterschaft statt, an der mehr als 70 Schülerinnen und Schüler teilnahmen. Der Tischtennis-Verband Schleswig-Holstein kleidet derzeit drei Mannschaften ein und Mirsad Fazlic koordiniert die Trainingseinheiten.

Frank Schwerdtfeger, der treibende „Motor“ im Hintergrund, spricht nicht viel über seine Rolle in dieser Erfolgsgeschichte. Als ehemaliger Schulleiter weiß ich aber sehr genau, dass dieser Weg nur möglich war und ist, weil Frank Schwerdtfeger unaufdringlich aber effizient Gespräche mit Kolleginnen und Kollegen führt und Unterrichtspläne so gestaltet wie es geboten ist, damit die Kaderathletinnen und -athleten parallel Sport haben und entsprechend trainieren können, um nur einige Beispiele zu nennen. Im März führt der schleswig-holsteinische Tischtennisverband eine landesweite Auftaktveranstaltung „Tischtennis-Spiel mit!“ in Malente durch, bei der die Kooperation „Schule und Verein“ einen breiten Raum einnehmen wird. Frank Schwerdtfeger wird als Referent sicherlich vielen Vereinen Mut machen können, eine Kooperation mit Schulen einzugehen, indem er über seinen eigenen Weg berichtet und wertvolle Tipps im Umgang mit Schulen geben kann.

Hans-Jürgen Gärtner

Bewerbungsschluss ist der 31. März 2012

Jetzt bewerben für Grünes Band 2012



„Das Grüne Band für vorbildliche Talentförderung“ wird auch im 26. Jahr als bedeutendster Preis in der leistungssportlichen Nachwuchsförderung in den Vereinen wieder ausgeschrieben. Bis 31. März 2012 können Vereine oder Vereinsabteilungen ihre Bewerbung um den mit 5.000 Euro dotierten Nachwuchspreis von Deutschem Olympischen Sportbund (DOSB) und Commerzbank AG bei ihrem Spitzenverband einreichen.

Die Commerzbank und der DOSB betonen nach den Erfahrungen aus dem Jubiläumsjahr 2011 und der Deutschlandtour zur Auszeichnung der Vereine die sportliche und soziale Bedeutung der bewährten Partnerschaft. „Das „Grüne Band“ soll einerseits Kinder und Jugendliche motivieren, ihren Weg im Sinne sportlicher Werte, wie Fairness und Respekt, zu gehen. Andererseits sollen die Vereine, als Ort an dem diese Werte vermittelt und gelebt werden, in ihrer täglichen Arbeit unterstützt werden“, sagt Uwe Hellmann, Leiter Brand Management, der das Projekt fest in den Sponsoringaktivitäten der Commerzbank AG verankert hat. „Was im deutschen Sport an der ehrenamtlichen Basis geleistet wird, verdient höchste Anerkennung“, betont DOSB-Generaldirektor Michael Vesper. „Die Auszeichnung unterstützt dieses Engagement vor Ort – von der Förderung junger Talente für den Leistungssport und ihrer Unterstützung durch qualifizierte Trainer über den Kampf gegen Doping bis hin zur Integration von sozial benachteiligten Kindern. Hier, in den Vereinen, entsteht das Fundament für olympische Erfolge.“ Zur Jury zählen neben Hellmann und Vesper auch Christa Thiel, DOSB-Vizepräsidentin Leistungssport, Lutz Arndt, stellvertretender Vorsitzender im Präsidialausschuss Leistungssport des DOSB, und die zweimalige Olympiasiegerin im Rudern Meike Evers, die bis vor kurzem im Athleten-Komitee der Welt-Anti-Doping-Agentur (WADA) saß. Die Expertinnen und Experten stützen ihre Entscheidungen auf standardisierte Prämierungskriterien, die auf dem Nachwuchsleistungssport-Konzept des DOSB basieren. Für ihr Engagement für junge Sportler können in diesem Jahr wieder 50 Vereine das

„Grüne Band“ erhalten. Die Bewerbungsunterlagen stehen zusammen mit den für die Ausschreibung 2012 relevanten Informationen auf www.dasgrueband.com/ zum Download bereit. Mitte dieses Jahres entscheidet die Jury über die Preisträger. DOSB

Veranstigungsankündigungen des KSV Storman

Der KSV Storman lädt zu folgenden Fort- und Weiterbildungs-Veranstaltungen ein:

13. Februar 2012: Themenabend Teambuilding/Teamentwicklung „Fachlich läuft alles gut – und sonst?“ für Trainerinnen und Trainer, Abteilungsleiter, Geschäftsstellenmitarbeiter, Ehrenamtliche und alle Interessierten.

Ort und Zeit: Siek, 13. 2. 2012, 18 - 22 Uhr

Kosten: 20 Euro, Nichtmitglieder 30 Euro

3. März 2012: 5. Stormaner Sportforum

Ort und Zeit: Ahrensburg, 3. 3. 2012, 08.30 - 17.00 Uhr

Kosten: 40 Euro für Vereinsmitglieder, 60 Euro ohne Mitgliedschaft (inkl. Seminarunterlagen und Mittagessen)

Anmeldeschluss: 20. Februar 2012

17. März 2012: Seminar „Sicher und souverän auftreten – Teil 1“

für Vorstandsmitglieder, Abteilungsleiter/-innen, Geschäftsstellenmitarbeiter/-innen und alle Interessierten

Ort und Zeit: Bad Oldesloe, 17. 3. 2012, 11 - 17 Uhr

Kosten: 40 Euro, Nichtmitglieder 60 Euro

Maximal 15 Teilnehmer!

LSV/ar

Kreissportverband Storman e.V.,

Tel. 04531 - 160 161, info@ksv-storman.de, www.ksv-storman.de

Einladung für Trainerinnen und Trainer zum Diabetesseminar und Vortrag in Kiel Zuckerschok beim Training? - Kinder mit Diabetes mellitus beim Sport

Am Freitag, dem 2. März, hält der Kinderarzt und Diabetologe Dr. Niko Lorenzen (Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Städtischen Krankenhaus Kiel) im Kieler „Haus des Sports“ einen interessanten Vortrag mit dem Titel „Zuckerschok beim Training? - Kinder mit Diabetes mellitus beim Sport“. Folgende Fragenstellungen stehen dabei im Vordergrund:

- Diabetes 1 und 2 - wie unterscheiden sie sich?
- Worin liegen die Risiken für betroffene Kinder beim Sport?
- Sind Unterzuckerungen bei Diabetiker/-innen erkennbar?
- Wie verhalte ich mich als Trainer/-in bei einer erkennbaren Unterzuckerung richtig?
- Welche Hilfe sollte ich als Trainer/-in leisten?
- Kann ich als Trainer/-in Kinder mit Diabetes auf Sport-Freizeiten mitnehmen?

Im Seminar gibt es wichtige Tipps und Hinweise, die über den aktuellen Entwicklungsstand im Bereich Diabetes informieren und Trainerinnen und Trainern den Umgang mit Kindern mit Diabetes erleichtern. Darüber hinaus wird eine praktische Unterweisung für Interessierte in das Blutzuckermessen angeboten! **Verbindliche Anmeldungen sind beim KMTV unter der Telefonnummer 0431/554536 oder per E-Mail Sport@KMTV.de noch bis zum 27. Februar möglich.** Diese Veranstaltung wird organisiert und unterstützt von Bayer Health Care, dem KMTV, dem Städtischen Krankenhaus Kiel, dem Förderverein für Kinder und Jugendliche mit Diabetes Kiel e.V., dem LSV Schleswig-Holstein und dem Lions Club „Kieler Sprotten.“ LSV/ar

**FREITAG, 2. MÄRZ, 19.45 - 21.45 UHR,
KIEL, HAUS DES SPORTS, EINTRITT FREI**

Der DOSB informiert zur Digitalen Dividende

Die Bundesregierung hatte im Jahr 2009 Funkfrequenzen, die im Zuge der zunehmenden Digitalisierung nicht mehr benötigt werden, für rund 3,6 Milliarden Euro an Mobilfunkunternehmen versteigert. Diese freiwerdenden Frequenzbänder werden als sogenannte „Digitale Dividende“ bezeichnet.

Die versteigerten Frequenzen im Bereich 790-862 MHz werden für den Betrieb von Funkgeräten, insbesondere drahtlosen Funkmikrofonen, genutzt. Hierbei handelt es sich um handelsübliche Geräte, die auch in Sportvereinen eingesetzt werden. Da eine künftige Nutzung von Altgeräten beim neuen Breitbandstandard „LTE“ zu Störungen führen kann, hatte der Bundesrat der Vergabe der Funkfrequenzen an Mobilfunkunternehmer unter dem Vorbehalt zugestimmt, dass „der Erlös aus der Versteigerung der Frequenzen von 790-862 MHz zur Deckung der Kosten eingesetzt werde, die Rundfunksendeunternehmen, Sekundärnutzern und Kultur- und Bildungseinrichtungen ...aus der notwendigen technischen Umstellung entstehen“. Die Bundesregierung hatte daraufhin zu Protokoll gegeben, dass sie nachweislich bis Ende des Jahres 2015 entstehende Kosten „in angemessener Form“ tragen werde. Entgegen der Kostenschätzung des Bundesrats in Höhe von 750 Millionen Euro erklärte sich der Bund lediglich bereit, einen Entschädigungsfond mit 124 Millionen Euro auszustatten. Für 2011 sind davon 70 Millionen Euro bereitgestellt, in 2012 die restlichen 54 Millionen Euro. Das Bundesministerium für Wirtschaft und



Technologie (BMWi) hat eine entsprechende Richtlinie in Kraft gesetzt, die zum Zwecke der Kostenerstattung eine Gewährung von sogenannten „Billigkeitsleistungen“ nach dem „first-come-first-serve“-Prinzip vorsieht, einen Rechtsanspruch der Antragsteller jedoch ausschließt. Eine Antragstellung muss daher so zügig wie möglich erfolgen! Das Antragsverfahren läuft bereits. Die Entschädigung bezieht sich ausschließlich auf Funkmikrofone, die im Zeitraum vom 1.1.2006 bis zum 31.12.2009 angeschafft worden sind. Das Antragsverfahren wird über das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle abgewickelt. Nähere Informationen dazu bietet ein Vermerk über die Infoveranstaltung des BMWi in Bonn, der auf der LSV-Homepage www.lsv-sh.de hinter dem Button „Service“ im Bereich „Downloads“ unter dem Stichwort „Digitale Dividende“ zu finden ist. Das Antragsverfahren erfolgt ausschließlich online über www.bafa.de. Die Möglichkeit zu einer zentralen Abwicklung über die Verbände ist nicht möglich.

Bei Durchsicht der Billigkeitsrichtlinie und des folgenden Vermerks wird ersichtlich, dass das gesamte Verfahren überaus kompliziert, sehr zeitaufwändig und in keiner Weise bürgerfreundlich gestaltet ist. Die Vereine und Verbände werden darauf aufmerksam gemacht, dass jeweils individuell geprüft werden muss, ob der notwendige Aufwand zur Antragstellung in einem vernünftigen Verhältnis zu einer erwartenden Billigkeitsleistung steht. DOSB



Gemeinsam. Noch besser!
Wechseln Sie jetzt zur
BARMER GEK – wir geben
Ihnen immer sicheren Halt!

BARMER GEK Schleswig-Holstein
Hopfenstr. 1c
24114 Kiel
Telefon 0800 33 20 60 850
schleswig-holstein@barmer-gek.de

BARMER
GEK die gesund
experten

Seit Januar 2012 im Handel: Toyotas Trumpf in der Mittelklasse



Dynamisch, sparsam und multimedial, so präsentiert sich der Toyota Avensis im Modelljahr 2012. Basierend auf den Stärken des Vorgängers, wertet der japanische Automobilhersteller das Mittelklassemodell zum Jahreswechsel deutlich auf. Ein weiteres gutes Beispiel für „Kaizen“, das tief in der Unternehmensphilosophie verwurzelte Prinzip, mit dem es immer wieder gelingt, Bewährtes noch zu verbessern.

„Durch die Überarbeitung ist der Avensis deutlich aufgewertet, bemerkenswert ist vor allem die Vielfalt der Möglichkeiten, die das neue Touch & Go Plus bietet“, erklärt Stefan Schmitz vom Auto Centrum Lass in Kiel. „Verbesserungen im Detail und Ausbau der bekannten Stärken, aus meiner Sicht ein echter Mehrwert für unsere Kunden.“ Für multimediale Vernetzung sorgt im aktuellen Avensis das Multimediasystem Toyota Touch & Go Plus. In seiner jüngsten Evolutionsstufe verfügt der kostengünstige Helfer über einer Vielzahl nützlicher Funktionen. Dank Internetanbindung über das Mobiltelefon kann online nach Zielen gesucht werden, die automatisch in das Navigationssystem übernommen werden. Selbst eingehende SMS werden dem Fahrer vorgelesen. Die Bedienung erfolgt intuitiv über einen 6,1-Zoll-Farbmonitor.

Schon von vorn unterscheidet sich der Avensis in seiner aktuellen Generation deutlich vom Vorgänger. Das als Limousine und Kombi verfügbare Mittelklassemodell trägt ab sofort das neue Markengesicht. Optisch frischer und dynamischer ist der neue Auftritt. Verbesserungen im Detail finden sich im Innenraum. Die Verwendung hochwertiger Materialien, die neuen Vordersitze

und die abermals verbesserte Geräuschdämmung machen auch lange Strecken zum Vergnügen. Auf dem bekannt hohen Toyota Niveau ist die Verarbeitung des Fahrzeugs über jeden Zweifel erhaben. Umfangreichste Überarbeitung erfuhr das beliebte 2,0-Liter Diesellaggregat. Bei einer Leistung von 124 PS begnügt sich die Limousine ab 2012 mit 4,5 Litern, der Diesel mit 4,6 Litern Treibstoff. Was einer CO₂-Emission von bestenfalls 119 bzw. 120 Gramm pro Kilometer entspricht. Doch den Fortschritt merkt der Fahrer nicht nur an der Tankstelle. Hohe Laufruhe und die gute Dämmung lassen kaum Geräusche in den Innenraum. Dabei bleibt der Fahrspaß nicht auf der Strecke. Dank der günstig verlaufenden Drehmomentkurve beschleunigt der Avensis schnell und druckvoll aus niedrigen Drehzahlen heraus. Zwei Karosserievarianten, drei Diesel- und zwei Benzinmotoren, dazu drei Getriebeoptionen sowie drei Ausstattungsvarianten stehen seit Januar im Auto Centrum Lass zur Auswahl.



einfach besser

TNG 

Jetzt 100 € Prämie sichern!



Ein für
Kiel

✓ kostenloser Vor-Ort-Installationservice

Bis zum
31. März
100 €
Prämie



Winter-Paket



Internet

Flatrate mit bis zu 24 MBit/s



Festnetz

Deutschland-Flatrate



Mobilfunk

SIM-Karte fürs Handy

~~€ 29,80~~ /Monat*

Jetzt 3 Monate:

€ 14,80 /Monat*

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

* Aktion befristet bis zum 31.03.2012. Das Winter-Paket kostet in den ersten 3 Monaten monatlich 14,80 €, danach monatlich 29,80 €. Vermittler und Neukunden des Winter-Pakets erhalten jeweils ein Guthaben von 50,00 €. Das Winter-Paket hat eine Mindestlaufzeit von 12 Monaten und ist 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 Winter-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.

Inforeihe: Gut zu wissen – Fragen und Antworten zur Sportversicherung

Teil 4: Zusatzversicherungen



Die Vereine und Verbände im Landessportverband haben die Möglichkeit, über den Umfang des Sportversicherungsvertrages hinaus wertvollen Zusatzversicherungsschutz abzuschließen. Nach der Nichtmitgliederversicherung in der Januar-Ausgabe des SPORTforum stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe eine weitere wichtige Zusatzversicherung vor:

Teil 2: Die Kfz-Zusatzversicherung mit Rechtsschutz

Die neue Saison naht und an jedem Wochenende sind zahlreiche Mitglieder, Freunde und Gönner von Vereinen mit ihren Fahrzeugen unterwegs, um Kinder oder andere Vereinsmitglieder zum nächsten Auswärtsspiel oder zu Trainingseinheiten zu fahren. Über den Versicherungsschutz dieser für die Vereine unersetzlichen Helferinnen und Helfer macht sich aber kaum jemand Gedanken:

Doch wer übernimmt beispielsweise nach einem selbstverschuldeten Unfall die Kosten für den entstandenen Fahrzeugschaden? Bei den vielen Fahrten im Jahr durchaus ein Risiko, das nicht unterschätzt werden sollte. Um den Helfern und Mitgliedern des Vereins einen umfassenden Versicherungsschutz zu bieten, empfiehlt die ARAG Sportversicherung jedem Verein, der Mitglied im Landessportverband (LSV) ist, den Abschluss einer **Kfz-Zusatzversicherung mit Rechtsschutz**: Alle Fahrten zur

Beförderung (auch Selbstbeförderung) von z.B. aktiven Sportlern, Funktionären oder Übungsleitern zu Sportveranstaltungen, Trainings- und Übungsstunden, Jugendfreizeiten, Vorstands- oder Ausschusssitzungen des Vereins sind hierüber gedeckt. Versichert ist dabei immer der jeweils eingesetzte PKW. Wenn man bedenkt, wie häufig diese Fahrten anfallen, wird erst deutlich, wie sinnvoll und unverzichtbar die Kfz-Zusatzversicherung mit Rechtsschutz ist. Der Beitrag in dieser Versicherung staffelt sich nach der Vereinsgröße, dem gewählten Umfang sowie nach der Höhe der gewünschten Selbstbeteiligung. Zusätzlich hat die ARAG-Sportversicherung einen auf die Bedürfnisse der kleineren Vereine (bis 150 Mitglieder) speziell zugeschnittenen Versicherungsschutz entwickelt, der eine Grundabsicherung darstellt und im Jahr lediglich 185 Euro kostet.

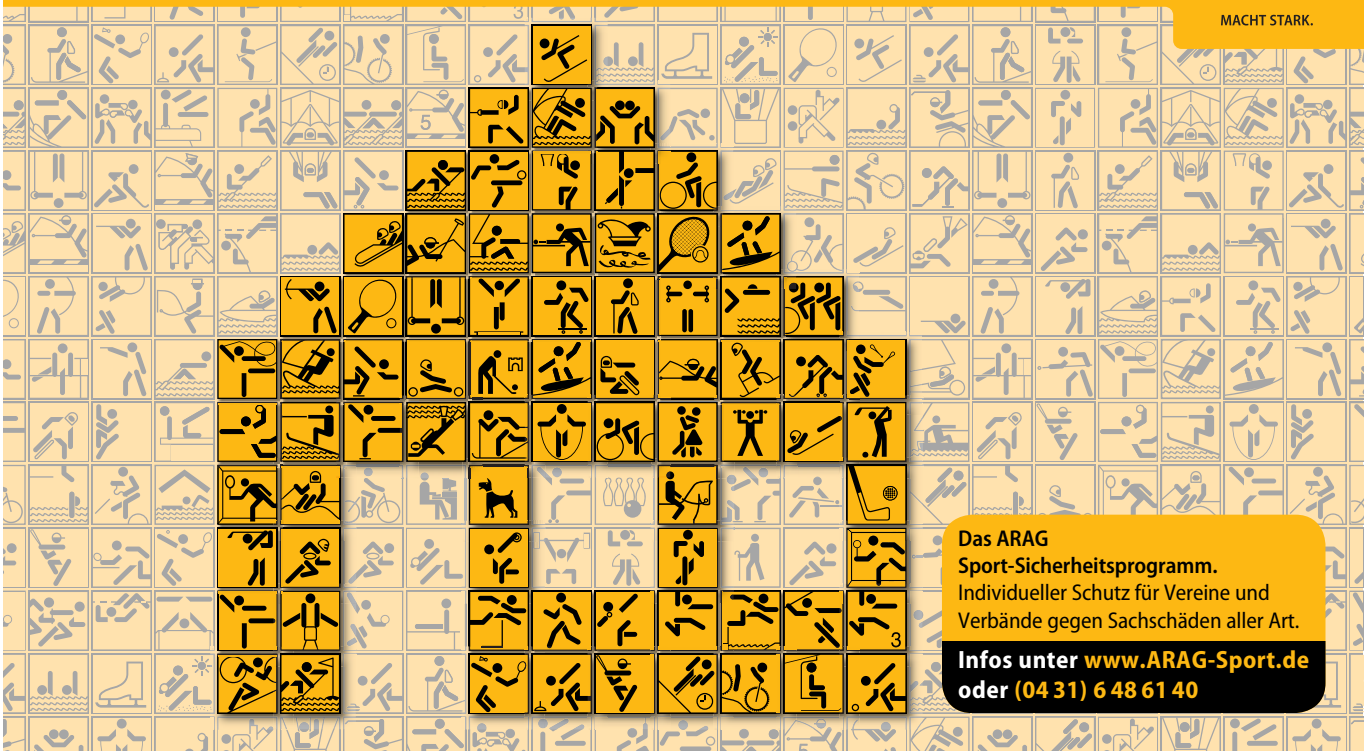
Der vollständige Deckungsumfang mit dem gesamten versicherten Fahrtbereich der Kfz-Zusatzversicherungen mit Rechtsschutz ist in Broschüren zusammengefasst, die Sie kostenlos im Versicherungsbüro beim LSV oder auch im Internet unter **www.ARAG-Sport.de** unter der Rubrik Zusatzversicherungen erhalten können.

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

Was uns auszeichnet? Echte Heimstärke.



MACHT STARK.



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

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

Lubinus Clinicum informiert

Das Knie im Sport – Teil 2: Bandschäden

Dieser Beitrag ist der zweite Teil einer Serie über sportbedingte und sportrelevante Gelenkschäden. Jeder Sportler, egal ob Spitzen- oder Breitensport, wird im Laufe seiner Aktivitäten Gelenkprobleme entwickeln. Es ist oft schwer, die Tragweite und Bedeutung dieser Beschwerden zu beurteilen oder auch die ärztlichen Ratschläge und Maßnahmen einzuordnen. Dieser und die folgenden Artikel sollen den aktiven Sportler über die Bandbreite der möglichen Ursachen informieren sowie ihm helfen, mögliche Erkrankungen besser zu verstehen. Die Gliederung orientiert sich an typischen Fragen, wie sie im Rahmen unserer Gelenksprechstunde oft gestellt werden.

Welche wichtigen Bänder gibt es im Kniegelenk?

Vereinfachend zusammengefasst gibt es im Kniegelenk 4 wichtige Bänder. Das vordere und das hintere Kreuzband, das Innen- und das Außenband. Die Bänder dienen der Stabilisierung des Unter- und Oberschenkelanteils des Gelenkes. Dabei haben die Seitenbänder überwiegend die Funktion, das Knie gegen seitliches Wegknicken zu schützen. Die Kreuzbänder verhindern die Verschiebung des Gelenkes nach vorne oder hinten. Zusätzlich schützen die Kreuzbänder das Knie gegen zu starkes Verdrehen. Die Anordnung dieser Bänder ermöglicht dabei trotz Stabilität die notwendige Gelenkbeweglichkeit.

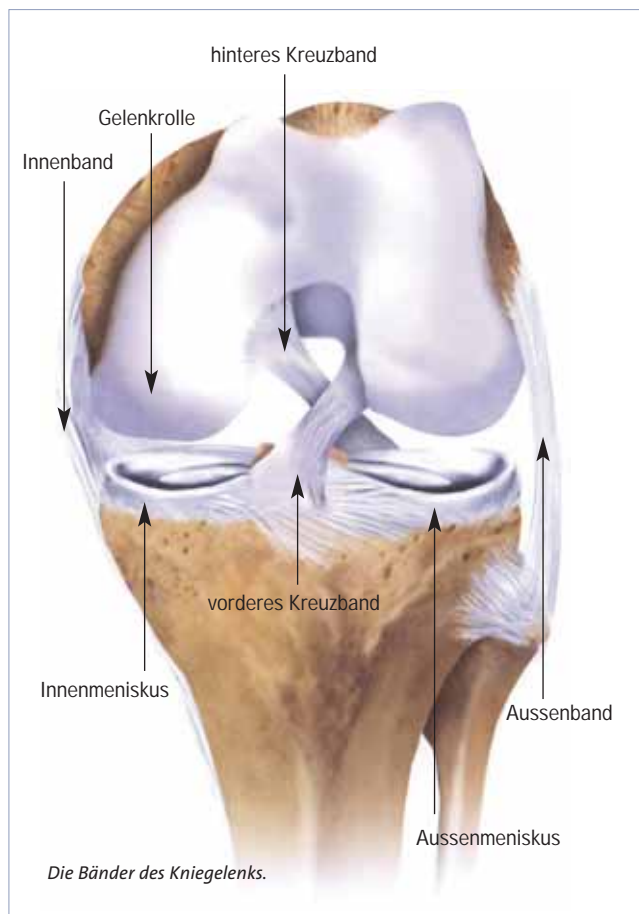
Woraus bestehen die Kniegelenksbänder?

Grundsätzlich bestehen Bänder aus Bindegewebe. Ein Band setzt sich dabei aus vielen kleinen längs- oder auch schräg ausgerichteten Fasern zusammen. Ähnlich wie bei einer Stahltrasse, die sich aus vielen kleinen Drähten zusammensetzt, entsteht hierdurch eine hoch belastbare, zum Teil auch dehnbare Struktur auf engem Raum.

Wodurch kommt es zu Schäden der Kniegelenksbänder?

Kräfte, die auf den Bandapparat einwirken, können bis zu einem bestimmten Ausmaß durch diese Strukturen kompensiert werden. Letztlich kann es dabei zu Dehnungen der Bandstruktur kommen. Dies wird dann üblicherweise als Bänderdehnung oder Bänderzerrung bezeichnet. Werden die einwirkenden Kräfte zu groß, kann es zu Bänderrissen oder -abrissen kommen. Hierbei kann das Band, wie die oben genannte Stahltrasse, in sich reißen oder es kann vom Knochen abreißen.

Je jünger der Sportler ist, desto wahrscheinlicher ist ein knöcherner Abriss. Entsprechend der Funktion der 4 Kniegelenksbänder reißen die Seitenbänder dabei vor allem bei Seitverbiegung des Beines, die Kreuzbänder bei zu starker Verdrehung. Die häufigste Verletzung ist hierbei der Riss des vorderen Kreuzbandes, ggf. mit einem Schaden des Innenbandes. Ursache hierfür ist meistens ein starkes Auswärtsdrehen des Unterschenkels über den Fuß. Der „Klassiker“ hierbei ist der Sturz des Fußballspielers bei im Boden verzahntem Stollenschuh. Ein weiteres häufiges Ereignis ist das



Auswärtsdrehen des Skis beim Wintersport mit zu spät öffnender Sicherheitsbindung.

Wesentlich seltener sind Risse des hinteren Kreuzbandes. Anders als beim vorderen Kreuzband ist hier nicht die häufigste Ursache das Verdrehen, sondern eine direkte Kraft auf das Schienbein von vorne einwirkend. Im Sport sind das z.B. Stürze mit Anprall des Unterschenkels auf eine Kante. Häufiger sind Verletzungen des hinteren Kreuzbandes bei Unfällen im Straßenverkehr wie z. B. Motorradunfällen oder Anprall des Kniegelenkes gegen das Armaturenbrett beim Frontalaufprall eines Autos.

Wie bemerke ich einen Bänderriss?

Viele Sportler schildern im Moment der Verletzung ein krachendes Geräusch oder das „innere Gefühl, dass etwas reißt“. Nach einem Kreuzbandriss schwillt das Kniegelenk typischerweise innerhalb von Minuten bis Stunden nach dem Sportunfall an. Sehr oft ist es sofort instabil; beim Versuch zu gehen, fühlt sich das Knie wackelig an, als ob es wegrutscht. Wenn nur das vordere Kreuzband betroffen ist, fallen die ersten Symptome oft schwach aus. Nach einer anfänglichen Schwellung kommt es oft zu einer raschen Wiederherstellung der Alltagsfunktion. Die Instabilität äußert sich oft erst bei der sportarttypischen Belastung.

Wie lässt sich ein Bänderriss diagnostizieren?

Für den erfahrenen Arzt ergibt sich schon allein aufgrund der Unfallschilderung ein ganz konkreter Verdacht, ob und welche Bänder betroffen sein könnten. Im ersten Schritt werden durch Röntgenbilder Knochenbrüche ausgeschlossen. Dann erfolgt eine sorgfältige Untersuchung des Gelenkes. Hierbei können die einzelnen Bänder durch gezielte Stabilitätsprüfungen, wie z.B. den sogenannten Schubladentest, überprüft werden. Wenn das Gelenk zum Akutzeitpunkt für eine genaue Untersuchung zu stark schmerzt, ist es oft sinnvoll, diese Untersuchung nach einigen Tagen zu wiederholen. Bei einer sehr schmerzhaften starken Schwellung sollte das Knie zur Entlastung mit einer Spritze punktiert werden: Reines Blut deutet dabei höchstwahrscheinlich auf eine Kreuzbandverletzung. Erhärtet sich der Verdacht auf einen Kreuzbandriss oder einen höhergradigen Seitenbandschaden, sollte eine MRT-Untersuchung durchgeführt werden. Damit lassen sich dann auch Begleitverletzungen wie die der Menisken oder der Gelenkknorpel erkennen.

Welche Bandschäden heilen allein, welche müssen operiert werden?

Sehr häufig ist eine Verletzung des Innenbandes. Sie reicht von der einfachen Bänderdehnung bis hin zum Innenbandabriss, meistens ausgelöst durch eine Verbiegung oder mäßige Verdrehung bei Ballsportarten. Aber auch Skilaufen ist gefährlich. Höhergradige Innenbandverletzungen betreffen oft zusätzlich das vordere Kreuzband. Man spricht dann von einer kombinierten Instabilität. Einfache Innenbandverletzungen heilen ohne Operation. Durch eine Schienung des Kniegelenkes wird das Band geschützt. Die Heilung dauert 6-8 Wochen. Das Bein darf im Rahmen der Heilung belastet, aber nur eingeschränkt bewegt werden.

Verletzungen des vorderen Kreuzbandes haben nur eine geringe Tendenz, stabil auszuheilen. Meistens kommt es nach Rissen des vorderen Kreuzbandes zu einer Instabilität des Gelenkes, vor allem bei Drehbelastungen. Gerade beim Ballsportler führt daher ein Kreuzbandriss meistens zu der Empfehlung einer Operation mit Ersatz des Bandes. Bleibende Instabilitäten führen gerade beim Sportler oft dauerhaft zu sogenannten Instabilitätsschäden mit frühzeitigem Verschleiß von Knorpel und Menisken. Verletzungen des hinteren Kreuzbandes zeigen eine deutlich bessere Tendenz zur Heilung. Sie vernarben einfach. Hier reicht es oft, das Knie für die Dauer der Heilung in der richtigen Position zu halten. Die hierfür effektivste Methode ist die innere Schienung mit einem Kunstband, die sogenannte Augmentation des hinteren Kreuzbands.

Welche Operationsmethoden gibt es?

Bei heranwachsenden Kindern und Jugendlichen kommt es im Unterschied zu Erwachsenen oft zu einem Herausreißen der Kreuzbandansätze im Knie mit einem Stück Knochen. Indem man dann das Knochenstück verschraubt oder mit inneren Kordelnähten fixiert, kann das Kreuzband wieder stabil einheilen. Beim Erwachsenen reißt das Kreuzband ähnlich wie eine Stahltrasse an vielen verschiedenen Stellen. Eine Reparatur mit

einer Naht führt hier nicht zu einer stabilen Ausheilung. Der Chirurg fertigt eine Kreuzbandplastik an, und zwar aus körpereigenem Sehnenmaterial vom Oberschenkel oder von der Kniescheibe.

Was muss man nach einer Kreuzbandoperation beachten?

Die Nachbehandlung nach einer solchen Operation richtet sich nach der verwendeten Methode und den Begleitschäden. An unserer Klinik dürfen Patienten nach isolierter vorderer Kreuzbandplastik ihr Knie frei bewegen und voll belasten. Aufgrund der hohen Stabilität der Kreuzbandplastik ist keine Gelenkschiene erforderlich. Bei Zusatzverletzungen wie Seitenband- oder Meniskusschäden mit entsprechender zusätzlicher operativer Behandlung kann der individuelle Nachbehandlungsplan aber stark abweichen.

Nach der ersten Einheilungsphase durchläuft das neue Kreuzband eine Umbauphase im Körper. In dieser Zeit wird es etwas weicher und ist damit anfällig für eine zu starke Dehnung. Dies bedeutet, dass auf alle rotationsgefährdenden Sportarten wie z.B. Fußball, Handball oder auch Wintersport für mindestens 6 Monate verzichtet werden sollte. Im Profisport wird teilweise nicht zuletzt auch unter ökonomischem Druck von dieser Empfehlung abgewichen. Letztlich können dadurch aber schlechtere Behandlungsergebnisse und damit Spätschäden entstehen.

Wie kann ich einen Bänderriss vermeiden?

Die das Kniegelenk umgebende Muskulatur übt eine schützende Funktion für die Kniegelenksbänder aus. Sowohl die Kraft als auch das Reaktionsvermögen dieser Muskulatur ist trainierbar. Ihre schützende Funktion können diese Muskeln nur ausüben, wenn sie zum Zeitpunkt der Krafteinwirkung aufgewärmt sind. Daraus ergeben sich die entsprechenden Ratschläge. Gerade Risikosportler brauchen gezieltes Muskelaufbautraining und im Idealfall ein sogenanntes Propriozeptionstraining zur Verbesserung der muskulären Reaktion. Kein Ballspiel soll ohne adäquates Aufwärmen begonnen werden.

Oft kommt die Frage, ob durch Gelenkschienen beim Sport Bänder geschützt werden können. Für die Bänder des Kniegelenkes trifft dies nicht zu. Durch elastische Bandagen kann das Ansprechverhalten der Muskulatur etwas gebessert werden. Im Vergleich zu einem spezifischen Training ist der Effekt aber sehr gering.

Dr. med. Gero Benning,
Facharzt Orthopädie / Unfallchirurgie
Lubinus Clinicum Kiel
Abteilung Unfallchirurgie / arthroskopische
Chirurgie
Ltd. Arzt Dr. med. H. Laprell

Der direkte Draht zum Landessportverband

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

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

Tel. Kiel: 0431 - 64 86 -

Aus- und Fortbildung - Bildungswerk	04523 - 984430	bildungswerk@lsv-sh.de
Aus- und Fortbildung - Sportjugend	152	walther.furthmann@sportjugend-sh.de
Bestandserhebung/Mitgliederverw.	148	anja.schleusener@lsv-sh.de
Breitensport/Vereins-, Verbandsentw.	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Buchhaltung	188	manuela.schulz@lsv-sh.de
EDV / Internet	204	wolfgang.behrens@lsv-sh.de
Ehrungen / Jubiläen	133	diana.meyer@lsv-sh.de
„Familiensport“	143	sabrina.eckhoff@lsv-sh.de
Finanzen	200	ingo.buyny@lsv-sh.de
Frauen im Sport	146	annika.pech@lsv-sh.de
GEMA	133	diana.meyer@lsv-sh.de
Geschäftsleitung	147	manfred.konitzer-haars@lsv-sh.de
Gesundheitssport	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Haus des Sports Zentrale	0	dorit.beissel-guenther@lsv-sh.de
Integration durch Sport	107	karsten.luebbe@lsv-sh.de
Justitiariat	101	maren.koch@lsv-sh.de
Leistungssport	04523 - 984433	thomas.behr@lsv-sh.de
Präsident - Büro	135	sigrid.oswald@lsv-sh.de
Präsidium / Vorstand - Büro	133	diana.meyer@lsv-sh.de
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit	163	stefan.arlt@lsv-sh.de
Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“	240	meike.kliewe@lsv-sh.de
„Rezept für Bewegung“	240	monique.lehmann@lsv-sh.de
Schulsport	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Schule & Verein	203	petra.petersen@lsv-sh.de
Senioren-sport	217	brigitte.gehrke@lsv-sh.de
Spenden	136	hilga.rabe@lsv-sh.de
Sportabzeichen	120	petra.tams@lsv-sh.de
SPORTforum - Redaktion	163	stefan.arlt@lsv-sh.de
Sport gegen Gewalt	137	klausmichael.poetzke@lsv-sh.de
	189	sport.gegen.gewalt@lsv-sh.de
Sport- und Bildungs-	04523 - 9844-10	harald.kitzel@lsv-sh.de
zentrum Malente		thomas.niggemann@lsv-sh.de
Tag des Sports	167	thomas.niggemann@lsv-sh.de
Umwelt, Naturschutz/		
Natura 2000	118	sven.reitmeier@lsv-sh.de
Vereinsaufnahmen	133	diana.meyer@lsv-sh.de
Vereins-service (Sportmobil-/ und Kletterwand-Team)	183	heico.tralls@lsv-sh.de
Verwaltungsberufsgen. VBG	101	maren.koch@lsv-sh.de
Zuschüsse	201	renate.carlson@lsv-sh.de
Sportjugend Schleswig-Holstein	151	info@sportjugend-sh.de
Geschäftsführung	121	carsten.bauer@sportjugend-sh.de
Freiwilliges Soziales Jahr	198	kristina.exner-carl@sportjugend-sh.de
Aus- und Fortbildung	152	walther.furthmann@sportjugend-sh.de
Aus- und Fortbildung	252	anne.kolling@sportjugend-sh.de
Projekt „Kinder in Bewegung“	208	klaus.rienecker@sportjugend-sh.de
Projekt „JES“	227	info@sportjugend-sh.de
Großveranst./Internationales	185	astrid.petersen@sportjugend-sh.de
Sportversicherung		
ARAG-Versicherungsbüro	140	vsbkiel@arag-sport.de
Sportvermarktung		
Sport- und Event-Marketing	134	f.ubben@semsh.de
Schleswig-Holstein GmbH	177	m.holzum@semsh.de

Wir danken unseren Partnern und Förderern

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

Die nächsten Termine: **Dienstag, 6. März 2012**
Dienstag, 3. April 2012 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: SHFV, Seite 14, Seite 4: Archiv, Seite 5: LSV, Seite 5: LSB NRW Andrea Bowinkelmann, Seite 6: Volker Schinkewitz, Seite 7: Uni Kiel, Merle Zeigerer, Seite 9: LSV, Seite 10 privat, Seite 11: privat, Tamo Schwarz, Seite 12: SHFV, Zwei Kameraden, LKV-SH Seite 13-16: sjsh, Seite 18: Hans-Jürgen Gärtner
 Mit Namen oder Quellenangabe gekennzeichnete Artikel stellen nicht unbedingt die Meinung des Landessportverbandes SH dar.

LUBINUS CLINICUM

Orthopädische Chirurgie



LUBINUS
CLINICUM

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

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

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

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

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

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

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

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

Anästhesie und operative Intensivmedizin:
Dr. W. Milkereit
Tel. 0431/388-0

LUBINUS
AMBULANT

Ambulantes Operationszentrum:
Tel. 0431/388-281

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

Privatärztliche Behandlung:
Alle Fachbereiche

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

LUBINUS
AKTIV

Praxis für Physiotherapie
Ambulantes Rehazentrum
Zentrum für Prävention

LUBINUS
AKADEMIE

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

Lubinus Akademie
• Fort- und Weiterbildung

LUBINUS
SERVICE

Lubinus-Sodexho
Dienstleistungs-GmbH
(Gastronomie/Partyservice)

Lubinus Sitex
Service GmbH
(Wäscheversorgung)

Lubinus-Kuhnert
Dienstleistungs-GmbH
(Gebäudereinigung)

Lubinus-orgaMed
Sterilgut GmbH
(Sterilgutversorgung)

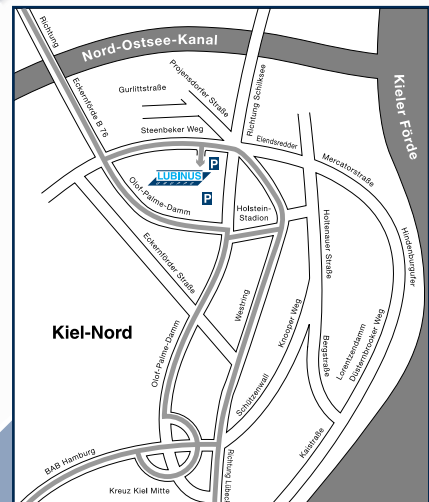
Lubinus Technik
und Service GmbH
(Technische Dienstleistungen)

LUBINUS
KOOPERATION

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

LUBINUS
GRUPPE

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



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



Lotterien und Wetten sind Glücksspiele. Lassen Sie das Spielen nicht zur Sucht werden! Hilfe: Landesstelle für Suchtfragen S-H: Tel. 04 31/5 40 33 40 und Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Tel. 08 00/1 37 27 00. Die Spielteilnahme unter 18 Jahren ist nicht zulässig!

 **LOTTO[®]**
Schleswig-Holstein