

Herbst 2022

BREMER SPORT

MAGAZIN DES LANDESSPORTBUNDES FÜR BREMEN & BREMERHAVEN

Energiekrise

Was Vereine jetzt tun können

Ausprobiert

Zu Gast beim Line Dance

Aus den Vereinen

Aktuelles und Neuigkeiten

Marcel Paufler: Der Kanute, der die langen Strecken liebt

Der Marathonmann

DU BIST SPORTBEGEISTERT UND
ARBEITEST GERN MIT MENSCHEN?
**DANN LASS DICH AUSBILDEN
ZUR ÜBUNGSLEITUNG UND WERDE
MITGLIED IM SPORTVEREIN!**

WWW.LSB-BREMEN.DE



LANDESPORTBUND
BREMEN *Sport*

vereint!

**COME
BACK**
DER BEWEGUNG

Richtungsweisende Entscheidungen

Liebe Sportfreundinnen
und Sportfreunde,

Die dunkle Jahreszeit steht vor der Tür und die Herausforderungen für den organisierten Sport werden wahrlich nicht weniger. Umso wichtiger ist es mit Blick auf die Zukunft des Landessportbundes, dass zum kommenden Landessporttag am 26. November möglichst viele Vertreterinnen und Vertreter unserer Mitgliedsorganisationen im GOP-Theater erscheinen. Der Landessporttag ist das höchste Organ des Landessportbundes und wird auch als „Parlament des Bremer Sports“ bezeichnet. Beim diesjährigen Landessporttag stehen richtungsweisende Entscheidungen an. Zum einen sind bei den Präsidiats-Neuwahlen größere Veränderungen in der Zusammensetzung des Präsidiats zu erwarten. Zum anderen soll über das weitere Vorgehen in Sachen Strukturreform beraten werden. Ich bitte daher alle Vereine und Verbände, ihre Delegiertenstimmen in vollem Umfang wahrzunehmen.

Heinz-Helmut Claußen kann beim diesjährigen Landessporttag leider nicht mehr dabei sein. Unser langjähriger Ehrenpräsident ist am 13. August im Alter von 93 Jahren verstorben. Mit Heinz-Helmut Claußen haben der Landessportbund und der gesamte Bremer Sport eine ihrer herausragenden Persönlichkeiten verloren. 26 Jahre lang hat Heinz-Helmut in verantwortlicher Position im Präsidium des Landessportbundes ehrenamtlich gearbeitet, davon 20 Jahre lang – von 1978 bis 1998 – an der Spitze als Präsident. Nach seinem Ausscheiden wurde er 1998 zum LSB-Ehrenpräsidenten gewählt. Sein ehrenamtliches Engagement war getragen von einer großen Liebe zum Sport und der Hochachtung vor den im Sport engagierten Menschen. Der Landessportbund Bremen wird Heinz-Helmut Claußen in ehrendem Andenken bewahren.

Wohl kaum ein anderes Thema beschäftigt die Menschen in Deutschland aktuell so sehr wie die Energiekrise. An den Auswirkungen des russischen Angriffskrieges gegen die Ukraine kommt mittlerweile niemand mehr vorbei. Die weltweiten Engpässe in der Energieversorgung und die damit verbundenen massiven Preissteigerungen



**Andreas Vroom, Präsident des
Landessportbundes Bremen.**

betreffen nicht nur die Privathaushalte, sondern auch den Betrieb von Sportstätten in Bremen und Bremerhaven. Die Träger öffentlicher Sportanlagen und vor allem die Sportvereine mit vereinseigenen Sportanlagen stehen angesichts rapide steigender Energiepreise vor enormen finanziellen Herausforderungen. Der Landessportbund Bremen hat die politischen Verantwortlichen über seine Gremien daher bereits im Juni 2022 um konkrete Hilfsprogramme für die Sportvereine und Verbände gebeten. Wie es scheint mit Erfolg. Finanzielle Unterstützungsleistungen für den organisierten Sport in Bremen und Bremerhaven sind bereits avisiert, wenngleich noch nicht „spruchreif“. Ferner ist ein größerer Fördertopf für energetische Sanierungen und ggf. Neubauten von Vereinsanlagen notwendig. Auch die Umsetzung des Sportentwicklungsplanes bleibt angesichts der wachsenden Herausforderungen eine Notwendigkeit.

Trotz der schwierigen Situation rund um die explodierenden Energiekosten bin ich mir sicher, dass der organisierte Sport mit entsprechender Unterstützung auch diese Krise erfolgreich meistern wird. Bleibt bitte zuversichtlich und vor allem sportlich aktiv und gesund!

Euer Andreas Vroom

IMPRESSUM

BREMER SPORT

MAGAZIN FÜR BREMEN & BREMERHAVEN

Herausgeber & Verlag:

Landessportbund Bremen e. V. (LSB)
Hutfilterstraße 16-18
28195 Bremen
0421 / 79 28 70
info@lsb-bremen.de

WESER-KURIER Mediengruppe
Magazinverlag Bremen GmbH,
Martinistraße 43, 28195 Bremen
0421 / 36 71 49 90
info@magazinverlag-bremen.de

Redaktion:

Martin Märtens (V.i.S.d.P.),
Jennifer Fahrenholz, Zoë Rugen,
Kristina Wiede,
Boris Butschkadoff (LSB),
Lena Nissen (Lektorat)

Grafik/Layout:

B.O. Beckmann

Anzeigen:

Volker Schleich (verantwortlich),
Per-Uwe Baad, Anja Höpfner,
Dieter Kück, Anne Zeidler

Druck:

BONIFATIUS GmbH
Druck – Buch – Verlag
Karl-Schurz-Straße 26
33100 Paderborn

Urheberrechte:

Der Nachdruck von
Beiträgen ist nur mit
Genehmigung des Verlages
und mit Quellenangabe gestattet.

Titelbild:

Martina Paufler

Fotos im Innenteil:

LSB, BSJ, DOSB, BFV, Pixabay, Adobe Stock,
Ralf Mohr, Martina Paufler, Sven Peter,
Stefan Schmidbauer, PanRay Photography,
Paracelsus Kliniken, Rolandklinik,
Vereine, Privat,
Magazinverlag Bremen GmbH



**Integration:
LSB-Sportmobil unterwegs** **24**



**Ausprobiert:
Zu Gast beim Line Dance** **22**



**Vereine & Verbände:
Tage des Kinderfußballs** **31**

TITEL

Der Marathonmann 18
Kanute Marcel Pauffer trainiert an sieben Tagen in der Woche

AKTUELLES

Mindestens 20 Prozent einsparen 8
DOSB fordert finanzielle Unterstützung für Sportvereine

Grundsatzdebatte erforderlich 9
Landessportbünde fordern eine Trendwende im Leistungssport

Trauer um Ehrenpräsidenten 9
Heinz-Helmut Claußen im Alter von 93 Jahren verstorben

Klare Anlaufstellen erforderlich 10
Abschlussbericht der Breitensport-Studie „SicherImSport“

BREMER SPORTJUGEND

Wie die Großen 12
In „Bremopolis“ haben rund 100 Kinder ihre eigene Stadt gestaltet

GESUNDHEIT

Problemfall Schulter 15
Experten raten zu frühzeitiger Beratung

Macht des Mikrobioms 16
Die Darmgesundheit und ihr Einfluss auf die Leistungsfähigkeit

FRAUEN IM SPORT

Dorothe, Elke und Heidi 20
Die Boccia-Spielerinnen sind ein tolles Team

VEREINE & VERBÄNDE

Solidaritätsaktion 26
TV Eiche Horn unterstützt ukrainische Sportlerinnen

Mit Lust und guter Laune

Bremerhavener Sportmeile 2022 im Schaufenster Fischereihafen



Am Sonntag, 18. September, trafen sich insgesamt 43 Bremerhavener Sportvereine und verwandelten das Schaufenster Fischereihafen in ein vielfältiges Sport-Areal. Auf dem Marktplatz gab es zahlreiche Info-Stände und viele kleine Aktionsflächen mit Mitmach-Angeboten von Eishockey, Trampolin, Bowling, Cheerleading, Kanu, Glücksrad, Segelfliegern. Leider hat der Sommer genau an diesem Tag eine Pause eingelegt, doch trotz der angesagten Regenschauer und Sturmböen waren alle Vereine mit vielen Aufbauhelferinnen und -helfern mit Lust und guter Laune dabei.

Am Hafenbecken trafen sich Wassersportvereine wie die Ruderer, die Paddler, Segler und sogar die Modellbootgruppe. Die DLRG war mit einem Motorboot dabei und sorgte für die Sicherheit am und auf dem Wasser. Eingreifen musste sie nicht, denn bei dem heftigen Wind trauten sich keine Anfänger aufs Stand-Up-Board oder ins Kanu. Gleich hinter der Wassersport-Meile gab es eine BMX-Bahn und sogar eine Kart-Bahn. Am anderen Kaje des Fischereihafens gab es neben zahlrei-

chen Aktivitäten vom Mobilitäts-Tag mit Lastenrädern, Rikschas, Elektrorädern und Spezialrädern für Menschen mit Handicap den Bereich für die Schützenvereine, eine Spielfläche für Fermino-Fußball, ein Badminton-Feld und den Start- und Zielbereich für den Solidaritätslauf „Auf zur Venus“.

Während einige Vereine schnell gemerkt haben, dass Badminton, Tischtennis oder Stand-Up-Paddling angesichts des wechselhaften Wetters nur wenig Sinn machen, versuchten alle anderen möglichst viele Aktionen durchzuführen. Die Stimmung unter den Sportlerinnen und Sportlern war trotz allem sehr gut und Besucherinnen und Besucher waren auch vor Ort.

Vom durchwachsenen Wetter profitierten besonders die Gruppen, die im Theater im Fischereihafen an der Show teilgenommen haben. Die Zuschauerränge füllten sich direkt nach der Eröffnung der Sportmeile durch Sportstadtrat Paul Bödeker. Bis zum letzten Showauftritt der Hip Hopper der TSG Bremerhaven erhielten alle Teilnehmenden Applaus von den vollen Rängen.

Es war eine tolle Sportmeile im Schaufenster, obwohl viele Outdoor-Aktionen aufgrund der Witterungsbedingungen leider nicht gezeigt konnten. Am Nachmittag mussten sogar die Infostände geschlossen werden. Neben der Begeisterung bei der Sport-Show im Theater freuten sich die Organisatoren auch über die gute Beteiligung beim Venus-Lauf, den die Laufsportlerinnen und -sportler auf einem Rundkurs am Hafen gleich mehrfach absolvierten.

Ein wichtiger Aspekt der Sportmeile ist, dass die Vereine, die sich sonst nie treffen, miteinander in Kontakt kommen, um sich beim gemütlichen Smalltalk auszutauschen. Dies hat sehr gut funktioniert, denn unter den vielen Mitwirkenden waren auch viele Vereinsvorsitzende und Übungsleitende. Auch Kontakte zur Sportpolitik wurden genutzt, denn auch der Sportstadtrat und der Bürgermeister sowie Mitglieder verschiedener Parteien aus dem Bremerhavener Sportausschuss waren dabei.

Im Oktober geht's weiter mit einem Nachbereitungstreffen mit Fotoschau und der Terminabsprache für die kommende Sportmeile im Schaufenster Fischereihafen.

„Die Situation ist ernst“

LSB-Geschäftsführerin Karoline Müller zur Energiekrise

Die Folgen der Corona-Pandemie sind längst noch nicht überwunden, da folgt mit der Energiekrise bereits die nächste große, gesamtgesellschaftliche Herausforderung. Welches Ausmaß die Energiekrise noch annehmen wird und ob es gar einen Energie-Lockdown geben wird, ist derzeit kaum absehbar. Was aber sicher ist: Die Kosten für Energie werden weiter steigen und sich direkt auf die Sportvereine und ihre finanzielle Situation auswirken. Wie es aktuell um die Vereine in Bremen und Bremerhaven bestellt ist und vor welche Herausforderungen die Energiekrise den organisierten Sport stellt, verrät LSB-Geschäftsführerin Karoline Müller im Interview mit dem „Bremer Sport“.

Die aktuelle Energiekrise trifft alle Bereiche der Gesellschaft, auch den Breitensport. Befürchten Sie, dass es zu einem erneuten „Lockdown“ kommen könnte, weil Sporthallen oder Schwimmbäder geschlossen werden müssen, um Energie in Form von Strom, Warmwasser und Heizung einzusparen?

Der Landessportbund Bremen hat sich ebenso wie andere Sportverbände frühzeitig und vehement gegen einen Energie-Lockdown im Sport ausgesprochen. Auch der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat sich in dieser Frage als Dachverband klar positioniert. Sport trägt maßgeblich zur Stabilität unserer Gesellschaft bei – deshalb ist es elementar wichtig, dass die Sportstätten offenbleiben. Wir als Landessportbund haben unsere Mitgliedsorganisationen im Zuge der Energiekrise mit Serviceinformation versorgt und ihnen konkrete Handlungsempfehlungen zur Energiereduktion an die Hand gegeben. Fest steht aber auch, dass der organisierte Sport die Energiekrise ohne finanzielle Hilfen seitens der Politik nicht meistern kann. Die Situation ist ernst. Das haben wir über unsere Gremien in der Sportdeputation und beim Landesbeirat für Sport auch entsprechend kommuniziert.

Sind bei den Sportvereinen bereits erste Folgen der Energiekrise zu spüren?

Definitiv ja. Eine unserer größten Sorgen ist es, dass infolge der Energiekrise insbesondere Sportvereine mit vereinseigenen Sportanlagen in erhebliche und möglicherweise sogar existenzielle finanzielle Schwierigkeiten geraten. Diese Vereine, aber auch alle anderen unserer Mitgliedsorganisationen, haben aufgrund der massiv gestiegenen Preise für Gas, Öl und Strom schon jetzt mit erheblichen Zusatzkosten zu kämpfen und benötigen dringend die bereits angesprochene finanzielle Unterstützung.

Halten Sie es für denkbar, dass zumindest partiell Energie in städtischen Sportstätten eingespart wird? Beispielsweise dadurch, dass Sporthallen generell nur noch auf eine bestimmte Temperatur geheizt werden?

Aufgrund der Diversität der Sportanlagen lässt sich hier nur schwer eine pauschale Aussage treffen. Letztlich hängt es von der Art der Sportstätten, der Vereinsgröße- und struktur sowie den Nutzerinnen und Nutzern ab, welche konkreten Energiespar-Maßnahmen getroffen werden können. Für die Außensportanlagen sind beispielsweise die Sportämter zuständig. Der DOSB hat in Form eines Stufenplans konkrete Vorschläge zu den Energiesparmöglichkeiten im organisierten Sport erarbeitet, die den Vereinen als Hilfestellung dienen sollen. Darüber hinaus hat der DOSB die Vereine aufgefordert, nach Möglichkeit 20 Prozent an Energie einzusparen, um pauschale Schließungen von kommunalen Schwimmbädern und Sportstätten zu vermeiden. Hier muss man aber wie bereits ausgeführt



LSB-Geschäftsführerin Karoline Müller.

differenzieren. Jeder zuständige Betreiber von Sportanlagen, egal ob Kommune oder Sportverein, muss individuell und bedarfsgerecht entscheiden, welche Maßnahmen sinnvoll und vor allem auch umsetzbar sind. Wir empfehlen in diesem Zusammenhang den direkten Dialog mit den Nutzerinnen und Nutzern.

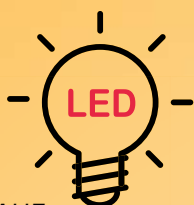
Sollte neben dem Breitensport auch der Profisport vorangehen, um Energie einzusparen?

Das Thema Energiesparen ist ein gesamtgesellschaftliches und gemeinschaftliches Problem und betrifft sowohl den Breiten-, als auch den Leistungs- und Profisport. Jede Organisation bzw. jeder Verein oder Träger sollte bedarfsgerecht einen individuellen Energiesparplan ausarbeiten, um die Krise so gut es geht abzufedern. Die Handlungsempfehlungen des DOSB bilden hierfür eine gute Grundlage. Ich bin überzeugt davon, dass der Wille, diese Krise gemeinsam zu bewältigen und einen entsprechenden Beitrag zur Energiereduktion zu leisten, sowohl im Breiten- als auch im Profisport vorhanden ist.

Was ist jetzt aus Ihrer Sicht nötig, um den Sportvereinen in der Energiekrise möglichst kurzfristig zu helfen?

Wie bereits angesprochen, ist es aus unserer Sicht existenziell, dass die Sportvereine finanzielle Hilfe und Unterstützung seitens der Politik bekommen. Der Bremer Senat hat erfreulicherweise signalisiert, dass ein entsprechendes Hilfsprogramm für den Sport ausgearbeitet werden soll. Dieses gilt es jetzt möglichst schnell in die Tat umzusetzen. In diesem Zusammenhang wäre es aus meiner Sicht hilfreich, wenn die Politik über die Sportämter mit den betroffenen Vereinen ins direkte Gespräch kommt, um sich ein genaues Bild von der Situation und den Bedarfen der Vereine zu machen.

SOFORTMASSNAHMEN ZUR ENERGIEREDUKTION FÜR SPORTVEREINE*



UMRÜSTEN AUF
LED-LICHTTECHNIK



ÜBERPRÜFUNG
DER HEIZKÖRPER



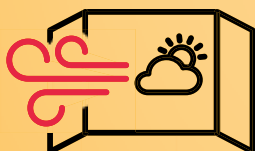
EINSTELLUNG DER NUTZUNG
VON **VERZICHTBAREN**
ELEKTROGERÄTEN



ISOLIERUNG
DER HEIZUNGS- UND
WARMWASSERLEITUNGEN



WARTUNG UND
HYDRAULISCHER ABGLEICH
DER **HEIZANLAGE**



AUSSCHALTEN DER
LÜFTUNGSANLAGEN –
FENSTERLÜFTUNG
BEVORZUGEN



WARTUNG DER
FENSTER UND TÜREN



UMRÜSTEN AUF
RESSOURCENSCHONENDE
SANITÄRANLAGEN



BEDARFSGERECHTE
NUTZUNG VON
ELEKTROGERÄTEN



Weitere Informationen
zum Thema finden Sie
auf [dosb.de](https://www.dosb.de)



* Alle Maßnahmen sind bedarfsgerecht mit einem Fachbetrieb abzustimmen.



Mindestens 20 Prozent einsparen

Energiekrise: DOSB fordert finanzielle Unterstützung für Sportvereine

Das Präsidium des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) hat Forderungen seitens des organisierten Sports bekräftigt, Sportvereine in der Energiekrise finanziell zu unterstützen. „Uns erreichen fast täglich neue Hilferufe von Sportvereinen, die aufgrund von explodierenden Energiekosten um ihre Existenz fürchten. Diese Vereine dürfen damit nicht alleine gelassen werden, wir fürchten hier nachhaltige strukturelle Schäden in

der Vereinslandschaft“, so DOSB-Präsident Thomas Weikert. Die Sorgen vieler Vereine seien noch größer als in der Hochphase der Corona-Pandemie, vor allem Vereine mit vereinseigenen Sportstätten seien besonders betroffen. „Wir appellieren eindringlich an die Politik auf Bundes- und Landesebene, in künftigen Entlastungspaketen auch die Sportvereine zu berücksichtigen.“

Um den genauen Finanzbedarf beziffern zu können, hat der DOSB gemeinsam mit

den Landessportbünden eine bundesweite Befragung von Sportvereinen in Auftrag gegeben. „Wir brauchen ein klares Bild davon, an welcher Stelle Hilfen zielgerichtet eingesetzt werden müssen“, ergänzte Weikert. Gleichzeitig bekräftigte das DOSB-Präsidium den Aufruf an seine Mitglieder, in den kommenden Monaten mindestens 20 Prozent Energie einzusparen und so einen wesentlichen Beitrag zur Energiesicherheit in Deutschland zu leisten.

Angebote im Freien

SPORTOUT: DOSB fördert Outdoor-Pilotprojekte in Sportvereinen

Sportvereine aus ganz Deutschland können sich beim Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) ab sofort als Pilotprojekte im Rahmen des EU-geförderten SPORTOUT-Projektes bewerben. Pro Pilotprojekt sind finanzielle Förderungen von bis zu 50.000 Euro möglich.

Im Mai 2022 startete der DOSB das von der Europäischen Kommission geförderte Projekt „SPORTOUT: Sportvereine draußen stark machen – Gesunde Sportangebote nachhaltig in der Natur gestalten“. Nutzungseinschränkungen von Sportstätten durch die Pandemie, die Verwendung von Sporthallen als Flüchtlingsunterkünfte, ein dringender Sanierungsbedarf der Turnhallen oder ein grundsätzlich unzureichendes Sportstättenangebot – es gibt viele Gründe für Sportvereine, Sportangebote



„im Freien“ anzubieten. Oftmals stehen sie vor der Herausforderung alternative Möglichkeiten des gemeinsamen Sporttreibens zu entwickeln bzw. ihre Sportangebote an veränderte Rahmenbedingungen anzupassen.

Essentieller Baustein des SPORTOUT-Projekts ist die finanzielle, inhaltliche und fachliche Förderung von Pilotprojekten in Sportvereinen. Dabei sollen Sportver-

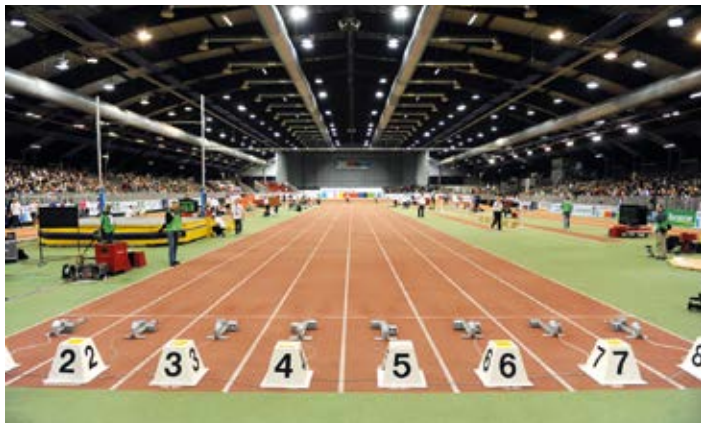
eine situationsangepasste, gesundheitsorientierte und innovative Sportangebote „im Freien“ entwickeln und erproben. Die Pilotprojekte sollen zeigen, dass naturverträgliche Sportausübung einen Beitrag zum Naturbewusstsein der Bevölkerung und gleichzeitig einen Mehrwert für deren Gesundheit leisten kann. Pro Pilotprojekt sind finanzielle Förderungen in Höhe von 10.000 bis zu 50.000 Euro möglich.

Sie fühlen sich als Sportverein angesprochen? Dann nutzen Sie die Gelegenheit und bewerben Sie sich mit Ihren innovativen Ansätzen, die neben der Gewinnung neuer Zielgruppen, dem Ausprobieren neuer Sporträume auch die Verknüpfung von Sport, Gesundheit und Naturerfahrung in den Vordergrund rücken.

Weitere Informationen zum Projekt und zur Ausschreibung der Pilotprojekte sowie den digitalen Bewerbungsbogen finden Sie auf der DOSB-Webseite unter www.dosb.de/sportout.

Grundsatzdebatte erforderlich

Landessportbünde fordern eine Trendwende im Leistungssport in Deutschland



Der Leistungssport in Deutschland braucht eine Trendwende. Das haben die Landessportbünde am Freitag bei ihrer Konferenz in München mit einem Grundsatzpapier einstimmig gefordert und dabei insbesondere die Rollen von Athlet:innen, von Vereinen und des DOSB als zentraler Steuerungsinstanz in den Blick genommen. Anstatt Athlet:innen stärker in den Mittelpunkt der Leistungssportförderung zu stellen und dabei ihre Trainer:innen und die Olympiastützpunkte besser auszustatten, hat im deutschen Leistungssportsystem ein Bürokratieaufbau stattgefunden, kritisieren die Landessportbünde in ihrem Beschluss. Die Sportvereine als entscheidender Ort der Entwicklung von Leistungssportler:innen kommen im Fördersystem bislang viel zu wenig vor. Es sei daher kein Wunder, dass sich immer mehr Sportvereine aus dem Leistungssport zurückziehen. „Deshalb muss die Leistungs-

sportförderung um eine direkte Vereinsförderung ergänzt werden“, fordern die Landessportbünde.

Eine Grundsatzdebatte über die Bilanz der Leistungssportreform und die zukünftige Gestaltung des Leistungssports in Deutschland sei dringend erforderlich. Das schließt auch eine Stärkung des Deutschen Olympischen Sportbunds als Steuerungsinstanz ein. Diese Rolle kann der DOSB derzeit auch deshalb nicht erfüllen, weil er selbst keine Fördermittel vergibt. So fällt dem Dachverband des deutschen Sports meist nur eine „diffuse gutachterliche Rolle zu“. Bürokratische Regelungen und eine kaum zu überblickende Zahl an Arbeitsgruppenprozessen bzw. Arbeits- und Konzeptpapieren führen derzeit zu großem Frust im Leistungssportsystem. Aus Sicht der Landessportbünde ist daher „ein Mehr an Verantwortung für den DOSB die beste Option. Das würde Entscheidungswege verkürzen und die Potentiale des deutschen Sports, eigenverantwortlich für mehr leistungssportliche Erfolge zu sorgen, stärken“, schreiben die Landessportbünde in ihrem Beschluss.

Zur überfälligen Grundsatzdiskussion über den Leistungssport gehört auch das Spannungsverhältnis zwischen Vielfalt und Konzentration: „Wenn wir nicht in einer stetig steigenden Zahl von Sportarten/-disziplinen im Weltmaßstab zurückfallen wollen, ist eine Konzentration der vorhandenen Mittel auf weniger Sportarten/-disziplinen unabdingbar.“

Den vollständigen Beschluss der Konferenz finden Sie hier: [Beschluss_der_Konferenz_der_Landessportbuende_zur_Leistungssportentwicklung_2022-09-23.pdf](#) ([lsb-bremen.de](#)).

Trauer um Ehrenpräsidenten

Heinz-Helmut Claußen im Alter von 93 Jahren verstorben

Der Landessportbund Bremen trauert um seinen langjährigen Ehrenpräsidenten Heinz-Helmut Claußen, der am 13. August im Alter von 93 Jahren verstorben ist. Mit Heinz-Helmut Claußen haben der Landessportbund und der gesamte Bremer Sport eine ihrer herausragenden Persönlichkeiten verloren. Der in Bremen-Walle geborene Claußen hat sich über viele Jahre hinweg mit großer Hingabe und Leidenschaft für den organisierten Sport eingesetzt und den Landessportbund Bremen durch sein Wirken maßgeblich geprägt. 26 Jahre lang hat Claußen in verantwortlicher Position im Präsidium des Landessportbundes ehrenamtlich gearbeitet, davon 20 Jahre (1978 bis 1998) an der Spitze als Präsident. Nach seinem Ausscheiden wurde er 1998 zum LSB-Ehrenpräsidenten gewählt.

Dem unermüdlichen Engagement und Bemühen von Heinz-Helmut Claußen ist es zu verdanken, dass das Land Bremen ein beispielhaftes Sportförderungsgesetz hat und der Sport im Jahre 1997 in die Landesverfassung aufgenommen wurde. Darüber hinaus hat Claußen auf Ebene des heutigen Deutschen Olympischen Sportbundes maßgeblich an der Konzeption der Übungsleiter-Ausbildung mitgewirkt.

In seinem beruflichen Wirken hat sich Heinz-Helmut Claußen mit Nachdruck für die Weiterentwicklung des Bildungssystems eingesetzt. Vor allem der Entwicklung und Einführung der Gesamtschule in Bremen hat er sich gewidmet und als Leiter der Erwachsenenschule Bremen weitere Akzente gesetzt. Auch im



Medienbereich hat sich Heinz-Helmut Claußen über viele Jahre engagiert. 19 Jahre wirkte er im Rundfunkrat von Radio Bremen mit, davon sieben Jahre als Rundfunkratsvorsitzender. Im Jahre 2005 wurde er für seine großen Verdienste im Rahmen einer feierlichen Zeremonie im Bremer Rathaus mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande ausgezeichnet. Ein besonderes Anliegen waren Heinz-Helmut Claußen stets die Sportvereine und ihre ehrenamtlich Engagierten. In ihrem Sinne hat er sich über viele Jahrzehnte sportpolitisch eingebracht und engagiert.

„Klare Anlaufstellen sind erforderlich“

Abschlussbericht der größten Breitensport-Studie „SicherImSport“

Gewalterfahrungen im organisierten Sport sind eindeutig keine Einzelfälle, Mädchen und Frauen machen wesentlich mehr negative Erfahrungen als männliche Mitglieder, andererseits betonen neun von zehn betroffenen Personen ihre allgemein guten bis sehr guten Erfahrungen mit dem Vereinssport: Zu diesen zentralen Erkenntnissen kommt der Abschlussbericht der bundesweit bislang größten Breitensport-Studie „SicherImSport“, der gleichzeitig eigene Schutzkonzepte für alle Sportvereine für dringend erforderlich hält. „Klare Anlaufstellen für Betroffene im Sport sind wichtig. Der organisierte Vereins- und Verbandssport sollte dringend nach geeigneten Wegen suchen, wie er proaktiv und gut sichtbar auf diejenigen zugehen kann, die Rat und Unterstützung bei Gewalterfahrungen benötigen“, betont Prof. Dr. Bettina Rulofs (Sporthochschule Köln), die das Projekt gemeinsam mit Dr. Marc Allroggen (Universitätsklinikum Ulm) leitet und einen weniger überraschenden Befund ergänzt: „Vereinsmitglieder mit einem höheren sportlichen Leistungsniveau, beispielsweise Teilnehmende an nationalen und internationalen Wettkämpfen, und solche mit längeren Trainingszeiten sind eher stärker von Gewalt betroffen als Vereinsmitglieder im Freizeitsport.“

Psychische Gewalt am häufigsten

Ein Blick auf Einzelergebnisse der Studie (mit über 4.300 befragten Vereinsmitgliedern und rund 300 beteiligten Sportverbänden) zeigt Folgendes: So wurde psychische Gewalt – in Form von Erniedrigungen, Bedrohungen oder Beschimpfungen – am häufigsten von den befragten Vereinsmitgliedern angegeben, insgesamt 63 Prozent der Befragten berichten, dies bereits im Kontext des Vereinssports mindestens einmal erlebt zu haben. Zudem bestätigte ein Viertel der Befragten sexualisierte Belästigungen oder Grenzverletzungen ohne Körperkontakt im Vereinssport. Ein Fünftel der befragten Vereinsmitglieder berichtete gar von sexualisierter Gewalt mit Körperkontakt (z.B. in Form von unerwünschten sexuellen Berührungen oder sexuellen Übergriffen). Jedoch: auch wenn Vereinsmitglieder angeben, solche negativen und missbräuchlichen Erfahrungen gemacht zu haben, geben 90 Prozent der betroffenen Personen an, allgemein gute



bis sehr gute Erfahrungen mit dem Vereinssport zu haben. Die generelle Beurteilung des Vereinssports fällt somit auch beim Vorliegen von Belästigungs- oder Gewalterfahrungen überwiegend positiv aus.

Darüber hinaus zeigt die Studie, dass sexualisierte Grenzverletzungen, Belästigung und Gewalt mit und ohne Körperkontakt häufiger außerhalb als innerhalb des Sports erlebt werden. Die Studie belegt somit, dass interpersonelle und sexualisierte Gewalt gesamtgesellschaftliche Probleme darstellen, die auch den Sport betreffen – ebenfalls nachzulesen im Abschlussbericht, den der Forschungsverbund der Deutschen Sporthochschule Köln, des Universitätsklinikums Ulm und der Bergischen Universität Wuppertal bei einer Fachtagung am 17. September 2022 im Sport- und Olympiamuseum in Köln vorgelegt hat. Die Studie zeigt außerdem, dass Betroffene von Gewalt im Sport nur selten über ihre Erfahrungen berichten und selten Unterstützung bei den Sportvereinen oder -verbänden suchen. Vor diesem Hintergrund ist es besonders bedenklich, dass nach den vorliegenden Ergebnissen nur die Hälfte der befragten Sportverbände über nach außen sichtbare Kontaktmöglichkeiten für Betroffene (z.B. auf ihren Websites) verfügt.

Dr. Marc Allroggen vom Universitätsklinikum Ulm erläutert: „Mit dem Vorliegen der Befunde wird sich kein Verein darauf berufen können, dass es sich um Einzelfälle handelt und nur wenige Vereine betroffen sind.“ Zudem zeigen die Daten, dass es sich nicht überwiegend um „vergangene Fälle“ handelt. Im Gegenteil: Jüngere Personen (bis 30 Jahre alt) berichten in der Befragung deutlich häufiger von Gewalterfahrungen im Sportverein als ältere Mitglieder. Dass die Stadt- und Kreissportbünde sowie Landesfachverbände bereits verschiedene Maßnahmen auf den Weg gebracht haben, um die Sportvereine vor Ort beim Schutz vor Gewalt zu unterstützen, belegen die nun veröffentlichten Ergebnisse ebenfalls. Dabei haben besonders die Landessportbünde eine wichtige Orientierungs- und Beratungsfunktion für die Mitgliedsverbände in den untersuchten Bundesländern und benötigen zugleich noch mehr Ressourcen, um dieser Verantwortung gerecht zu werden.

Das Forschungsprojekt SicherImSport wird mit Mitteln des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen gefördert. Zehn weitere Landes-sportbünde, darunter der Landessportbund Bremen, beteiligten sich an der Finanzierung. Den Bericht zum Projekt gibt es hier: <https://go.lsb.nrw/bericht-sicherimспорт>

Fachkraft (m/w/d) gesucht

mit dem Schwerpunkt „Prävention vor sexualisierter Gewalt“

Der Landessportbund Bremen sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Fachkraft (m/w/d) mit dem Schwerpunkt „Prävention vor sexualisierter Gewalt“ in Teilzeit (30 Stunden, zunächst für 2 Jahre befristet). Als zivilgesellschaftlicher Akteur setzt sich der LSB Bremen insbesondere für den Schutz und die Prävention von sexualisierter Gewalt im Sport ein.

Diese Aufgaben warten auf Sie:

- ▶ Ansprechperson zu diesem Themenfeld im organisierten Sport im Lande Bremen.
- ▶ Fortlaufende Sensibilisierungen zum Thema „Prävention sexualisierter Gewalt“ durch Aufklärung und Qualifizierungsformate für diverse Zielgruppen (Vorstände der Mitgliedsorganisationen, Beauftragte in Vereinen und Verbänden sowie Übungsleitenden).
- ▶ Sensibilisierung und Etablierung von Schutzkonzepten in den Sportvereinen und Sportfachverbänden.
- ▶ Durchführung von Risiko-Ressourcen-Analysen und Entwicklung von bedarfsgerechten Handlungsempfehlungen für die Mitgliedsorganisationen.
- ▶ Gesprächsführung und Beteiligungsverfahren im Kontext von Gefährdung und Intervention.
- ▶ Begleitung und nachhaltige Umsetzung des „DOSB-Stufenmodells“ zur ganzheitlichen Weiterentwicklung dieses Themas im Landessportbund Bremen sowie in der Bremer Sportjugend.
- ▶ Stärkung und Ausbau bestehender und neuer Kooperationen mit diversen Netzwerkpartnern zum Thema Prävention sexualisierter Gewalt.

Das bringen Sie mit:

- ▶ Ein erfolgreich abgeschlossenes Hoch- bzw. Fachhochschulstudium mit einem pädagogischen oder psychologischen Studienschwerpunkt oder einer vergleichbaren Qualifikation.
- ▶ Diskretion sowie ausgeprägte Kommunikations- und Teamfähigkeit im Umgang mit beteiligten Zielgruppen sowie den Netzwerkpartnern.
- ▶ Einwandfreies erweitertes polizeiliches Führungszeugnis.
- ▶ Hohe Einsatzbereitschaft und zeitliche Flexibilität.
- ▶ Von Vorteil wären umfassende Rechtskenntnisse für die übertragenen Aufgaben (u. a. SGB VIII, Bundeskinderschutzgesetz).
- ▶ Kenntnisse über die Strukturen des organisierten Sports.
- ▶ Interesse am organisierten Sport und an der Verbandsarbeit.
- ▶ Organisationsfähigkeit, strukturierte und eigenständige Arbeitsweise.

Die Stelle ist zunächst auf 2 Jahre befristet. Eine Option auf Verlängerung wäre möglich. Im Rahmen von mobiler Arbeit besteht eine Flexibilität hinsichtlich der Einsatzplanung der Arbeitszeit.

Die aussagekräftige schriftliche Bewerbung mit der Angabe zu Ihrer Gehaltsvorstellung und der Benennung des frühestmöglichen Einstellungstermins ist zu richten an:

Landessportbund Bremen e. V.
Geschäftsführerin
Karoline Müller
Hutfilterstr. 16-18
28195 Bremen

Von der Nordsee bis in die Berge




9,80 €

Die 22 schönsten Touren in Bremen und der Region

- > Vom ADFC empfohlen
- > Für Familien, Freizeitradler und erfahrene Fahrer
- > Touren-Karten zum Heraustrennen und GPS-Daten
- > Ausführliche Tipps für den perfekten Ausflug

 Pressehaus Bremen und regionale Zeitungshäuser

 [weser-kurier.de/shop](https://www.weser-kurier.de/shop)

 04 21 / 36 71 66 16

Auch als In-App-Kauf in der E-Paper-App erhältlich. Versandkosten 1,95 € (ab 30 € Bestellwert versandkostenfrei). Angebot solange der Vorrat reicht.

WESER
KURIER

SHOP

Wie die Großen

In „Bremopolis“ haben rund 100 Kinder ihre eigene Stadt gestaltet

Gesetze bestimmen, im Einzelhandel arbeiten, Geld abheben: In „Bremopolis“ tauchten etwa 100 Kinder fünf Tage lang in die Erwachsenenwelt ein. Die diesjährige Kinderstadt der Bremer Sportjugend war ein voller Erfolg.

Noch sind beide Schalter geschlossen. Die Schlange vor der Bank wird länger und länger. Unruhe macht sich breit. „Her mit der Kohle“, schreit ein Kunde wild gestikulierend. „Wann können wir endlich Geld abheben?“, ruft ein anderer. Die Bankangestellten versuchen, die angespannte Menge zu beruhigen. Das Leben in ihrer Stadt haben die rund 100 Bürgerinnen und Bürger sehr ernst genommen. So sollte es auch sein. Denn sie, die Sechs- bis Zwölfjährigen, hatten in „Bremopolis“ eine Woche lang (15. bis 19. August) das Sagen. Am Freitag ist die vierte Auflage der Kinderstadt auf dem Gelände des TV Bremen-Walle 1875 e.V. zu Ende gegangen.

Netzwerk aus verschiedenen Partnern

Hinter „Bremopolis“ steht ein Netzwerk aus verschiedenen Partnern der freien Wirtschaft, Kinder- und Jugendhilfe, Sozial- und Jugendverbände sowie vielen anderen unter der Trägerschaft der Bremer Sportjugend. Ziel des Projekts ist es, den Kindern Berufsbilder und demokratische Umgangsformen zu vermitteln. Mitgestalten, mitbestimmen, mit Verantwortung umgehen: Darum geht es in der Kinderstadt.

Das Organisationsteam um Annika Zarrath, Vorstandsmitglied der Bremer Sportjugend, zeigte sich sehr zufrieden mit dem Ablauf der Sommerferienbetreuung am Panzenberg. Ihr Fazit: „Die Kinderstadt war ein voller Erfolg. Das Feedback ist durchweg positiv.“ Im Vorfeld konnten die Kinder zwischen diversen Berufen wählen. Zur Auswahl standen Bank, Kreativwerkstatt, Krankenkasse, Einzelhandel, Kinderrechtbüro, Umwelt, Regierung, Medien, Feuerwehr, Theater und Post. Einzige Bedingung: Die jungen Bürgerinnen und Bürger durften keinen Beruf zweimal ausüben. Nur die Regierung, die am Dienstag demokratisch und natürlich von den Kindern ge-



wählt wurde, und die Medien blieben für die ganze Woche.

Dosentelefone zum Kauf

Für ihre Arbeit bekamen die Kinder einen Lohn. Ausgezahlt wurde dieser in „Galionen“. Den Namen hatten die jungen Teilnehmenden in Anlehnung an die Währung aus der Zauberwelt von Harry Potter ausgewählt. Von ihrem Geld konnten die Kids zum Beispiel Getränke und Essen oder Waren wie selbstbemaltes Porzellan, Dosentelefone oder Briefmarken kaufen.

Mit dem Tageslohn von 20 „Galionen“ waren nicht alle Bürgerinnen und Bürger einverstanden. „Damit kommt man nicht weit“, bemängelte Jovis, nachdem er sein Geld von der Bank abgehoben hatte. Gerechtfertigt seien 35 „Galionen“ pro Tag. Sein Blick wanderte rüber zum Minimarkt. „Schon alleine für eine Apfelschorle musst du dort fünf ‚Galionen‘ hinblättern.“ Der Elfjährige feierte in diesem Jahr seine Premiere in „Bremopolis“. Besonders „cool“ fand er die Station bei der Feuerwehr. Simulierte Brandbekämpfung stand dort unter anderem auf dem Programm. Mit dem Wasserstrahl eines Strahlrohrs sollten die Kids Pylonen umschießen. Eine spaßige und erfrischende Angelegenheit, vor allem bei Temperaturen um 30 Grad. Auf die Frage, ob er später Feuerwehrmann werden möchte, antwortete Jovis prompt mit einem Lachen: „Nee, nee, viel zu heiß.“ Wenn „Bremopolis“ im kommenden Jahr wieder seine Tore öffnet, wäre er gerne wieder mit dabei. „Man lernt hier einfach viele nette Leute kennen“, so Jovis.

Lob für die Regierung

Das sieht auch Nanella so. Sie gehörte zu den rund 25 Betreuerinnen und Betreu-

ern der Kinderstadt. „Bremopolis“ sei ein „super Projekt“, betonte die 24-Jährige, die „Internationales Management“ an der Hochschule Bremen studiert. Ihr habe es im vergangenen Jahr so gut in der Kinderstadt gefallen, sodass sie dieses Jahr unbedingt wieder mithelfen wollte. „Die Kinder können sich hier entfalten. Sie lernen, was Verantwortung bedeutet sowie eigene Regeln aufzustellen und einzuhalten. Das finde ich toll“, sagte Nanella. Besonders lobend erwähnte sie die Ankündigung der Regierung, den Umweltschutz in der Kinderstadt zu stärken. „Da sieht man, dass das Thema total in den Köpfen der Kinder steckt. Die leben das viel mehr als wir Erwachsene.“

So wie Merle, 10. Ihr sei der Umweltschutz wichtig. „Wenn wir später erwachsen sind, existiert die Welt vielleicht nicht mehr so, wie wir sie jetzt kennen“, sagte sie. Im Umweltbüro konnten die Kids ihre Ideen in die Tat umsetzen. Besonders angesagt war Upcycling, eine Form der Wiederverwertung, bei der Müll oder scheinbar unbrauchbare Dinge in etwas Neues verwandelt werden. Milchtüten wurden etwa zu verzierten Bechern, die als Stifthalter dienten. Sogar eine Klima-Demo zog am Abschlussstag durch die Kinderstadt.

Nun kann Annika Zarrath aus dem Organisationsteam erstmal durchatmen. Die Woche sei „sehr schön, aber auch ganz schön stressig“ gewesen, sagte sie. Ohne die Hilfe ihres Teams sei ein Projekt wie die Kinderstadt unmöglich. „Viele Außenstehende wissen gar nicht, wie aufwendig eine solche Veranstaltung ist“, so das Vorstandsmitglied der Bremer Sportjugend. Für ihre Mühen bekommen die meisten Betreuerinnen und Betreuer eine kleine Aufwandsentschädigung. Zarrath: „Einige haben sich sogar Urlaub genommen, um mitzuhelfen. Die machen das, weil es ihnen am Herzen liegt, was hier passiert.“

BSJ-Hauptversammlung

Bernd Giesecke bleibt Sportjugend-Vorsitzender

Die Vorstandswahlen standen im Mittelpunkt der diesjährigen Hauptversammlung der Bremer Sportjugend (BSJ). Im Rahmen der Veranstaltung ist zudem der Engagement-Förderpreis 2022 verliehen worden. Der BSJ-Vorsitzende Bernd Giesecke wurde bei der Hauptversammlung für weitere drei Jahre im Amt bestätigt. Von den Delegierten wurde er bei einer Enthaltung einstimmig wiedergewählt. Zu den Beisitzerinnen und Beisitzern des BSJ-Vorstandes gehören künftig neben Saleem Sadiq und Christina Lehmann Lara Bento und Martin Prigge. Jonas Jütten, Saliha Sakinc, Elke Kahrs und Annika Zarrath traten hingegen nicht mehr zur Wahl an und wurden mit Dank für ihr Engagement verabschiedet. Als neue Kinder- und Jugendschutzbeauftragte wurde Sonja Wendel (SG Findorff) ernannt.

Bernd Giesecke hob in seiner Rede die Entwicklung der Bremer Sportjugend in den vergangenen Jahren hervor und ver-

wies dabei exemplarisch auf die Freiwilligendienste, die Kinderstadt „BREMOPOLIS“ sowie das Corona-Aufholprojekt „Bewegung im Quartier“. Er dankte allen Menschen, die sich für den Kinder- und Jugendsport einsetzen. Andreas Vroom, Präsident des Landessportbundes Bremen, bedankte sich in seinem Grußwort bei den Preisträgerinnen und

Preisträgern des Engagement-Förderpreises 2022 für ihren Einsatz. In seiner Rede stellte er die Bedeutung und das Engagement der Sportjugend heraus. „Die Kinder- und Jugendarbeit im Sport im Land Bremen ist wichtig, wichtiger denn je“, sagte Vroom. „Es fehlen viele gesellschaftliche Werte in dieser schweren Zeit. Der Sport kann hier eine besonders herausragende, gesellschaftliche Rolle einnehmen.“

700 Euro Preisgeld

Hildegard Büter von der Behinderten-Sportjugend Niedersachsen würdigte die Bremer Sportjugend in ihrem Grußwort als verlässlichen Partner und hob die besonderen Projekte, Themen und Erfolge des BSJ unter dem Vorsitz von Bernd Giesecke hervor. „Oft schiele ich neidisch nach Bremen, was Bernd so auf die Beine stellt“, sagte Büter. Der in Kooperation mit der Sparkasse Bremen ins Leben gerufene Engagement-Förderpreis der Bremer Sportjugend, für den in diesem Jahr zehn junge Engagierte aus Bremen und Bremerhaven nominiert worden waren, ging an Alexander René Cordes (Wassersportverein „Hanse-Kogge“ Bremen), Felix Hory (Bremer Kanu-Wanderer) und Jonna Rathcke (TV Eiche Horn). Alle drei Preisträgerinnen und Preisträger erhielten ein Preisgeld in Höhe von 700 Euro, das sie zum Beispiel für sportbezogene Materialien, Geräte, Kleidung, Events und/oder Bildungsmaßnahmen, die sie bei der Ausübung ihres Engagements unterstützen, im Verein oder Verband einsetzen können.

Weitere Tagesordnungspunkte der BSJ-Hauptversammlung waren die Vorstellung und Erläuterung der Haushaltsrechnung 2021 sowie die Verabschiedung des Wirtschaftsplans 2023. Anschließend wurde der BSJ-Vorstand bei zwei Enthaltungen einstimmig von den Delegierten entlastet. Zudem wies Bernd Giesecke darauf hin, dass der Einsatzstellenbeitrag im Freiwilligendienst ab 2023 erhöht werden muss.



Sportabzeichen-Ehrung

Landessportbund Bremen lädt ins „Al Pontile“

Der Landessportbund Bremen (LSB) hat die Wiederholenden, Prüfenden, Familien und Vereine zur alljährlichen Ehrung für das Deutsche Sportabzeichen ins „Al Pontile“ an der Weser eingeladen. Sowohl die Organisatoren des Landessportbundes als auch die Teilnehmenden waren froh, die traditionelle Ehrungsveranstaltung in diesem Jahr durchführen zu können.

Gleichwohl mussten die Sportabzeichen-Abnahmen auch im Jahr 2021 unter besonderen Umständen durchgeführt werden. Auch die Veranstaltung selbst fand Corona-bedingt wie schon im vergangenen Jahr unter besonderen Voraussetzungen statt. „Die Stimmung war aufgelockert und es fand ein reger Austausch zwischen Aktiven, Prüfenden und Vereinen statt“, blickt Daniel Fangmann vom LSB Bremen auf eine gelungene Sportabzeichen-Ehrung zurück.

Nach der Begrüßung durch Martina Lisiack – kommissarisches Präsidiumsmitglied für Breiten- und Gesundheitssport im LSB Bremen – führten Thomas Voigt und Daniel Fangmann durch die Veranstaltung. Erster Tagesordnungspunkt war die Ehrung der Sportvereine. Die Urkundenübergabe und Prämierung erfolgte durch Viola Christina Mull von der Sparkasse Bremen. Der Vereinswettbewerb wird seit vielen Jahren gemeinsam vom LSB und der Sparkasse durchgeführt. Die ersten Plätze gingen in diesem Jahr an die Seriensieger LG Bremen-Nord (Gruppe A), LTS Bremerhaven (Gruppe C) und TSV Osterholz-Tenever (Gruppe D).

Im zweiten Block der Ehrungsveranstaltung wurde es familiär. Die Familien, die im Jahr 2021 das Deutsche Sportabzeichen erworben hatten, standen jetzt im Mittelpunkt. Auch in diesem Jahr variierte die Zusammenstellung der Familienmitglieder und Generationen. Mit fünf Personen halten Familie Schieman sowie Familie Haderden den „Rekord“ für das Jahr 2021. Überreicht wurden die Familien-Urkunden durch Sabine Schmieder vom Arbeitskreis Sportabzeichen.

Durchhaltevermögen, Ehrgeiz und eiserner Wille – diese Attribute beschreiben die Sportlerinnen und Sportler, die zum wiederholten Male das Deutsche Sportabzeichen abgelegt haben. Spitzenreiter ist Günter Finke (81 Jahre), der im Jahr 2021 sein 60. Sportabzeichen abgelegt hat. Dicht gefolgt von Gerhard Kietzmann (55 Jahre), der auf mittlerweile 55 erfolgreiche Sportabzeichen-Abnahmen zurückblicken kann. Zusätzlich zu den Urkunden überreichte Martina Lisiack auch ein Glückwunschschreiben des Deutschen Olympischen Sportbundes.

Zum Ende der Veranstaltung wurden die langjährigen und verdienten Prüferinnen und Prüfer des Sportabzeichens geehrt, denn ohne ihr Engagement wären die Abnahmen unmöglich. Vor Ort wurden Anneliese Mehrstens für 35 Jahre und Hans-Jürgen Stegert für 45 Jahre ehrenamtliches Engagement ausgezeichnet. Nach den Ehrungen klang die Sportabzeichen-Ehrung mit kleinen Snacks und Getränken aus und die Anwesenden nutzten die Gelegenheit für den einen oder anderen Plausch.

Datenschutz

Vorsicht beim Einsatz des Webseiten-Tools Google Fonts



Betreiber von Webseiten haben in den vergangenen Wochen Abmahnungen aufgrund der dynamischen Einbindung des Schrifttools Google Fonts erhalten. Auch einige Mitgliedsorganisationen des Landessportbundes Bremen haben bereits eine entsprechende Abmahnung erhalten. Der LSB Bremen empfiehlt daher dringend, vereinseigene Webseiten auf die Nutzung von Google Fonts zu überprüfen und ggf. auf die Nutzung zu verzichten.

Was ist Google Fonts?

- ▶ Bei Google Fonts handelt es sich um ein interaktives Verzeichnis von 1.400 Schriftarten für Webseiten, welche durch Google lizenzfrei angeboten werden.

Worin liegt der Verstoß des Datenschutzes?

- ▶ Es besteht die Möglichkeit das Verzeichnis zu nutzen ohne Google Fonts hochladen zu müssen (dynamische Variante). Jedoch wird bei diesem Fall beim Besuch der Webseite eine Verbindung zu einem Google-Server (auch außerhalb der EU) aufgebaut. Außerdem wird dabei die IP-Adresse der Webseite-Besucher:innen an Google übermittelt, welches laut Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) nicht erlaubt ist und eine eindeutige Zustimmung der Besucher:innen der Webseite erfordert. Webseitenbetreiber können auf Unterlassung und Schadensersatz verklagt werden.
- ▶ Google Fonts ist downloadbar und kann lokal installiert werden. Bei der Nutzung der lokalen Variante (statisch) wird eine IP-Adresse nicht weitergeleitet.

Google Fonts-Checker

Dies sind kostenfreie Web-Anwendungen, die einen Einsatz von Google Fonts auf der Homepage überprüfen. Sie können als erste Orientierung herangezogen werden, dienen aber nicht als rechtliche Bewertung. Beispiele für Fonts-Checker sind:

- ▶ <https://sicher3.de/google-fonts-checker/>
- ▶ <https://google-fonts-checker.54gradsoftware.de/>

Sollte Ihr Sportverein/Sportverband bereits eine Abmahnung erhalten haben, empfiehlt der Landessportbund die Kontaktaufnahme mit der ARAG Sportversicherung. Der ARAG Sportversicherung ist die Thematik bekannt.

www.arag.de/vereinsversicherung/sportversicherung/bremen/

Hab' ich das Internet kaputtgemacht?

Bremische Landesmedienanstalt bietet Mediensprechstunde extra für Sporttreibende

So schlimm waren die Befürchtungen im Zusammenhang mit Digitalisierung nicht, aber eine ganze Menge Fragen hatten die siebzehn Sportlerinnen und Sportler aus Bremerhaven doch mitgebracht zur Mediensprechstunde.

Digitalisierung spielt auch im Sport eine große Rolle. Informationen, Kommunikation: Termine, Verabredungen, Berichte, Planungen – überall sind Smartphone, Computer und Internet im Spiel. Wer da nicht auf dem Laufenden bleibt, kann schnell abgehängt werden.



Christian Sanders von der Bremischen Landesmedienanstalt.

Der Ausschuss Frauen und Gleichstellung im Landessportbund hatte für den 11. August in die Räume des Stadtsportbundes eingeladen. Vom media lab nord der Bremischen Landesmedienanstalt war Christian Sanders gekommen, um Fragen rund um Smartphone, Internet & Co zu beantworten. Wie verhalte ich mich bei unerwünschten Anrufen? Kann mein Smartphone mir den Weg zum Bahnhof zeigen? Wie nutze ich die Status-Mitteilungen bei WhatsApp? Was ist eine Cloud? Alle hatten schon von Gefahren und Problemen gehört, waren an der einen oder anderen Stelle unsicher, wie sie ihre Geräte gefahrlos nutzen und Schäden verhindern können. Trotz des heißen Sommerwetters haben sich die 17 Teilnehmenden neugierig in die Welten von Smartphone, Tablet und elektronischen Daten entführen lassen. Ziel ist es, aktiv am digitalen Leben teilnehmen zu können. Für Christian Sanders gab es keine „dummen Fragen“ und keine unlösbaren Probleme. Mit Kompetenz und Geduld hat er den Anwesenden verständlich Möglichkeiten der neuen Medien aufgezeigt und die eine oder andere „Smartphone-Sorge“ nehmen können.

Die Teilnehmenden waren sich einig, dass es eine sehr gute Veranstaltung war; sie haben viel mitgenommen und wünschen sich weitere Workshops zu diesen komplexen Themen.





Problemfall Schulter

Die Spezialisten der Roland-Klinik raten zu frühzeitiger Beratung

Die Schulter besteht im Wesentlichen aus der Gelenkpfanne am Schulterblatt und dem Gelenkkopf am Oberarmknochen. An allen Armbewegungen ist dabei die aus vier Muskeln bestehende Rotatorenmanschette beteiligt: Sie stabilisiert, führt den Gelenkkopf und hält ihn in der Gelenkpfanne. Ist sie durch Verschleiß oder Verletzungen geschädigt, folgen meist Schmerzen und Bewegungseinschränkungen. Viele Betroffene nehmen das in Kauf, ertragen Schultersteifheit und Belastungsschmerzen.

Das Expertenteam der Roland-Klinik rät, die Ursache von Schulterschmerzen zeitnah abzuklären. Viele Beschwerden lassen sich medikamentös oder mit Physiotherapie beheben. Liegt aber eine Arthrose vor und der Zustand kann konservativ nicht verbessert werden, kann eine Operation infrage kommen. „Eine frühzeitige Beratung macht Sinn, denn dank der modernen OP-Techniken und Prothesen kann unser Team nahezu jedes Schulterproblem lösen und Ergebnisse erzielen, die die Lebensqualität deutlich verbessern“, so Dr. Rüdiger Ahrens, Chefarzt der Schulterchirurgie.

Erweist sich künstlicher Gelenkersatz als die beste Lösung, kommen verschiedene Prothesenvarianten infrage. Gemeinsam mit den Patienten besprechen die Experten individuell, welche Variante optimal passt. Mit großer operativer Erfahrung und individueller Prothetik übernimmt das Team der Schulterchirurgie an der Roland-Klinik gelenkerhaltende Eingriffe aller Schwierigkeitsgrade.

Info

Roland Klinik gGmbH
Zentrum für Schulterchirurgie, Arthroskopische Chirurgie und Sporttraumatologie
Niedersachsendamm 72/74, 28201 Bremen
Tel.: (0421) 8778-291,
E-Mail: orthopaedie2@roland-klinik.de
Nähere Infos: www.roland-klinik.de/schulterchirurgie



THERAPIE-MEDIATHEK

Jederzeit bequem informiert:
roland-klinik.de/mediathek

Damit Sie in Bewegung bleiben.



Wenn's zwickt, zwackt, knackt und knirscht: Als Fachklinik sind wir spezialisiert auf orthopädische und handchirurgische Erkrankungen. In unseren vier Zentren behandeln wir stationär und ambulant, konservativ und operativ, Erwachsene und Kinder, Profi- sowie Freizeitsportler:innen und selbstverständlich gesetzlich wie privat Versicherte. Wir sorgen für Ihre Gesundheit und ein bewegtes Leben.

www.roland-klinik.de



Roland-Klinik gemeinnützige GmbH
Niedersachsendamm 72/74
28201 Bremen

Roland Klinik
Kompetenz in Bewegung

Macht des Mikrobioms

Wissenswertes über die Darmgesundheit und ihren Einfluss auf die sportliche Leistungsfähigkeit

Die Darmflora ist für unser körperliches und seelisches Wohlbefinden ein zentraler Bestandteil. Der Darm ist nicht nur das Größte unserer inneren Organe, sondern auch ein wesentlicher Teil des Verdauungsapparates und stellt einen erheblichen Teil des Immunsystems dar. Milliarden mikroskopischer Helfer bilden unser Mikrobiom. Wie wichtig dieses vor allem in Bezug auf sportliche Erfolge ist, erklärt Dr. Alberto Schek, Chefarzt Paracelsus Sportmedizin & Prävention.

70 Prozent aller Immunzellen befinden sich im Dün- und Dickdarm, wo etwa 80 Prozent aller Abwehrreaktionen ablaufen. Billiarden von Bakterien sorgen dafür, dass Baustoffe aus der Nahrung verwertbar gemacht und Giftstoffe abtransportiert werden. Zwei Kilogramm der kleinen einzelligen Lebewesen hat jeder in seinem Darm: das sogenannte Mikrobiom. „Wir Menschen behandeln unseren Darm schlecht“, stellt Dr. Alberto Schek fest. „Er kann viele Lebensmittel, die wir ihm zumuten, gar nicht verarbeiten. Wir essen zu süß, zu salzig, zu fett und kauen darüber hinaus unser Essen nicht genug. Das ist Schwerstarbeit für die Bakterien.“ Häufig seien auch Stress und Medikamente – zum Beispiel Antibiotika – Schuld daran, dass das Mikrobiom aus dem Gleichgewicht kommt. „Daraus entstehen dann Verdauungsstörungen, Reizungen der Darmschleimhaut oder Entzündungen“, so der Mediziner. Die Folgen seien Verstopfung, Blähungen, Durchfälle – der in der Werbung oft zitierte, medizinisch komplexe „Reizdarm“.

Bei Sportlerinnen und Sportlern mit schwer erklärlichen Erkrankungen von Muskeln und Knochen wird immer auch ganzheitlich auf den Darm geschaut. „Der Grund ist relativ einfach“, so Dr. Schek. „Bei einer gestörten Barriere der Darmwand können Bakterien und Nahrungsbestandteile in die Darmwand eindringen. Der Körper bringt dann die Immunabwehr in Stellung. Damit ist er so ausgelastet, dass er sich um die anderen Erkrankungen gar nicht mehr kümmern kann. So entstehen dann an anderer Stelle chronische Beschwerden, die auf den ersten Blick gar nichts mit dem Darm zu tun haben, deren Ursache aber dennoch dort liegt.“

Nach einer Untersuchung des Mikrobioms eines Patienten kann sehr genau diagnostiziert werden, wo Probleme bestehen. Auch präventiv kann viel bewegt werden. „Dabei brauchen wir allerdings auch die Hilfe des Patienten und sein eigenes ‚Bauchgefühl‘“, erläutert Schek. Denn wer sein eigenes Verhalten und seine Störungen

genau beobachtet, kann dem Arzt wertvolle Hinweise geben. Auf welche Lebensmittel reagiert der Darm besonders heftig? Wann, wie und wo äußern sich die Beschwerden? Wie ist die Verdauung? In der Regel geht es um präventive Verhaltensänderungen und die betreffen vor allen Dingen das Essverhalten. „Entscheidend ist, wie ich esse und was ich esse. Aber auch wann ich esse, denn Esspausen von vier bis sechs Stunden helfen dem Darm, die Nahrung gut zu verarbeiten“, erklärt Schek. „Verhaltensänderung kann aber auch heißen, Stress zu vermeiden, der uns im wahrsten Sinn des Wortes ‚auf den Magen schlägt‘. Oder das Schlafverhalten zu ändern, zum Beispiel auf ausreichenden und qualitativ guten Schlaf achten.“



Dr. Alberto Schek, Chefarzt Paracelsus Sportmedizin & Prävention.

Info

Termine zur Ernährungsberatung können im Zentrum für Sportmedizin & Prävention im wohninvest WESERSTADION durchgeführt werden. Nähere Infos dazu gibt es online unter: www.paracelsus-kliniken.de/sportmedizin-bremen/. Zudem hält der Instagram-Kanal (@paracelsus_sportmedizin) wertvolle Tipps zum Thema Sportmedizin und Prävention parat.

#100prozentleistung

SPORTMEDIZIN & PRÄVENTION

3-Tesla MRT direkt
im wohninvest WESERSTADION

Terminvereinbarung: 0421 33 11 56-0 oder pkd.de/sportmedizin-bremen



Termin vereinbaren



Training an sieben Tagen in der Woche

Marathon-Kanute Marcel Paufler unmittelbar vor der WM in Portugal / Seit Kindesalter dabei

Marcel Paufler holte vor einem Jahr den Europameistertitel mit der Mannschaft im Wildwasser. Dabei ist das Spezialgebiet des 27-Jährigen Bremers eigentlich der Kanumarathon. Wir trafen den Kanuten unmittelbar vor der Abreise zur Weltmeisterschaft in Portugal in seinem Verein Störtebeker Bremer Paddelsport. Im Gespräch erzählte der Verwaltungsfachangestellte davon, wie er praktisch mit der Muttermilch zum Kanuten wurde und dass er gerne noch einmal gemeinsam mit seinem Bruder um Titel fahren würde.

Wie sind Sie zum Kanusport gekommen?

Ich bin da praktisch reingeboren worden. Meine Eltern und meine Großeltern sind Kanuten, ich bin als Kind also einfach mitgekommen. Anfangs konnte ich noch gar kein Paddel halten, saß aber schon im Boot. Im Alter von sieben Jahren bin ich erstmals einen Wettkampf gefahren.

Hatten Sie gerade als Kind kein Interesse, mal etwas anderes auszuprobieren?

Doch, bis ich zwölf war, habe ich einiges ausprobiert. Vor allem Schwimmen, das ich auch noch einige Jahre länger betrieben habe, war mein Favorit. Aber ich bin immer wieder beim Kanufahren gelandet.

Wann haben Sie erstmals gemerkt, dass mehr geht als „nur“ Hobbysport?

Das war 2011 als ich erstmals zum Nationalteam eingeladen worden bin. Mit 16 Jahren war ich, noch als Jugendfahrer, einer der Jüngsten in der Juniorennationalmannschaft. Seitdem haben wir es geschafft uns im Kanumarathon jedes Jahr wieder für das Nationalteam zu qualifizieren. Im Wildwasser hat es nicht jedes Jahr geklappt, aber oft.

Wie kommt man zum Kanumarathon?

Auch das ist zum Teil bei mir familiär bedingt. Mein Vater und mein Onkel waren im Kanumarathon schon erfolgreich unterwegs und waren auf drei Weltmeisterschaften vertreten. Ein zweiter Grund ist, dass ich im Ausdauerbereich immer stärker als im Sprint war. Wir wurden von Anfang an eher auf Ausdauer trainiert und so kommt man

automatisch zum Kanumarathon – auch wenn diese Disziplin, da sie nicht olympisch ist, nicht jeder kennt. Aber das ist ja auch das Interessante am Kanusport.

Was meinen Sie genau?

Der Kanusport ist sehr vielfältig und bietet sehr viele Möglichkeiten. Sprint, Langstrecke, Wildwasser – eigentlich ist für jeden etwas dabei.

Wie kann man sich ein Kanumarathonrennen vorstellen?

Wie bei einem Marathonlauf oder bei einer Etappe der Tour de France. Man startet mit einem Vollsprint, zwischendurch gibt es taktische und technische Herausforderungen – man fährt Welle, was vergleichbar dem Windschattenfahren auf dem Rad ist – und am Ende muss man sehen, dass man taktisch ausgefuchst über die Distanz ins Ziel kommt. Man muss ab und zu einen Zwischensprint fahren, um sich abzusetzen oder versuchen, wieder an eine Gruppe heranzukommen und am Ende, wenn es darauf ankommt, auch noch Sprintheite zeigen – nach 30 Kilometern.



Marcel Pauffer mit seinem Bruder Sven, bei der Portage, im Rennen und am Start.

Sie sitzen aber nicht die ganze Zeit im Boot, sondern sind auch zu Fuß unterwegs. Das stimmt. Alle vier bis fünf Kilometer gibt es Portagen, entweder am Strand oder Steg, das heißt wir müssen das Boot verlassen und es ein Stück weit tragen, bevor es zurück ins Wasser geht.

Wie ist Bremen als Paddelrevier?

Für uns Kanuten sind Bremen und Umgebung super, da es hier viele verschiedene kleine und größere Gewässer gibt. Hier bei uns, vom Störtebeker Bremer Paddelsport aus, kann man auf der kleinen Wümme und Wümme von Ottersberg bis in die Lesum paddeln. Es gibt neben der Wümme die Hamme, die Weser und in der näheren Umgebung viele Flüsse, die man auch fast alle noch befahren darf. Bei uns ist vieles, anders als andernorts, noch möglich. Was es hier aber nicht gibt ist Wildwasser. Wenn man ein bisschen Action sucht, muss man schon ein bisschen fahren, Richtung Harz beispielsweise.

Wieviel trainieren Sie gerade im Hinblick auf die anstehende WM?

In der Regel bin ich in der Vorbereitung auf eine Meisterschaft zweimal täglich für bis zu eineinhalb Stunden auf dem Wasser. Wenn sich das arbeitstechnisch organisieren lässt, setze ich in der Mittagspause noch eine Laufeinheit. Hinzu kommen dann noch Athletik-Einheiten an den Geräten. Normalerweise, also nicht in direkter Wettkampfvorbereitung, trainiere ich eine Einheit am Tag, aufgeteilt in Wasser-, Athletik- und Kräfteinheiten.

Haben Sie bei einem Marathon-Rennen Zuschauer?

Ja, aber in Deutschland in der Regel weniger. Hier sind nur die olympischen Disziplinen interessant. In Dänemark, wo die Europameisterschaften stattfanden, hat der Kanumarathonwettbewerb einen anderen Stellenwert, da waren die Tribünen prall gefüllt und es war richtig was los. Eine tolle Erfahrung.

Sie sind Amateur, trainieren aber im Prinzip wie ein Profi. Dennoch haben Sie gegen die Vollprofis aus anderen Ländern nur wenig Chancen.

Es ist so, dass die Kanuten in einigen Ländern voll gefördert werden und praktisch von ihrem Sport leben können. Sicherlich haben sie dadurch einen gewissen Vorteil. In diesem Jahr war es so, dass sich eine Lücke zu eben diesen fünf, sechs besten Booten der Welt aufgetan hat. Wir geben aber unser Bestes, um diese Lücke so gut wie möglich zu schließen.

Hoffen Sie darauf, dass der Kanumarathon olympisch wird?

Ja, vor allem, da wir dann auch in den Genuss einer Förderung kommen würden. Es wäre natürlich schon spannend, wenn man sich einmal beispielsweise ein Jahr lang ausschließlich auf die Olympischen Spiele vorbereiten könnte, einfach um zu gucken, was möglich wäre, das würde mich schon reizen.

Was haben Sie für Ziele?

Für ganz konkrete Ziele fehlt die Planungssicherheit, aber ich würde gerne gemeinsam mit meinem Bruder, der jetzt gerade für zwei Jahre nicht einsatzfähig war, noch einmal bei einer großen Meisterschaft um den Titel mitfahren.

Dorothe, Elke und Heidi

Boccia, Sportabzeichen, ÜL-Assistentinnen – und Medaillen in Berlin



Heidi.



Dorothe.

Dorothe, Elke und Heidi sind begeisterte Boccia-Spielerinnen. Dazu haben die drei Frauen noch viel mehr gemeinsam: Sie stehen mitten im Berufs- und im Sportleben. Sie spielen Boccia beim ATS Buntentor in Kooperation mit der Lebenshilfe und sind mit ihrem Alter von 35 bis 64 Jahre ein super Team, sie walken, sind in verschiedenen Funktionen ehrenamtlich aktiv und haben außerdem noch eine ganze Reihe weiterer Hobbies und Freizeitbeschäftigungen. Aufgrund ihrer Behinderungen leben sie im betreuten Wohnen bzw. in einer Wohngruppe der Lebenshilfe.

Boccia ist eine Form des Boule-Spiels, das eher als Freizeit-Variante gilt. Die Boccia-Bahn hat eine Umrandung und einen perfekt ebenen Boden. Gespielt wird nach Special Olympics Regeln. Man muss vier größere Kugeln nah an der Zielkugel platzieren. Die Zielkugel heißt Pallino, beim ATS Buntentor Rose. Es gibt Punkte für die Kugeln, die näher am Pallino liegen als die Kugeln des anderen.

Wer jetzt denkt, dass Menschen ohne Behinderungen eh besser Boccia spielen können als Menschen mit Behinderungen, liegt voll falsch. Nötig sind ein gut ausbalancierter Körper, richtige Handhaltung, räumliches Vorstellungsvermögen, der richtige Schwung mit dem Arm, eine Por-

tion Taktik dazu, 30 bis 40 Minuten ein Spiel ausdauernd und konzentriert zu halten, dann klappt das.

Elke Rauschenberg und Heidi Wilkens kennen sich schon länger vom Boccia-Spielen. Vor ca. drei Jahren ist Dorothe Burhop dazugekommen. Jeden Freitag ist Training. Wer Zeit hat, ist außerdem mittwochs beim Walken dabei. Die drei planen, noch weitere Angebote des ATS Buntentor wahrzunehmen, die ihnen als Vereins-Mitgliedern offenstehen. Ihr Problem ist jedoch der Weg zu den Sportplätzen am Weg zum Krähenberg. Es wäre schön, wenn die Busverbindung, die es früher gab, wieder aufgenommen würde. In der Zwischenzeit gibt es für freitags einen Fahrdienst. Für ihre Trainerin Sabine Schmieder gilt „geht nicht – gibt's nicht!“. Sie stellt Anträge, organisiert, motiviert, ...

Heidi, Elke und Dorothe sind begeisterte Sportabzeichen-Anhängerinnen. Man kann es jedes Jahr wiederholen und sich dabei verbessern. Heidi und Dorothe haben es schon dreimal abgelegt, Elke bereits sieben oder acht Mal. Seit April nehmen die Drei an der Ausbildung zur Übungsleitungs-Assistentin teil. Es begann damit, dass Elke Menschen mit Behinderungen, die ihr Sportabzeichen machen wollten und den Weg nicht kannten, am Bahnhof oder

an der Straßenbahn abgeholt und zu Platz 11 zur Prüfung begleitet hat. Daraus wurde im Laufe der Zeit mehr, so dass es nahe lag, das Engagement in feste Bahnen zu bringen und die Ausbildung zu absolvieren.

Den ersten Teil der Ausbildung haben die drei Frauen im April abgeschlossen. Sie haben anhand von Arbeitsblättern und Übungen gelernt, wie man Lockerungsübungen macht, bei Problemen helfen kann oder Mutlose aufmuntert. Geduld ist wichtig, alles in Ruhe machen. Beim Thema Erste Hilfe ging es u. a. darum, wie man mit Verletzungen umgeht, was stabile Seitenlage ist.

Jede Woche unterstützen sie ihre Trainerin beim Walken und beim Boccia-Spielen. Sie achten darauf, dass beim Walken keine Person allein walkt, sie bauen die Hallen-Boccia-Bahnen in den Wintermonaten auf und ab. Jedes Mal ist eine andere für das Aufwärmprogramm zuständig, denn jede hat andere Ideen – das bringt Abwechslung. Besonders beliebt ist Dorothes Ganzkörpertraining vom Kopf bis zu den Füßen.

Beim Sportabzeichen helfen Heidi, Elke und Dorothe den Sportler*innen, sich auf dem Platz zu orientieren. Zu Beginn geben sie ihnen vor dem Büro den Laufzettel, bringen sie zu den verschiedenen Sport-

abzeichen-Stationen wie z. B. Seilspringen, Kugelstoßen, Schleuder- oder Medizinball und sorgen am Ende dafür, dass Sportler*innen und Laufzettel wieder im Büro landen, damit die Einzelprüfkarten ausgestellt werden können.

Anfangs gab es kurz eine gewisse Skepsis bei den Prüfenden, ob Menschen mit Behinderungen sich in dem Umfeld wohlfühlen würden. Einige waren sich nicht sicher, ob sie selbst genügend vorbereitet wären, die Bedarfe von Menschen mit Behinderungen angemessen berücksichtigen zu können. Die Praxis hat dann schnell alle Fragezeichen beseitigt. Heute begrüßen alle die Vielfalt. Menschen mit Behinderungen sind mittendrin. Oft sind sie Vorbild dafür, dass nicht immer nur Höchstleistungen zählen, sondern dass mitmachen, sich fit halten, Freude am Sport haben viel wichtiger sind. Das macht auch Menschen ohne Behinderungen Mut, sich am Sportabzeichen zu versuchen.

Frauenbeauftragte und Sprecherin der Athletinnen

Neben ihrem ehrenamtlichen Engagement im Sport sind alle drei Frauen auf weiteren Feldern aktiv, je nach ihren Vorlieben und Möglichkeiten: Elke und Heidi sind Frauenbeauftragte bei der Lebenshilfe. Sie geben gerne ihre Visitenkarte weiter, damit sich Frauen bei Bedarf an sie wenden können. Einmal monatlich ist Sitzung der Frauenbeauftragten der Lebenshilfe. Besonders interessant für sie ist das ein- bis zweimalige jährliche Bundestreffen aller Frauenbeauftragten der Lebenshilfe.

Heidi ist auch Athletensprecherin Special Olympics Bremen und Mitglied der „AG Boccia“ Special Olympics Deutschland zusammen mit ihrer Trainerin Sabine Schmieder.

Kreativität in Beruf und Hobby

Alle Drei genießen ein ausgefülltes Leben: Reiten, Schwimmen, Holzarbeiten, Marmelade kochen, Handarbeiten, malen, Tonarbeiten, arbeiten in einer Kita-Küche und mit den Kindern zusammen sein, Geschichten schreiben, Gymnastik, Weben, Saxophonspielen, Theater: Schauspieler*innen bei Blaumeier, arbeiten in der Weberei und



Elke.

Näherei, Produkte aus eigener Produktion verkaufen in der Unteren Rathaushalle – die Liste lässt sich weit fortsetzen. So viel Kreativität findet sich selten.

Auf nach Berlin!

Beim Interview Mitte Juni fieberten Elke, Heidi und Dorothe einer ganz besonderen Reise entgegen: Als Bremer Boccia-Team kämpften sie bei den Special Olympics Nationalen Spielen Berlin 2022 vom 19. bis 24. Juni um die Teilnahme bei den Special Olympics World Games Berlin (erstmalig in Deutschland!) im kommenden Jahr. Während die Paralympics Leistungssport-orientiert für Körperbehinderte stattfinden, kämpfen bei den Special Olympics Breitensport-orientierte Menschen mit geistigen Behinderungen um Plätze und Medaillen.

Zusammen mit 217 Athlet*innen und 17 UnifiedPartner*innen (so sagt man bei Special Olympics zu Nichtbehinderten) spielten Elke, Dorothe und Heidi in ihrem 17-köpfigen Team Boccia in der Rudolf-Harbig-Halle im Olympiapark in vier Disziplinen: Einzel, Doppel, Team (4 Personen) und Unified Doppel. Daneben gab es ein reichhaltiges Kulturprogramm mit Besichtigungen und Athlet*innen-Disko.

Mit den Ergebnissen ist das Bremer

Team voll zufrieden. Und vielleicht sind 2023 auch einige wenige dabei: Gut vorbereitet durch ihre Trainerin Sabine haben sie 6 × Gold (2 × im Team), 4 × Silber (1 × im Doppel), 3 × Bronze (Einzel und Doppel) sowie 3 × 4. Plätze gewonnen.

Im kommenden Jahr werden alle internationalen Delegationen schon vier Tage vorher in Deutschland erwartet. Bremen und Bremerhaven werden ca. 200 Delegationsmitglieder aus den USA beherbergen. Elke, Heidi und Dorothe wünschen sich hier eine gemeinsame Boccia-Trainings-einheit beim ATS Buntentor. Die Idee Special Olympics kommt somit nicht nur in Berlin an, sondern im ganzen Land. Inklusion kann selbstverständlicher werden.

Neben diesem leistungssportlichen Blick ins nächste Jahr wünschen sie sich, noch viel mehr zu lernen. Sie möchten einen Erste-Hilfe-Kurs beim ATS Buntentor absolvieren, um für alle Fälle gewappnet zu sein. Dorothe wünscht sich vor allem mehr Zeit zum Schauspieler*innen, gern auch mit Menschen ohne Behinderungen. Mit der Rolle „Bremen und Bremerhaven als Gastgeber 2023“ und eventuell ein Boccia-Event wäre für Dorothe, Heidi und Elke schon mal ein Zukunftswunsch erfüllt: viele Kontakte, viel Neues, viel Erleben. Und Englisch lernen.

TEXT: INGE VOIGT-KÖHLER

Die Mitglieder des Ausschusses Frauen und Gleichstellung berichten über Frauen, die in ihrem Sportverein ehrenamtlich aktiv sind, sei es im Vorstand, als Trainerin oder auf andere Weise. Frauen leisten oft unbemerkt von der Öffentlichkeit wichtige Arbeit für ihren Verein und damit auch für unsere Gesellschaft. Seltener als Männer erfahren sie dafür sichtbare Anerkennung. Dem wollen wir hier entgegenwirken. Sie kennen auch eine Frau, die für ihren Verein aktiv ist? Schicken Sie uns eine Mail, wir berichten gerne! (bildungswerk@lsb-bremen.de).



„Neue Wand, neuer Tanz“

Ausprobiert: Line Dancing beim Jamboree Line Dancer e. V.

Countrysongs, Cowboystiefel und die Vereinigten Staaten: Diese Bilder hatte ich bisher im Kopf, wenn von Line Dancing gesprochen wurde. Im Selbstversuch beim Jamboree Line Dancer Verein fand ich heraus, dass sich fast alle meine Vorurteile nicht bestätigt haben.

Als ich auf den Eingang des Jamboree Line Dancer Vereins zulaufe, fallen mir direkt die schwarzen Cowboyfiguren auf den Bannern der Hallenfenster auf. Sie stehen für die Vereinsmitglieder, wie ich später erfahre. Stolz erzählen mir Claudia Gerken, Vorsitzende und Maria Gräfe, stellvertretende Vorsitzende des Vereins, dass sie sich innerhalb von zwei Jahren von 12 Mitgliedern auf 24 verdoppelt haben. Auch durch die Coronapandemie hatten sie keine Vereinsaustritte. „Die meisten Menschen sehen Auftritte von uns und haben dann Lust mitzumachen“, verrät Gräfe mir. So ging es Claudia Gerken auch. Den Schritt zum Verein wagten Gerke und Gräfe 2020, als die vorige Übungsleiterin aufhörte. „Bis heute bereuen wir nicht einen Tag, den Verein gegründet zu haben“, sagt Gerken. In Bremen wurden sie somit der erste und einzige Line Dancing Verein.

Hals- und Beinbruch

Ich habe großen Respekt vor dem, was die beiden in so kurzer Zeit zusammen mit den anderen Mitgliedern auf die Beine gestellt haben und frage sie, wie sie mit der nächsten Herausforderung, den steigenden Energiepreisen, umgehen wollen. „Noch merken wir es nicht, aber über kurz oder lang müs-

sen wir heizen und uns Gedanken machen, wie wir das finanzieren. Natürlich haben wir unsere Beiträge und das große Glück, mittlerweile 24 Mitglieder zu haben. Dadurch kommt einiges rein.“ Gerken ergänzt noch, dass sie sehr hoffen, diese Beiträge trotz steigender Energiekosten halten und nicht erhöhen zu müssen.

Es ist kurz vor zwei. Nach und nach trudeln die anderen Kursteilnehmer:innen ein, begrüßen sich freundlich und setzen sich nacheinander, um sich das passende Schuhwerk anzuziehen. Bis zu diesem Zeitpunkt war ich noch recht zufrieden mit der Wahl meiner Sneaker, immerhin habe diese schon einige Tänze hinter sich, wenn auch nicht in klassischer Hinsicht. Ich mustere die Schuhe der anderen und bin mir nun nicht mehr so sicher. „Das sind Tanzsport Sneaker mit einer geteilten Sohle.“ Dies sei wichtig, damit der Fuß flexibel bleibt, erklärt mir Gräfe. Sie selbst habe sich schon eine Wadenzerrung geholt, als sie andere Schuhe trug. Na, dann mal Hals- und Beinbruch, wünsche ich mir selbst im Stillen. Es herrscht eine vertraute und freundliche Stimmung. Ich fühle mich willkommen. Trotzdem kann ich nicht leugnen, dass die Aufregung in mir steigt. Claudia versichert mir, dass fast alle Teilnehmenden mit zwei Tänzen aus der Stunde gehen. Es sei denn,

der Person fehle jegliches Taktgefühl, das könne sie den Menschen auch nicht beibringen. „Ich glaube ein bisschen Taktgefühl habe ich“, sage ich zu ihr, doch ich sage es auch, um mir selbst die Nervosität zu nehmen. Entgegen meiner Annahme, es würde nur zu Country Line Dance getanzt werden, lassen mich die anderen wissen, dass es zu allen möglichen Musikrichtungen und Rhythmen getanzt werden kann. So zum Beispiel auch zu Rock oder Pop.

Ab aufs Tanzparkett

Bevor wir uns „aufs Parkett schwingen“ will ich noch wissen, worin die größte Herausforderung beim Line Dancing liegt, und schaue mich nochmal in der Halle um: Von den Decken hängen Girlanden mit USA-Flaggen und auf den Fensterbänken neben der Eingangstür sind unter anderem Dekoelemente wie ein echter Reitsattel, Kakteen, große Steine und Cowboyhüte zu finden. Maria Gräfe erklärt es mir: „Es ist nicht nur ein Tanz, bei dem du dir verschiedene Schrittfolgen merken musst, sondern auch an verschiedenen Wänden tanzt. Das heißt, es kann ein Zwei-Wand-Tanz sein, aber auch ein Vier-Wand-Tanz. Sobald du eine Wand wechselst, wirst du dich fragen ‚wie ging der nochmal los?‘ Denn, neue Wand,



neuer Tanz.“ Während Gräfe erklärt, ploppen immer mehr Fragezeichen in meinem Kopf auf. An Wänden tanzen? Aber was genau sie meint, werde ich jetzt am eigenen Leib erfahren. Die Gruppe bewegt sich auf die Tanzfläche und stellt sich in drei Reihen jeweils neben- und hintereinander auf. Ich suche mir einen Platz in der Mitte, um genug von Claudia Gerkens Anweisungen zu sehen und gleichzeitig nicht so sehr aufzufallen, wenn mir Schrittfolgen nicht gelingen. Aber Pustekuchen, Gerken holt mich in die erste Reihe, „Anfänger müssen immer nach vorne“, erklärt sie mir. Jetzt stehe ich nicht nur ganz vorne, sondern auch direkt in der Mitte.

Heel, Touch, Shuffle vor

Wir starten mit dem Tanz Boot Scootin' Boogy. Ein Zwei-Wand-Tanz, perfekt für Anfängerinnen wie mich. Mit einer Engelsgeduld erklärt Claudia mit ruhiger und klarer Stimme die einzelnen Schritte der Choreografie: „Der Line Dancer zählt bis acht“, denn getanzt wird im Achtertakt. Der Anfang scheint einfach: Die Hacke oder besser gesagt den „Heel“ sollen wir nach vorne setzen und das abwechselnd mit beiden Beinen, viermal. Darauf folgt ein sogenannter Shuffle vor mit einem Brush, bei dem wir eine kickartige Bewegung nach vorne machen, also würden wir sanft einen Ball wegschießen. Claudia tanzt es vor, der Rest von uns folgt ihr. Danach laufen wir zwei Schritte rückwärts und heben anschließend

unser linkes Bein angewinkelt hoch. Diese Bewegung nennt sich Heel. Nachdem wir diese erste Choreo mehrmals durchgetanzt haben und ich sie zum Enden hin sogar fehlerfrei mittanzen kann, muss ich grinsen. Mir wurde nicht zu viel versprochen, es macht richtig Spaß. Ich bin angefixt, weiter zu tanzen und habe fast vergessen, wie aufgeregt ich anfangs war. Das ist das Schöne am Line Dance, sagt Claudia: „Ich brauche keinen Tanzpartner, ich kann allein für mich zu Hause lernen und trotzdem bin ich in einer Gruppe und habe Spaß, das macht es einfach aus.“ Wer glaubt, Line Dancing wäre keine anstrengende Sportart, täuscht sich – bereits nach dieser ersten einfachen Schrittfolge ist mir warm geworden und ich muss meinen Cardigan auf einem Sessel ablegen.

Eine Duschwanne Platz

Es geht weiter mit dem zweiten Tanz, dem „AB Working 9 to 5“. Bei dieser Schrittfolge zeigt uns Claudia unter anderem eine sogenannte Jazzbox. Dabei setzen wir den rechten Fuß vor den linken, gehen dann einen Schritt zurück und drehen uns anschließend ein Viertel zur rechten Wand. Wer jetzt schon nicht mehr mitkommt, kann sich vorstellen, wie es mir und meinen Füßen ging. Zwei Jazzboxen hintereinander und immer wieder beim ersten Schritt zu starten, sobald wir an einer neuen Wand stehen, erfordert höchste Konzentration. Sobald ich meinen Blick kurz abschweifen lasse, bin

ich raus. Zudem mache ich zu große Schritte, aber das sei ganz normal, versichert mir Claudia ermutigend. „Line Dancer brauchen nur eine Duschwanne Platz.“ Maria Gräfe tanzt neben mir und flüstert mir zwischendurch die Schritte zu, damit ich an einer neuen Wand nicht aus dem Takt gerate. Und sie hatten recht: Jedes Mal, wenn es wieder von vorne losgeht, stelle ich mir die Frage ‚wie ging der nochmal los?‘ Auch nach Jahren Tanzerfahrung kommt diese Frage selbst bei den beiden Vereinsvorsitzenden auf. Claudia Gerken beschreibt es so: „Die Füße sind mein Gehirn. Bei den Musikstücken wissen sie genau, was sie tanzen müssen, aber ich weiß noch lange nicht, was ich machen muss (lacht). Da geht die Musik an und dann läuft das.“ Ich hoffe innig, dass es bei mir irgendwann auch „einfach laufen wird.“ Zum Schluss wiederholen wir nochmal den Boot Scootin' Boogy, natürlich fällt mir der Anfang nicht ein. Doch sobald die Musik angeht, sind die Schritte plötzlich wieder da und fröhlich steppe ich mit den anderen von Wand zu Wand. (ZR)

NEUGIERIG GEWORDEN?

Wer auch Lust auf Line Dance hat, kann sich online unter www.jamboree-line-dancer.de über die Trainingszeiten informieren und sich per E-Mail an JamboreeHB@gmx.de zum Probetraining anmelden. Insgesamt stehen Interessierten drei Schnupperstunden zur Verfügung.

Ein bewegtes Jahr

Viel Bedarf, viele Einsätze, viel Suche nach Ehrenamtlichen – das SportMobil des Landessportbundes Bremen



Die SportMobil-Saison in Bremen neigt sich dem Ende zu und sie war in vielerlei Hinsicht besonders. Es war wieder viel möglich nach den Corona-Einschränkungen im letzten Jahr. Viel Bedarf, viele Einsätze, viel Suche nach Ehrenamtlichen und zu guter Letzt eine hauptberufliche Verstärkung im Team des Landessportbundes. Die Unterstützung war notwendig und hilfreich, denn durch die Aufnahme von Geflüchteten aus der Ukraine entstand zusätzlicher Bedarf nach einfachen Spiel- und Sportmöglichkeiten in alten und neuen Unterkünften.

Die Einsätze

Rund 100 Einsätze von April bis Oktober in Bremen und Bremerhaven – so wird die Statistik nach Ende der Outdoor-Saison ungefähr aussehen. Nicht ganz die Hälfte davon mit Hüpfburg, eine Handvoll mit dem Human Kicker, der ausschließlich mit doppelachsigen Anhänger transportiert werden kann. Der mobile Soccer Court fand mit dem Sportgarten einen motivierten Verein, der über mehrere Wochen selbstständig Einsätze in der Innenstadt und auf dem Gelände der Galopprennbahn initiierte. Auch nach der offiziellen Saison wird es in diesem Jahr aufgrund der hauptberuflichen Verstärkung bis zum Jahreswechsel weitergehen.

Hinter den Einsätzen stecken Anfragen und Absprachen, die Suche nach Übungsleitenden aus dem SpoMo-Team, Briefings, Instandhaltung und Verwaltungsarbeit. Auch für das SpoMo-Team sind die möglichen Aufgaben zwar abwechslungsreich aber auch herausfordernd und terminlich unregelmäßig. Ohne hauptberufliche Kraft können viele Einsätze schlichtweg nicht stattfinden. „Lohnt sich das?“ ist unter diesen Gesichtspunkten eine aufkommende Frage.

„Das Spomo ist eine verbindende und sehr dankbare Tätigkeit. Man wird eigentlich immer mit einem Lächeln belohnt. Das macht glücklich“, meint Kevin Schöninger (34). Er hat Anfang letzten Jah-

res begonnen, sich ehrenamtlich im SpoMo-Team einzubringen, fährt und betreut inzwischen einen Großteil der Einsätze in der Erstaufnahmeeinrichtung Bremen Vegesack, meist gemeinsam mit Fawaz Mohamad (53) vom Stützpunktverein SG Aumund-Vegesack. „Integration ist immer wechselseitig. Es ist schön bei den Einsätzen Schritte aufeinander zu zugehen“, sagt Schöninger.

Auch für das Programm „Integration durch Sport“ und das Land Bremen bietet das SportMobil einmalige Möglichkeiten. „Es ist wie ein Geräteraum auf Rädern“, meint Finn Gunnemann (26). Er ist der neue Mitarbeiter im Team „Integration durch Sport“ des Landessportbundes Bremen. Finn konnte über eine zeitlich begrenzte Sonderförderung des Bundesministeriums des Innern und für Heimat (BMI) angestellt werden, um dem Mehrbedarf an SportMobil-Einsätzen zu begegnen. „Bei Kids und Jugendlichen in so unterschiedlichen Lebenssituationen vor Ort zu sein ist schon etwas Besonderes. Ob jetzt in der Erstaufnahme, in Übergangswohnheimen oder bei Vereins-Events. Einigen Kindern sieht man schon an, dass sie eine ziemlich schwere Zeit haben. Es ist schön, da mal eine Abwechslung und Spaß zu bieten, wenn auch nur für ein paar Stunden. Umso schöner sind natürlich regelmäßige Einsätze, weil viele Kinder schon wissen, wann wir wiederkommen und etwas haben, worauf sie sich freuen können“, beschreibt er die Erlebnisse in den ersten zwei Monaten seiner Tätigkeit.

Das SportMobil des Programms „Integration durch Sport“ ermöglicht eine flexible und sportlich wirksame Präsenz des Programms auch fernab von Turnhallen oder Sportplätzen. Kinder und Jugendliche bekommen eine Möglichkeit, sich für Sport, Spiel und Bewegung zu begeistern. Netzwerkpartner bekommen greifbare Hilfe für integrative Events.

Wie in jedem Jahr wurden neben den stark gestiegenen Einsätzen in Übergangswohnheimen, Erstaufnahmeeinrichtungen und Notunterkünften auch diverse weitere sportlich-integrative Anlässe besucht: Das Familiensport- und Spielfest in Bremerha-



ven-Leherheide mit hunderten jungen Besuchenden, der Leher Pausenhof im Zentrum Bremerhavens, mehrere Familien-Sport-Aktionen mit den Gesundheitsfachkräften aus Huchting und Kattenturm, die Eröffnung und das Finale der Tenever-Liga mit dem FitPoint der diakonischen Kinder- und Jugendhilfe, eine Aktion zum Weltflüchtlingstag in Arsten mit weiteren Sozialorganisationen aus Bremen, die Sportabzeichen-Tour und der Lauf zur Venus des Landessportbundes, das 30-jährige Jubiläum von VAJA, der Kinderturntag des Bremer Turnverbands, das Fußballturnier der Gambian German Charity Organisation e.V. mit Unterstützung durch FC Union 60, der Bremer Integrationscup mit dem Bremer Fußballverband – außerdem Vereins-Events beim TuS Komet Arsten, der SG Findorff, dem TuS Huchting, dem ATSV Habenhausen, der SGBO, dem TV Bremen Walle, der SG Marßel, der SV Hemelingen, und dem VTT Farge-Rekum. Des Weiteren ist das SportMobil



auch bei Events der anderen beiden integrativen Projekte im Landessportbund unterwegs und unterstützt Aktionen des Projektes „Sport gegen Gewalt, Intoleranz und Rassismus“, wie zum Beispiel den Mädchentreff oder die „Fußball-WM“ oder in Huchting. Auch mit dem Projekt „Vielfalt im Sportverein“ werden diverse Einsätze wie beim Gesundheitstreffpunkt West oder in Übergangswohnheimen organisiert.

Für die Anschaffung des SportMobils wurden neben Mitteln des BMI auch Fördermittel der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport der Freien Hansestadt Bremen zur Verfügung gestellt.

Das Programm „Integration durch Sport“ und auch das SportMobil wird aus Mitteln des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat (BMI) und dem Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) unterstützt.



Wir schaffen Bremer Teamspirit.

Weil's um mehr als Geld geht.

Nachwuchstalente, Breitensport, Höchstleistungen auf internationalem Niveau – wir fördern zahlreiche Sporteinrichtungen der Stadt.

www.sparkasse-bremen.de

Stark. Fair. Hanseatisch.



Die Sparkasse
Bremen

Mitglieder gesucht

Neue Cheerleading-Abteilung beim TuS Huchting

Spaß, Motivation und Disziplin: Diese Dinge stehen beim Cheerleading im Vordergrund. So auch bald im Verein TuS Huchting. Gemeinsam mit dem Eternity Cheersgaud gründet der Verein eine neue Abteilung für die Sportart, die aus Turnen und Akrobatik besteht. Trainiert wird zukünftig zwei bis drei Mal wöchentlich. Dabei wird aus verschiedenen Stunts, Turnelementen und Tanzschritten ein zweieinhalbminütiges Programm zusammengestellt, mit dem das Team auf diversen Meisterschaften starten wird.

Wer Lust hat, die Sportarbeit auszuprobieren oder auf der Suche nach einem neuen Team ist, ist eingeladen, sich zum Probetraining anzumelden. Aktuell umfasst die Abteilung bereits 58 Mitglieder. Durch die Einführung einer Junior Gruppe (Mädchen und Jungen zwischen 11 und 15 Jahren) wird weiterer Zuwachs erwartet.

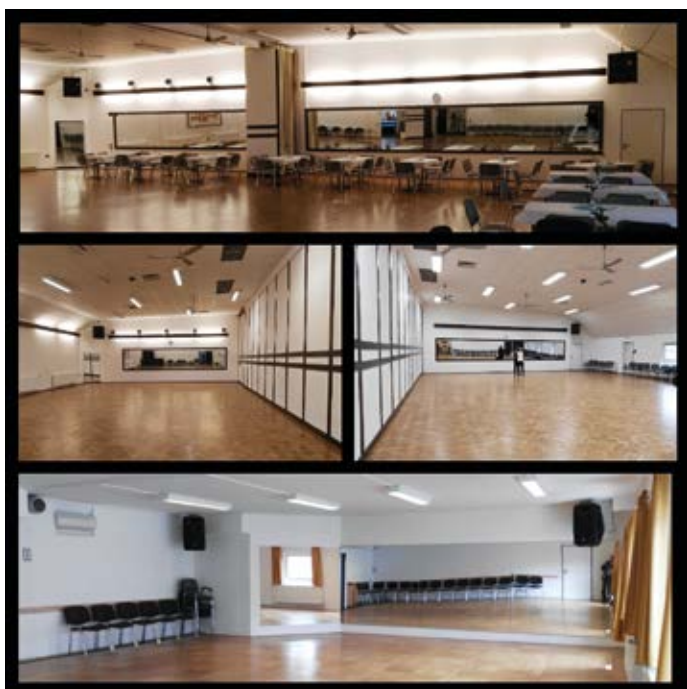


Mieter gesucht

TanzCentrum Gold und Silber: Veranstaltungsräume

Das TanzCentrum Gold und Silber Bremen stellt seine drei Säle Vereinen und Institutionen im Rahmen von dauerhaften Untervermietungen zu fairen Konditionen zur Nutzung für sportliche und andere Angebote zur Verfügung. Zu den Nutzern zählen der LSB Bremen, die Rheumaliga, der Gymnastics Club und einige weitere. Es stehen folgende Räume im TanzCentrum zur Verfügung: Saal 1 mit 18 x 10 Meter, Saal 2 mit 18 x 12 Meter und Saal 3 mit 8,5 x 11,5 Meter sowie die zugehörigen Sanitär und Umkleieräume und eine Küche mit Theke. Alle Säle verfügen über Schwingparkett, Musikanlage und Spiegelwände. Nach Öffnung der Trennwand zwischen Saal 1 und 2 ergibt sich ein Raum von 18 x 22 Meter, der auch für verschiedenste Veranstaltungen geeignet ist. Mit der vorhandenen Bestuhlung steht an den Tischen Platz für circa 200 Personen zur Verfügung. Auch Wochenendseminare oder Workshops sind möglich. Aktuell gibt es noch freie Zeiten, die der Verein gerne weiteren Interessenten anbieten möchte.

Nähere Infos erteilt der Vorstand telefonisch unter 0421/84 51 41 22.



Solidaritätsaktion

Rhythmische Sportgymnastik: TV Eiche Horn unterstützt ukrainische Sportlerinnen



Eine ungewöhnliche Solidaritätsaktion des TV Eiche Horn wurde im Sommer realisiert: In Herzlake sollte ein Sommercamp/ Trainingslager für Leistungssportlerinnen der Rhythmischen Sportgymnastik (RSG) aus verschiedenen ukrainischen Städten stattfinden. RSG ist in der Ukraine sehr populär. Das Camp war von der prominenten ukrainischen Sportgymnastin und früheren Olympiateilnehmerin Anna Rizatdinova organisiert worden. Unterstützung erhielt diese von einer RSG-Trainerin aus Berlin, die sich unter anderem um das nötige Equipment kümmerte. Da der TV Eiche Horn eine lange RSG-Tradition hat, wurde die RSG-Fachleiterin des Vereins, Carolyn Hadel, von den Organisatoren mit der Frage kontaktiert, ob der Verein einen RSG-Teppich für diesen guten Zweck ausleihen könne. Nach einigen Überlegungen fand sich dann sogar eine noch bessere Lösung: Die Turnabteilung des TV Eiche Horn hatte vor wenigen Jahren einen neuen RSG-Teppich gekauft, den vorherigen aber noch behalten und nur noch gelegentlich eingesetzt. Es wurde dann entschieden, diesen einschließlich des praktischen Transportwagens für die sechs Rollen dauerhaft abzugeben, so dass nicht nur ein einmaliges Sommercamp, sondern auch ähnliche Folgeveranstaltungen ermöglicht werden. Die Abholung wurde vom Empfänger zügig organisiert, so dass die Teppichfläche zur großen Freude der fast vierzig ukrainischen Gymnastinnen umgehend eingesetzt werden konnte. Der TV Eiche Horn freut sich, auf diese Weise mit dazu beitragen zu können, dass ukrainischen Sportlerinnen in dieser schwierigen Zeit die Möglichkeit geboten wird, in sicherer Umgebung mit ihrem Sport etwas Ablenkung zu finden.

Sportliches Unterhaltungsprogramm

Vergünstigter Eintritt ins GOP Varieté-Theater für Bremer Vereinsmitglieder



Dass sportliche Leistungen einen hohen Unterhaltungsfaktor haben, ist kein Geheimnis. Besonders die Artistik vermag ihr Publikum ins Staunen zu versetzen, so auch im GOP Varieté-Theater Bremen. Wenn sich in der Überseestadt der Vorhang öffnet, erlebt das Publikum eigens für das GOP kreierte Shows mit internationalen Künstlerinnen und Künstlern, die ihre Zuschauerinnen und Zuschauer stets in neue Welten entführen – mal träumerisch-poetisch, mal humorvoll, oder auch energiegeladen und dynamisch.

Mit einem exklusiven Angebot richtet sich das GOP nun konkret an Bremer Vereine. So erhalten Gruppen ab fünf Personen Showtickets zum exklusiven Vorteilspreis von 29 Euro pro Person. Das Angebot gilt bis zum 27. November für die Shows „Keine halben Sachen“ und „Funky Town“. In „Keine halben Sachen“ geht Moderator Marcel Kösling noch bis zum 30. Oktober aufs Ganze und präsentiert eine Mischung aus Zauberei, Comedy, Kabarett und Gesang. Unterstützt wird er dabei von einem Artistik-Ensemble, das allerlei ästhetische und zugleich waghalsige Darbietungen auf

der Bühne vereint. Ob Rollschuhakrobatik, Artistik in einer Luftkugel, am Schleuderbrett oder an den Strapatzen: Internationale Topakrobatinnen und -akrobaten zeigen dabei Höchstleistungen. Ab dem 3. November widmet sich das GOP Bremen dann in der Show „Funky Town“ dem Rhythmus unserer Zeit. Funk inspiriert Generationen, erreicht die Seele und prägt überall auf der Welt ein urbanes Lebensgefühl. „Funky Town“ lässt den besonderen Groove mit moderner Weltklasse-Akrobatik aufeinandertreffen. Die Herren, die durch dieses Live-Erlebnis führen, sind Beatbox-Jongleur Drop Bert sowie Breakdancer und Electric-Boogie-Tänzer Kai Eikermann. Die Zwei starteten ihre Karriere auf der Straße, und waren zuletzt mit dem Circus Roncalli auf Tour.

Interessierte können sich an die Veranstaltungsabteilung des Theaters wenden. Sonja Gatzka und ihr Team sind per E-Mail an veranstaltungsbremen@variete.de oder telefonisch unter 0421/89 89 89 20 erreichbar. Nähere Informationen zum Programm erhalten Interessierte online unter variete.de/bremen.

Ihr Vereinsausflug zum exklusiven Sonderpreis

Sparen Sie bis zu 20 Euro pro Showticket: Buchen Sie jetzt Ihren Vereinsausflug und erleben Sie unvergessliche gemeinsame Momente mit unseren Showhighlights „Keine halben Sachen“ und „Funky Town“!

Nur 29 Euro pro Person!

Ihre Ansprechpartnerin für Buchungen und Fragen zum Angebot:
Frau Sonja Gatzka | (04 21) 89 89 89 20 | s.gatzka@variete.de

Gültig ab fünf Personen an allen Showtagen bis zum 27. November 2022. Die Kombination mit weiteren GOP Vorteilen sowie die Anrechnung auf bereits gebuchte Tickets sind nicht möglich.



Radtraining

RSC Vegesack: Für Beginner und Wiedereinsteiger



Der RSC Vegesack trainiert drei Mal abends und am Wochenende. Mittwoch und Sonntag ist offenes Training, das heißt, auch Nichtmitglieder des Bremer Radclubs können mitfahren. Im April startete der RSCV mit „Build-me-up“ ein Einsteigertraining für alle,

die das Rennrad für sich neu entdeckt haben oder nach einer Pause wieder aktiv werden wollen. Für die Nordbremer war wichtig, die im Verein gelebte, lockere Stimmung beizubehalten. Die erste Kennenlernen-Tour war zur RTF Rund um Moor und Geest.

„Nicht ganz unüberrascht waren wir dann über die Größe der Truppe, die sich zum ersten Training nach der RTF am Treffpunkt in Schwanewede zusammenfand“, resümiert Marc Lekat, eine der beiden Initiatoren der Aktion. Der RSCV hat in jedem Jahr ab und zu zum Training eingeladen, zu dem zwischen fünf und zehn Rad-sportler kamen. Diesmal waren es aber mehr als 20. So ging es von da an fast jeden Mittwoch auf eine der vielen Trainingsrouten im Norden von Bremen. Begleitet wurden die Touren von mindestens zwei Clubmitgliedern, häufig auch von mehreren. Vor allem wird von den Nordbremerern bei der Wahl der Routen auf Abwechslung Wert gelegt und das auf möglichst autofreien oder zumindest verkehrsfreien Strecken. Dabei gab es geografisch bedingt zwar keine Berge zu bezwingen, aber bei Gegenwind konnte sowohl die richtige Position für den Windschatten getestet werden, wie auch Führungsqualitäten. Die alten Hasen gaben dabei nützliche Tipps. Wegen des positiven Feedbacks wird der RSC Vegesack das Einsteigertraining ab nächsten April erneut anbieten. Die Erfahrungen aus diesem Jahr wurden im Radclub selbstkritisch und offen bewertet. Ein Ergebnis hieraus ist, dass zwei Gruppen an den Start gehen.

Infos zum Einsteigertraining: <https://www.rscvegesack.de/einsteigertraining/>

„Lerne Radfahren mit uns!“

Rückblick auf die gleichnamige Aktion



Am Anfang der Sommerferien hat auf dem Parkplatz der Sportvereinigung Hemelingen das Projekt „Lerne Radfahren mit uns!“ stattgefunden. Das Projekt wurde gefördert über Mittel des BMI und BaMF und durch das Programm Integration durch Sport des LSB Bremen. Bei dieser Aktion durften Frauen mit Migrationshintergrund teilnehmen. Es kamen neun Frauen, um unter der Anleitung von Julia Möllmann (Übungsleiterin bei der SV Hemelingen) für täglich zwei Stunden Fahrradfahren zu lernen.

Manche hatten schon ein bisschen Erfahrung. Um eine bessere Balance zu finden, fuhren die Frauen die ersten zwei Tage mit den „Erwachsenen-Rollern“. Da der Wunsch Fahrradfahren zu lernen groß war, wurden die Roller schnell gegen die Fahrräder getauscht und so vergingen die zwei Wochen sehr schnell. Es wurde nicht nur die Praxis geübt, sondern auch die Theorie im Sporthaus gelernt.

Am letzten Tag unternahmen die Teilnehmerinnen mit Unterstützung von Brigitte Mücke (Radsportabteilung der Sportvereinigung Hemelingen) eine kleine Fahrradtour. Anschließend wurde gemeinsam im Sporthaus gefrühstückt. Alle Frauen waren sehr froh und glücklich, dass sie endlich das Fahrradfahren erlernt haben und können sehr stolz auf sich sein.

„Tuju-Stars“

ATSV Habenhausen: Sportlerinnen und Sportler räumen beim Landesentscheid gleich doppelt ab

Nach fast 2,5 Jahren sind die „Tuju-Stars“ endlich wieder ausgerichtet worden! Dabei handelt es sich um den Wettbewerb für jugendliche Showgruppen aus dem turnerischen Bereich. Begeisterte Jugendliche führen ihre kreativen Geschichten in einer mitreißenden Show vor, deren Gestaltung kaum Grenzen gesetzt sind.

Mit gleich zwei Showgruppen war der ATSV Habenhausen am Start und die kleinen Mi-Mädels eröffneten die „Tuju-Stars“ mit einer choreographisch sehr anspruchsvollen Darbietung als sehnsuchtsvolle Auswanderer. Nach dem gelungenen Auftakt bebte die Halle und der Applaus wollte gar nicht enden. Auf Startplatz 6 gingen die White Blues ins

Rennen. Sie erzählten in ihrem Tanz die Facetten von Amerika und auch sie erhielten tosenden Applaus am Ende ihrer Darbietung. Mit Spannung wurde die Siegerehrung erwartet. Dass der ATSV Habenhausen zumindest ein Treppchen mit einer Mannschaft erklimmen würde, hofften alle. Dass der ATSV Habenhausen jedoch zweimal abräumt und die Mi-Mädels mit Platz 1 und die White Blues auf Platz 2 und somit beide Mannschaften Tickets lösen für das große Bundesfinale in Forst bei Karlsruhe, damit hätte keiner gerechnet. „Ein sagenhafter Erfolg der Turnerinnen mit tollen Choreographien!“ freut sich der Vereinsvorsitzende Alexander Svoboda. „Eine bewundernswerte Leistung von Trainerinnen und Turnerinnen erst auf den Kreiseinzelmeisterschaften im Geräteturnen und nun auch noch mit dem Showprogramm.“





Zeitgerecht und zukunftsfähig

Tennisverein von 1927 mit neuer Tennishalle

Der Tennisverein von 1927 – Stadtwerder e.V. hat seine 1972 fertiggestellte Tennishalle in diesem Jahr grundsaniiert und pünktlich zum Beginn der Wintersaison fertiggestellt. Der 24 Jahre alte Hallenbelag und die aus der Mode geratene Wandfarbe wurden für etwa 45.000 Euro insgesamt ersetzt. Ermöglicht durch eine großzügige Spende eines Vereinsmitglieds und Fördergeldern des Sportamts spielen die Mitglieder zukünftig auf einem modernen Teppichbelag.

Dabei trug der alte Hallenbelag durchaus Tennisgeschichte in sich. 5:0 schlug das deutsche Davis-Cup-Team im Jahr 1998 darauf die Mannschaft aus Südafrika in der Stadthalle, eh der Belag dann in die Halle auf dem Stadtwerder wechselte. Zum deutschen Aufgebot gehörten damals Nicolas Kiefer, Tommy Haas, David Prinosil

und auch Boris Becker, der zusammen mit Prinosil im Doppel angetreten war. Aber auch dieser Umstand konnte dem Zahn der Zeit nicht Einhalt gebieten und so wurden die Fugen der Kunststoffbahnen mit der Zeit immer breiter – es war Zeit für einen Wechsel. Auch die Wandfarbe in blau und braun war nicht mehr zeitgemäß und so fasste der Vorstand den Beschluss, seine Tennishalle wieder zeitgerecht und zukunftsfähig herzurichten. Nach einiger Recherche stand der Entschluss, zukünftig auf Teppich zu spielen. „Ich war skeptisch, ob ein neuer Anstrich und ein neuer Bodenbelag unsere Halle angemessen aufwerten würde, aber das Ergebnis hat mich voll überzeugt. Die neue Wandfarbe mit dem farblich abgestimmten Bodenbelag lassen die Halle wie neu erscheinen“, freut sich der Vereinsvorsitzende Torben Schustereit.

Badminton ist bunt!

Aktionstag am 4. November



Unter dem Motto „Badminton ist bunt!“ veranstaltet die Sportgemeinschaft Bremen-Ost in Kooperation mit dem Bremer Behindertensportbund und Special Olympics Bremen einen Aktionstag zur Sportart Badminton. Jeder Mensch ist herzlich willkommen, ob klein oder groß, jung oder alt, mit oder ohne Behinderung.

Neben dem kostenlosen Ausprobieren der Sportart ist auch für ein spannendes Rahmenprogramm gesorgt. Mit Einbruch der Dunkelheit wird es die Möglichkeit geben Schwarzlicht-Badminton zu spielen. Dort wird das Motto des Tages noch einmal gelebt: Durch die Möglichkeit mit Neonfarben das eigene T-Shirt zu gestalten wird es nochmal richtig bunt. Als zusätzliches Highlight werden auch Spieler aus der 2. Bundesliga vor Ort sein, die ihr Können in einem Showmatch unter Beweis stellen werden.

Dieser Tag ist der Startpunkt für das erste inklusive Sportangebot bei der Sportgemeinschaft Bremen-Ost und der erste Schritt zu weiteren Sportangeboten im Bereich des Behinderten- und Inklusionsports. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Freitag, 04. November, Sporthalle Heisiusstraße 11, 17 bis 22 Uhr

Pünktlich zur Hallensaison

Tennishalle des TV Werder strahlt in neuem Glanz

30 Jahre wurde der alte Teppichboden gerne mit Füßen getreten, nun hat er ausgedient: Stolz präsentieren Jürgen Huntgeburth und Fred Walther pünktlich zum Beginn der Hallensaison den neuen Teppichboden. Dieser ist wesentlich gelenkschonender und drehfreudiger, besser gedämpft und daher etwas langsamer und kommt damit dem Spielgefühl auf einem Sandplatz etwas näher.

Neu sind auch alle Netze in der Halle. Die Gesamtinvestition lag bei knapp 100.000 Euro. Erfreulicherweise hat es einen Zuschuss vom Sportamt gegeben, wodurch dem Verein diese große Ausgabe ermöglicht wurde. Der Vorstand dankt den Mitgliedern des TV Werder, die mit großer Zustimmung dem Austausch des Teppichbodens zugestimmt haben. Der Vorstand freut sich auf viele Nutzer der Halle. Dank der über 500 Mitglieder ist die Nachfrage nach Hallenplätzen sehr groß. Einzelne freie Stunden können aber auch von Nichtmitgliedern gebucht werden. Die Buchung ist übers Internet problemlos möglich. Der Tennissport hat in den vergangenen Jahren wieder mehr Aufmerksamkeit bekommen. Die Mitgliederanzahl ist auch beim TV Werder gewachsen. Daher blickt der Vorstand zuversichtlich in die Zukunft.



Spielausschüsse entlasten

BFV richtet Kommission für Freizeit- und Breitensport ein



Der Vorstand des Bremer Fußball-Verbandes (BFV) hat die Einsetzung einer Kommission für den Freizeit- und Breitensport beschlossen. Die Kommission soll die Spielausschüsse des BFV im Bereich vom Freizeitsport wie Beachsoccer oder dem Walking Football entlasten und sie zugleich bei der Durchführung von Events in den Regionen unterstützen.

„Unsere Spielausschüsse sind mit der Organisation und Abwicklung des Spielbetriebs ausgelastet. Neue Themenfelder wie beispielsweise der Walking Football können daher dort nicht mit der erforderlichen Intensität bearbeitet werden. Hier soll die neue Kommission unterstützen und die Spielausschüsse so entlasten. Dies wird für mehr Qualität in der Arbeit des Verbandes sorgen“, sagt BFV-Vizepräsident Holger Franz, der von Präsidentsseite als Kontaktperson für die Kommission eingesetzt wurde. Mitglieder der neuen Kommission sind Ralf Lagerpusch (SC Weyhe), Heinrich Marschollek (TSV Farge-Rekum) und Michael Salamon (SG Aumund Vegesack). In naher Zukunft soll die Kommission noch um weitere Mitglieder, insbesondere aus den Regionen Bremerhaven und Bremen-Stadt, ergänzt werden.

Erfolgreiches Gespann

André und Timo Schröder verteidigen Titel im Bowling



Bei der diesjährigen Deutschen Meisterschaft der Aktiven in Unterföhring holten André und Timo Schröder erneut den Titel im Doppel. Mit einem Schnitt von 219 Pins nach der Vorrunde zogen die Beiden als Zweitplatzierte ins Halbfinale ein. Mit einem hochklassigen und souveränen 453:408 Sieg gegen Brandt & Grünheide aus Brandenburg erreichten Sie das Finale. Hier steigerten sich André und Timo noch einmal auf 245 Schnitt, und gewannen gegen das Berliner Doppel Fieck und Baade die Goldmedaille. Erstmals ist es einem Doppel gelungen, seinen Titel zu verteidigen.

Unterstützung gesucht

SG Marßel sucht neuen Vereins-Vorstand



Die Sportgemeinschaft Marßel Bremen e.V. sucht neue ehrenamtliche Vorstandsmitglieder für den Vorsitz, die Schriftführung und die Rechnungsführung. Die bisherigen ehrenamtlichen Stelleninhaber:innen haben aus beruflichen Gründen ihre Ämter niedergelegt und führen das jeweilige Amt nur noch für einen begrenzten Zeitraum kommissarisch aus.

Gesucht wird der/die 1. Vorsitzende

Der/die 1. Vorsitzende ist die Person, die den Verein intern und in der Öffentlichkeit repräsentiert. Sie koordiniert die Vorstandsarbeit und hält die Verantwortlichen aller Abteilungen zusammen. Sie ist zentrale Ansprechpartner*in für die Vereinsmitglieder. Ein positiver Umgang mit Menschen und Managerqualitäten sind deshalb zwei wichtige Fähigkeiten. Eine Vereinsführung, die menschlich und selbstbewusst den Verein vertritt, ist eine wichtige Grundlage, wenn es darum geht, den Verein innerhalb und außerhalb des Gemeinschaftslebens wirkungsvoll darzustellen.

Gesucht wird ein/e Rechnungsführer:in

Neben dem Vorsitz ist eine geordnete Rechnungsführung von großer Bedeutung. Deshalb sind Kenntnisse im Rechnungswesen eine wichtige Voraussetzung. Neben der zeitgemäßen Erfassung der Mitgliedsbeiträge, sind alle Zahlungsvorgänge des Vereins abzuwickeln.

Gesucht wird ein/e Schriftführer:in

Die Aufgabe umfasst die Protokollführung der Vorstandssitzungen sowie anderer Sitzungen des Vorstands sowie die verwaltungstechnische Korrespondenz mit den Mitgliedern, den Verbänden und Partnerunternehmen des Vereins.

Interessierte können sich telefonisch bei Werner Müller, Ehrenvorsitzender und Sprecher des Ehrenrats, melden unter 0421/636 02 20.

Ein rundum gelungenes Wochenende

ATS Buntentor und FC Huchting: Tage des Kinderfußballs und Fair-Play-Tage



An den Tagen des Kinderfußballs rollte der Ball bei den jüngsten Kickern in Bremen: G- und F-Mannschaften sowie deren Trainer und Eltern hatten am 17. und 18. September jede Menge Spaß und Freude bei den Kinderfußball-Festivals mit den neuen Kinderspielformen beim ATS Buntentor und FC Huchting. Parallel fanden die Fair-Play-Tage statt, wodurch eine ganz bestimmte Karte ihren Einsatz fand. Auch der DFB ließ sich dieses Spektakel nicht entgehen.

„Trotz des sehr wechselhaften Wetters waren alle Teams und Kids mit Begeisterung bei der Sache. Auch wenn es für uns anstrengend ist, so überwiegt das Strahlen der vielen Kids am Ende der Events. Aus meiner Sicht ein rundum gelungenes Wochenende“, resümiert Denis Lubrich die Tage des Kinderfußballs und Fair-Play-Tage. Interessierte Eltern, Trainerinnen und Trainer sowie Vereinsverantwortliche waren herzlich dazu eingeladen, vorbeizukommen, sich ein Überblick zu verschaffen und Fragen zu den neuen Spielformen zu stellen. Was war das Besondere an den Fair-Play-Tagen? Kinder zeigten ihren Eltern die Fair-Play-Karte. Grüne Karten mit der Aufschrift „Fair bleiben, liebe Eltern“ wurden am Wochenende bei den Tagen des Kinderfußballs und auch in den kommenden Wochen bei den Kinderfußball-Festivals im Bereich des Bremer Fußball-Verbandes verteilt.

Titel für Werder Bremen

Erfolg bei den Deutschen Prellball-Meisterschaften

Hinter den Prellballerinnen und Prellballern des SV Werder Bremen liegen sehr erfolgreiche Wochen: Nachdem pandemiebedingt in den letzten Jahren keine bundesweiten Wettbewerbe stattfinden konnten, wurden in Dassel (Weserbergland) die Deutschen Meisterschaften der Leistungsklasse der Damen bereits im Mai und die Deutsche Seniorenmeisterschaft der Herren im Juni ausgespielt. Eine dementsprechende Vorfreude war bei den drei Mannschaften, die für den SV Werder Bremen an den Start gingen, zu verspüren.

So reiste die Damenmannschaft des SV Werder Bremen als Dritter der Nordliga in der Besetzung Jasmin Bremer, Lena Büntemeyer, Janine Schröder, Kim Korte und Melanie Stöver mit dem Ziel, sich einen Platz unter den ersten Dreien zu sichern, an. Im Finale lautete der Gegner – wie bereits in der Vorrunde – TV Sottrum. Nach der Niederlage in der Vorrunde waren die Bremerinnen sehr entschlossen, nach der Goldmedaille zu greifen, nachdem in den vergangenen sieben Jahren Silber oder Bronze gewonnen wurde. Dieses packende Finalspiel entschieden sie dann auch mit 33:26 für sich, sicherten sich damit den Deutschen Meistertitel 2022 der Leistungsklasse und den bislang größten Erfolg einer Damen-Prellballmannschaft von Werder Bremen.

Die Herrenmannschaften Männer 40 (M40) und Männer 50 (M50) waren wie in der Vor-Corona-Zeit ähnlich erfolgreich. Pandemiebedingt fanden ihre Deutschen Seniorenmeisterschaften ohne die sonst übliche Norddeutsche Meisterschaft beim ausrichtenden Verein MTV Markoldendorf statt. Die Mannschaft Männer 50 trat mit Thomas Obst, Michael Höper, Dirk Strassburger und Carsten Gerken in der mit 16 Mannschaften stark besetzten Altersklasse 50 an. In der Vorrunde schlug sie den TSV Kirchdorf, den Rendsburger TSV, die TV Schwanenberg sowie den TB Essen-Haarzopf und behauptete sich dadurch souverän als Gruppenerster. Im darauffolgenden Kreuzspiel gegen den Rendsburger TSV

setzten sich die Werderaner wiederholt durch und sicherten sich dadurch den Einzug ins Halbfinale. Auch hier konnte die Mannschaft ihre Leistung wieder genau zum richtigen Zeitpunkt voll abrufen und schlug den Charlottenburger TSV knapp mit 30:29. Lediglich die Nachbarn, die SG Bremen Ost, konnte der M50 in einem rein bremischen Finale Paroli bieten und verwies die Werderaner doch deutlich mit sieben Bällen auf den zweiten Platz. Dies bedeutete die Deutsche Vizemeisterschaft 2022 für die M50.



„Hanseaten-Allstars“

Sieg beim ersten „FunVahren“



Der Club zur Vahr lud am Wochenende vom 16. bis zum 18. September zum ersten Elternhockeyturnier des Landes Bremen seit Beginn der Corona-Pandemie ein. Das Turnier über drei Tage wurde zu einem Gewinn für alle 14 teilnehmenden Elternmannschaften.

Die Hanseaten, die Elternmannschaft des HHC wurden durch Gastspieler des Rahlstedter Hockey- und Tennis-Clubs, den „Spontis“ unterstützt. Schon am Freitag zeigte sich nach dem 3:1 gegen die FunVahren 2, dass die „Allstars“ gut harmonierten. Nach Abschluss der Staffelspiele am Samstag, in denen es noch drei Siege, ein Unentschieden und eine Niederlage gab, fanden sie sich auf Rang 2 der Tabelle wieder. Im Halbfinale am Sonntag wartete der Erste der zweiten Staffel, die Kieler Rabeneltern auf die Hanseaten. Trotz eines deutlichen Mehrs an Torchancen wurde das Spiel erst durch die einzige verwandelte „Bremer Ecke“ von Johannes im Ausscheidungsschießen entschieden. Im Finale, das nach einem Gewitter erst verspätet angepfiffen werden konnte, wartete die erste Mannschaft der FunVahren auf die Hanseaten. In einem offenen Spiel erzielte Jörg vom HHC das goldene Tor zur Führung, die die Mannschaft bis zum Abpfiff verteidigen konnte.

Zahlreiche Erfolge

Judo Club Asahi bei der Veteranen-WM

Artur Vartanjan vom Judo Club Asahi hat bei der Veteranen-Weltmeisterschaft im polnischen Krakau die Bronze-Medaille in der M1 über 100 Kilogramm gewonnen. Nach einer Niederlage gegen den ehemaligen Weltklasse-Kämpfer Juhan Mettis aus Estland, den Artur durch Passivität verlor, gewann er in der Trostrunde nach kurzer Zeit gegen Terry Bixon aus Großbritannien mit einer Innensichel. Im Kampf um Platz 3 wartete mit Nodar Andguladze aus Georgien ein Gegner, der 40 Kilogramm mehr auf der Waage hatte. Artur zeigte hier absoluten Siegeswillen und gewann den Kampf in der Verlängerung über Strafen.



Training am Strand

Villa Vital: Judo auf Baltrum mit Franco Bartone

Jedes Jahr zieht es den saarländischen Landestrainer Franco Bartone mit seiner Familie an den Strand der Nordseeinsel Baltrum. In diesem Jahr haben es sich einige Villa Vital Judoka nicht nehmen lassen, Bartone nicht nur zu besuchen, sondern auch gemeinsam mit ihm am Strand zu trainieren.

Gestartet wurde schon früh morgens in Bremen. Um 11 Uhr erreichte das Team die Insel. Nach einer kurzen Erholungs- und Frühstückspause startete dann am Strand das Training. Franco Bartone gestaltete das Training sehr abwechslungsreich und zeigte auch seine Spezialtechnik, die an dieser Stelle natürlich nicht verraten wird. Die Trainingseinheit am Strand sorgte bei den Inselanern und Touristen für Aufsehen, viele blieben stehen und guckten zu, einige machten sogar mit. Nach dem Training blieb noch ausreichend Zeit für ausgiebiges Schwimmen in der Nordsee, bevor dann am frühen Abend der Rückweg aufs Festland mit dem Schiff angetreten wurde.



Ausdauer in Irland bewiesen

Turaner Klaus Kuhm beim „Dingle Marathon“

385 Sportlerinnen und Sportler aus verschiedenen Ländern nahmen am „Dingle Marathon“ in Irland teil, darunter das Mitglied des Gesundheitsstudios von Tura Bremen, Klaus Kuhm. Zum ersten Mal vertrat er den Verein aus dem Bremer Westen in Irland.

Bei dem Lauf über die Insel Dingle mussten 26,2 Miles beziehungsweise 42,37 Kilometer mit Steigungen bis zu 450 Meter bewältigt werden, bei Gewitter und Sonne und mit spektakulären Aussichten an der Küste. Nach 3:57,42 Stunden erreichte Kuhm das Ziel: Platz 9 unter den 28 Teilnehmern seiner Altersgruppe (+55) und Platz 115 im Gesamtklassement. Als Erste gratulierte seine Frau, Monica Kotte, langjährige Tura-Taekwondo-Sportlerin, die Klaus Kuhm zu dem Wettkampf begleitete und unterstützte. Das intensive Studiotraining im Tura-Vereinszentrum am Bert-Trautmann-Platz, in Verbindung mit seiner mentalen Stärke, schaffte die Voraussetzungen für das hervorragende Abschneiden des Sportlers.



Esprit nimmt Kurs auf Island

Großes Gemeinschaftsprojekt für 2023 nimmt Form an / Ehrenamtliche gesucht

Nach Island geht 2023 die Reise hoch in den Norden, wo die Tage lang, die Temperaturen eher frisch und die Buchten einsam sind. In den bald 28 Jahren ihrer Geschichte hat die Esprit als hochseetaugliche Yacht schon viele Häfen gesehen. Reykjavik, Arnarstapi, Olafsvik und Stykkisholmmur waren bislang nicht dabei. Doch für die nächste Saison arbeitet der Schiffsrat zusammen mit vielen Freiwilligen an diesem ehrgeizigen Ziel – mit langen Hochseestrecken und spektakulären Küsten.

Start ist am 27. Juli 2023 in Bergen an der norwegischen Küste. Der erste Fahrabschnitt ist auch gleich der längste, er geht von dort nach Reykjavik und dauert 15 Tage. Es folgen zwei achttägige Küstentörns mit Reykjavik als Start- und Zielhafen. Für die Rückreise ist ein Crewwechsel auf den Faröer Inseln und ein weiterer in Edinburgh geplant. Die Reise endet dann am 24. September in Bremerhaven, wo die Esprit mit einem Fest empfangen wird. Die Reise ist schnell zu einem Gemeinschaftsprojekt geworden. Fast 50 Personen zeigten Interesse, damit sollten alle Etappen besetzt werden können. Eine Arbeitsgemeinschaft beschäftigt sich mit der Preisgestaltung. Wer Lust hat, sich im Verein zu engagieren und an den Vorbereitungen für die Reise oder das Willkommens-Fest zu beteiligen, kann sich unter kontakt@jugendkutterwerk.de melden.



Für Kinder und Senioren

Neue Bewegungs- und Tanzangebote bei impuls e. V.



Gleich zwei neue Projekte bereichern bei impuls e. V. den Kursalltag. Zum einen ist im September das Projekt „Bewegung und Begegnung“ im Rahmen von „stark im Sozialraum“, gefördert durch die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport gestartet.

Mit „Stark im Sozialraum“ freut sich impuls gemeinsam mit Schüler:innen nach den Einschränkungen der Coronapandemie die Lust nach Bewegung und Rhythmik wiederzuentdecken. Das gemeinsame Miteinander sowie der Austausch untereinander sind ein weiterer wichtiger Baustein. So gibt es neben den wöchentlichen, regelmäßigen Tanzangeboten außerdem ab Oktober Familienangebote für alle Altersklassen. Hier sollen neben den Kindern selbst deren Eltern und auch Großeltern mit eingebunden werden in einem Mix aus Bewegung, Spiel und Tanz. Dazu kommt ab dem 27. Oktober das Projekt „Miteinander durch Tanz das Leben bereichern und genießen“. Es richtet sich an alle Senior:innen, die den Wunsch haben, mehr Gemeinsamkeit durch Tanz zu erleben. Ein bis zwei Mal im Monat können Menschen über 60 Jahre ganz zwanglos miteinander tanzen. Dabei ist es gleich, ob jemand den Rolli in der Ecke stehen lässt und für sich tanzt oder man sich eine Partnerin oder einen Partner schnappt und zu zweit tanzt.

Weitere Infos auf www.impuls-bremen.de

Über den Wolken

Über den Luftsportclub Niederweser

Die Segelfluggruppe des Luftsportclub Niederweser e. V. (LSCN), in der Nachkriegszeit von Bremer Luftsportenthusiasten gegründet, begann Ende der 60er Jahre auf einer zum Flugplatz umfunktionierten Wiese in Hüttenbusch mit der Motorsegler-Fliegerei.

Damals wie heute identifiziert sich der LSCN als Bremer Verein. Motorsegler wurden ursprünglich als eigenstartfähige Segelflugzeuge konzipiert. Im Verlauf der letzten Jahrzehnte hat sich diese „Klasse“ zu komfortablen Kleinflugzeugen entwickelt, die der eigentlichen Motorfliegerei in nichts nachstehen.

Durch kleine und dennoch leistungsfähige Motoren und einer großen Spannweite werden die Vorteile der Motorfliegerei und die Sicherheit von Motorseglern in sich vereint. Zudem besteht die Möglichkeit sowohl Motorflug als auch Segelflug mit demselben Flugzeug durchzuführen. Die LSCN-Reiseziele wie zum Beispiel Marokko oder das Nordkap beweisen die Reise-Tauglichkeit der Motorsegler. Ausschlaggebend für die moderaten Betriebskosten der LSCN-Flugzeuge sind kleinvolumige, geräuscharme und damit sehr umweltfreundliche Motoren mit geringen Verbrauchswerten. Auch die spezielle Vereinsstruktur sorgt dafür, dass kein großes Einkommen erforderlich ist, um im LSCN die Fliegerei als Hobby zu betreiben. So werden zum Beispiel viele Arbeiten der Pflege und Instandhaltung an Infrastruktur und Flugzeugen durch Eigenleistung erbracht.



Extremhindernislauf

Crow Mountain Survival trotz Regen erfolgreich

Die Wetter-Apps vermeldeten Böses: Starkregen und Gewitter sollten die Austragung des Extrem-Hindernislaufes Crow Mountain Survival (CMS) auf der Sportanlage des ATS Buntentor und dem Stadwerder Mitte September gefährden. Rund 100 Freiwillige hatten der Verein und die Agentur bremen RAcing (Brückenlauf, Halloween-Run, Silvesterlauf etc.) mobilisieren können, um den 300 vorangemeldeten Starter:innen ein attraktives Wettkampfangebot zu machen. Entsprechend groß war die Sorge um eine drohende kurzfristige Absage. Zum Glück verspätete sich das Unwetter und fast alle Teilnehmenden im Kinderlauf und den Distanzen von 2,5, 5, 10 und 15 Kilometer waren im Ziel, ehe der Himmel doch noch die Schleusen öffnete und Aktive und Helfende bis auf die Haut durchnässte. Auf der Strecke wurde den OCR-Sportler:innen dabei ohnehin schon alles abverlangt: Klettern, Hangeln, Kriechen, Laufen auf Wiese, Sand und Stein sowie Schwimmen in voller Sportbekleidung mussten geleistet werden. Dazu Tragen von Sandsäcken, Rollen von Autoreifen und Ziehen von Lastschlitten.



Ein voller Erfolg

Rückblick auf den OT Bremen RUN

Am 11. September fand bei bestem Wetter der erste OT Bremen RUN auf und um die BSA Schevemoor statt. Als erstes starteten die Kids über 1000 Meter. Insgesamt gingen sechs Kinder an den Start. Sieger wurde Jannis Ebeling vom TV Eiche Horn in 3:48 Minuten, gefolgt von den zeitgleichen Lotta Schiemann (Bremer Hockey Club) und Luca Ebeling (TV Eiche Horn) in jeweils 3:55 Minuten.

Bei den Fünf- und Zehn-Kilometer-Distanzen gingen insgesamt 33 Läuferinnen und Läufer an den Start. Über Fünf Kilometer bei den Frauen siegte Angelika Hartwig vom Triathlon Club Bremen in 27:07 Minuten. Zweitplatzierte wurde Christina Wickboldt in 27:46 Minuten und Drittplatzierte Natalia Jmukhadze in genau 30 Minuten. Das Siegereckchen bei den Herren über fünf Kilometer wurde dominiert vom ausrichtenden Verein. Gewonnen hat Marvin Krüger vom OT Bremen. Die nachfolgenden Plätze gingen an Sascha Kroll und Mirko Eggers.



Ziel erreicht!

Erfolgreiche Triathlon-Saison für Bremer Teams

Nach einer langen Saison ging am 11. September die Triathlon-Oberliga Niedersachsen/Bremen zu Ende – und es war eine sehr Erfolgreiche für die Bremer Teams.

Die Mannschaften vom Triathlon Club Bremen haben sich zu Anfang des Jahres zusammengefunden und das gemeinsame Ziel „Podium“ formuliert. Nach abwechslungsreichen Wettkämpfen in Hannover, Stuhr, Wilhelmshaven, Helmstedt und Bokeloh kann man klar sagen: Ziel erreicht! Mit drei zweiten und zwei ersten Plätzen erreicht die Damenmannschaft vom Triathlon Club Bremen den ersten Platz in der Gesamtwertung der Triathlon Oberliga 2022 und darf sich über den Aufstieg in die Regionalliga Nord freuen. Knapp dahinter belegt das zweite Bremer Team, die Triathlöninnen Bremen, den zweiten Platz der Gesamtwertung. Auch die Herrenmannschaft des Triathlon Club Bremen hat mit dem dritten Platz beim Wettkampf in Helmstedt ihr selbstgestecktes Ziel erreicht. In der Gesamtwertung reichte es zu Platz vier.



Vereins- und Verbandsberichte im BREMER SPORT

Gerne veröffentlichen wir in unserem Magazin Meldungen und Neuigkeiten aus den Bremer und Bremerhavener Sportvereinen und -verbänden. Das können zum Beispiel besondere sportliche Leistungen, Ehrungen, Jubiläums-Veranstaltungen oder die Einweihung einer neuen Sportstätte sein. Schicken Sie Ihre Texte bitte per E-Mail mit einem entsprechenden, druckfähigen Bild an pr@lsb-bremen.de.

Die Winter-Ausgabe des BREMER SPORT ist für Mitte Dezember 2022 geplant. Bitte beachten Sie: Wir versuchen, möglichst viele Artikel im Magazin zu berücksichtigen. Einen Anspruch auf Veröffentlichung gibt es allerdings nicht.



ARAG. Auf ins Leben.



Sicher im Spiel – mit der Nichtmitglieder- Versicherung

Neue Mitglieder bringen Ihren Verein nach vorn. Begeistern Sie potenzielle Verstärkung für Ihre Aktivitäten. Ob Übungsstunden auf Probe, Kursangebote oder Lauftreffs: Unsere speziell entwickelte Zusatzversicherung schützt sämtliche Nichtmitglieder, die aktiv an Ihren Sportveranstaltungen teilnehmen. Genauso wie Ihre Vereinsmitglieder. Mit Haftpflicht, Unfall- und Rechtsschutz. Und das sogar auf dem Rückweg. Willkommen im Team!

Mehr Infos unter www.ARAG-Sport.de





Hier
geht's zur
Kursvielfalt:



Der AOK- Gesundheitsgutschein

Zwei kostenfreie Kurse für AOK-Versicherte
pro Jahr – bei Partnern in Ihrer Nähe

- Yoga, Outdoor-Fitness, gesunde Ernährung u. v. m.
- Mehr als 470 Kurse zur Auswahl
- Einfach Gutschein anfordern und los geht's!

Alle Infos unter aok.de/bremen

AOK Bremen/Bremerhaven
Die Gesundheitskasse.

