

WIR IM Sport

08.2016

MAGAZIN DES
LANDESSPORTBUNDES NRW
ENTGELT BEZAHLT
K 6400
1,90 EURO
WWW.LSB.NRW

SPITZENSport

Weichenstellung für eine
umfassende Reform

FELIX-AWARD

Die Besten im Westen

SPORTPLATZ
ALLTAG

SPORT BEWEGT NRW!

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



DAS HABE ICH BEIM SPORT GELERNT

TEAMGEIST

DURCHSETZUNGSKRAFT



RESPEKT

Wer Sport macht, lernt – sein Leben lang!

Denn Sport fördert die persönliche Entwicklung. Davon profitieren in NRW jährlich rund 1,5 Millionen Kinder und Jugendliche sowie 3,5 Millionen Erwachsene. Dies macht unsere 19.000 Sportvereine zu den beliebtesten Bildungsstätten im Land.

www.beim-sport-gelernt.de

In Kooperation mit

WEST LOTTO

**LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN**



SPORTPLATZ ALLTAG BEWEGUNG „TO GO“

Kniebeugen beim Zähne putzen, mal die Treppe nehmen statt den Aufzug. Es gibt unzählige Möglichkeiten, sich körperlich zu betätigen. Unser Titelthema „Sportplatz Alltag“ beleuchtet, wie es gelingen kann, dem Bewegungsmangel auch ohne feste Trainingszeiten zu entkommen – und das ganz entspannt. Ein normaler Büroangestellter ist heutzutage gerade einmal 1.000 Meter täglich zu Fuß unterwegs, vom Kopierer zum Schreibtisch und vom Office zum Auto – das ist schon erschreckend. Dabei empfiehlt die WHO das Siebenfache. Lesen Sie, wie es anders gehen kann. (*siehe Seite 10* ►)

WEICHENSTELLUNG IN MAGDEBURG REFORM ALS AUFBRUCH

Anfang Dezember hat die Mitgliederversammlung des Deutschen Olympischen Sportbundes in Magdeburg mit überwältigender Mehrheit einer umfassenden Reform der Spitzensport-Strukturen zugestimmt. In den kommenden zwei Jahren soll ein umfangreiches Maßnahmenpaket dafür sorgen, dass der bundesdeutsche Sport im internationalen Vergleich nicht ins Mittelmaß abrutscht. Auch in NRW wird sich einiges ändern. Über die Gundpfeiler der Spitzensportreform berichten wir. (*siehe Seite 20* ►)



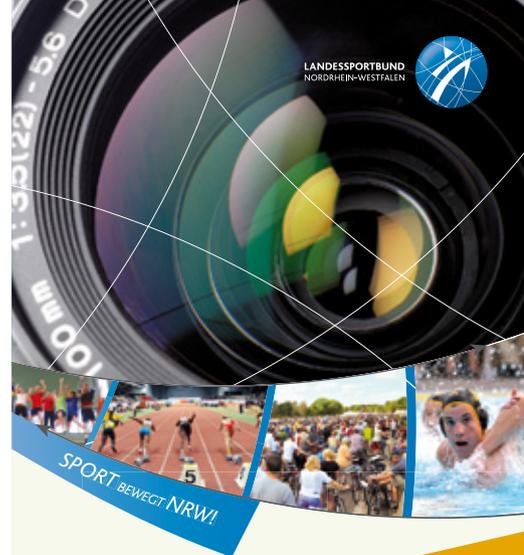
Foto: DPA

ES TUT SICH WAS... KAMPAGNE, KONGRESS, ENTSPANNUNG

Der LSB kommuniziert offensiv die nahe Verwandtschaft zwischen Sport und Bildung. Für die Kampagne „Beim Sport gelernt“ konnte sogar unsere Ministerpräsidentin Hannelore Kraft gewonnen werden (*siehe Seite 2*), der Bildungskongress in Düsseldorf (*siehe Seite 35* ►) brachte über 1.100 Menschen auf die Beine. Last but not least plädiert unser Autor Matthias Kohl in der Rubrik „Zur Sache“ (*siehe Seite 39* ►) für einen entspannten Umgang mit dem Thema „Sport und Bildung“ – jenseits aller aktuellen Debatten.



Foto: LSB



Gleich heute noch
anmelden unter
www.lsb-nrw.de/bilddatenbank

Sportlich up-to-date

Bilddatenbank
des Landessportbundes
Nordrhein-Westfalen e.V.

Schnell, aktuell und professionell.

- Ständig aktualisierte Fotos für die Mediengestaltung.
- Regelmäßige Darstellung der Aktivitäten/Veranstaltungen des Landessportbundes NRW für Politik, Wirtschaftspartner, Medien und die interessierte Öffentlichkeit.
- Präsentation der NRW-Topsportler/-innen und herausragender NRW-Nachwuchsathleten/-innen.
- Kosten- und lizenzfreie Bereitstellung von sportbezogenen Fotografien.
- Professionelle Darstellung der Sportvereine in der Öffentlichkeit.



Den Alltag als Sportplatz begreifen.
Wie das geht, zeigt unsere Titelstory
TITEL ► SEITE 10

TITEL

10 **SPORTPLATZ ALLTAG:**
Bewegung „to go“

IM GESPRÄCH

22 **MIT DER WESTLOTTO-GESCHÄFTSFÜHRUNG:**
„Jeder Athlet profitiert“

THEMEN/REPORTAGEN/BERICHTE

16 **SPORTGALA:**
10-jähriges Jubiläum in Dortmund

20 **SPITZENSport FÖRDERN IN NRW:**
Notwendige Spitzensportreform zu mehr
Erfolg im globalen Wettbewerb

25 **SPORTMEDIZIN:**
Core-Training - die Mitte stärken

26 **AUFTAKT INITIATIVE:**
#DEMOKRATIEundRESPEKT

28 **TALK IM WAHLKREIS:**
Sport und Politik im Gespräch

35 **BILDUNGSKONGRESS:**
Die Großveranstaltung traf den Nerv der Zeit

38 **JUGENDTAG:**
30 Stipendiaten erhalten finanzielle
Rückendeckung



Verleihung der FELIX-Awards:
Ein Höhepunkt des NRW-Sportjahres 2016
REPORTAGE ► SEITE 16



Das Core-Training: Besondere Übungen für Rumpfkraft und -stabilität
SPORTMEDIZIN ► SEITE 25



In der Sportpraxis und im -management wichtig: Mit Konflikten umgehen lernen
SPORTMANAGEMENT ► SEITE 32



Die Zeit ist reif für eine umfassende Reform des Spitzensports
HINTERGRUND ► SEITE 20

TOPTALENT DES MONATS

24 **BOXEN:** Michelle Hatari

ZUR SACHE

39 **SPORT & BILDUNG:**
Für einen entspannten Umgang

INTERNETREPORT

29 **VORGESTELLT:** OnlinePortal Leistungssport

7 **KURZ NOTIERT**

39 **IMPRESSUM**

SPORTMANAGEMENT

30 **NEUES QUALIFIZIERUNGSPORTAL:**
Einfach, intuitiv, eingängig

32 **KONFLIKTMANAGEMENT:**
Präventive Maßnahmen verhindern Konflikte im Sport

DAS MAGAZIN ALS APP:



UNSERE WIRTSCHAFTSPARTNER



Das Auto für den Sport!

Hier können alle mitspielen!

Viele Fabrikate inklusive M+S bzw. Ganzjahresreifen lieferbar!

Mercedes-Benz GLA 220d 4MATIC (177 PS)
inkl. Navi und Winterkomplettreifen
aktuell nur
€ 399,-
monatlich!



Das Auto für die ganze Sportfamilie! Ob Sportler, Trainer, Betreuer oder Mitarbeiter in einem Sportverein, auch Vereinsmitglieder können von den vielen Angeboten im Rahmen des Car-Sponsoring-Konzepts unseres Partners ASS profitieren!

Bereits in der monatlichen Komplettrente enthalten:

- Steuern und Versicherung (Haftpflicht; Teil- und Vollkasko)
- Überführungs- und Zulassungskosten
- Jährliche Freilaufleistung von 10.000 – 30.000 km (modellabhängig)
- Optional inkl. Ganzjahres- oder Winterreifen (modellabhängig)

Weitere Vorteile:

- Keine Anzahlung
- Keine Schlussrate
- Laufzeit: 1 Jahr plus Verlängerungsoption
- Jährliche Option auf einen Neuwagen

Alle derzeitig erhältlichen Modelle sowie weitere Informationen finden Sie unter www.mobile-sportler.de

Hinweis: Grundsätzlich sind Modelle der Fabrikate Volkswagen, Mercedes-Benz, Opel, Ford, Peugeot, CITROËN, Renault sowie MINI verfügbar. Beachten Sie hierbei die teilweise leicht abweichenden Nutzergruppen (modellabhängig).



SPURT GmbH • Der Reise- und Wirtschaftspartner des Landessportbundes NRW
Friedrich-Alfred-Straße 25, 47055 Duisburg, Telefon: 0203 7381-800, E-Mail: kontakt@spurtwelt.de

SPURT GMBH
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



BESTANDSERHEBUNG 2017

Ab sofort können die Vereine ihre Bestandserhebung wieder online an den Landessportbund NRW melden. Die Erfassung der Daten ist **bis zum 28. Februar 2017** möglich. Hilfestellung gibt ein Video zur Registrierung (nur erstmalig erforderlich) unter → go.lsb-nrw.de/wis1643 und ein Video zur Dateneingabe unter → go.lsb-nrw.de/wis1644

Tipp: Insbesondere für größere bzw. Mehrspartenvereine ist der Einsatz einer Vereinsverwaltungssoftware von Vorteil. Die Daten können dann über eine Schnittstelle einfach importiert

werden. Welche Vereinssoftware über die passende Schnittstelle verfügt sowie alle weiteren Infos rund um das Thema „Bestandserhebung“ finden Sie auf unserer Webseite.

HIER GEHT'S DIREKT ZUR ONLINE-BESTANDSERHEBUNG:

→ www.lsb-nrw-service.de/bsd

ALLE INFORMATIONEN UND VIDEOS ZUR BESTANDSERHEBUNG 2017:

→ go.lsb-nrw.de/wis1645

SPORTBILDUNGSWERK

STEFAN KLETT NEUER PRÄSIDENT

Der Vizepräsident Finanzen beim Landessportbund NRW, Stefan Klett, ist am 19. November 2016 auf der Mitgliederversammlung in Geldern (Kreis Kleve) einstimmig zum neuen **Präsidenten des »SportBildungswerks (SBW)«** gewählt worden. Wolfgang Reinert (Kreissportbund Borken) und Lutz Stermann (Kreissportbund Kleve) wurden einstimmig zu neuen Vizepräsidenten gewählt. Klett, auch Präsident des Aeroclubs NRW, war zuvor bereits seit 2009 als SBW-Vizepräsident tätig.

PHYSIOBUY

An- und Verkauf
NEU & GEBRAUCHT

- ▶ Trainingsgeräte
- ▶ Praxisausstattungen
- ▶ Isokinetische Systeme
- ▶ Beratung Praxiseinrichtungen

Fon: 02551 .9963 99 Fax: 02551 .9963 98
info@physiobuy.de www.physiobuy.de



SPORTHELPER-FOREN

SPORTVEREINE PROFITIEREN



Foto: LSB

Rund zwanzig Stadt- und Kreissportbünde in NRW haben 2016 Sporthelfer-Foren angeboten. Auch 2017 sind zahlreiche Foren geplant. Neben dem Austausch steht dabei die Sportpraxis im Vordergrund. Und die Vereine profitieren. Beispiel Borken: Hier sind über fünfzig Prozent der ausgebildeten Sporthelferinnen und Sporthelfer auch im Sportverein aktiv. „Sporthelfer-Foren bieten eine gute Gelegenheit für die beteiligten Schulen, sich auszutauschen und den Kontakt zu den Lehrern zu vertiefen“, so Anette Hülemeyer vom KSB Borken. Die Sporthelfer-Foren, an denen in diesem Jahr insgesamt rund **1.400 Sporthelfer** teilnahmen, werden unterstützt von der Sportjugend NRW, der Landesregierung NRW, der Unfallkasse NRW und dem BKK Landesverband Nordwest.

ARTIKEL ZUM THEMA

→ go.lsb-nrw.de/wis1641

→ go.lsb-nrw.de/wis1642

WEITERE INFORMATIONEN

Landessportbund NRW

Julia.Nicolaus@lsb-nrw.de

Telefon 0203 7381-967



STERNE DES SPORTS IN SILBER

MTV MINDEN VERTRITT NRW AUF BUNDESEBENE



Drei außergewöhnlich engagierte Sportvereine aus Nordrhein-Westfalen sind beim wichtigsten deutschen Breitensport-Wettbewerb mit den „**Sternen des Sports in Silber**“ geehrt worden. Die Ehrung fand am 23. November in Düsseldorf statt. Auf dem Siebertreppchen: der MTV 1860 Minden, die Residenz Münster und der SV Haldern 1920. Insgesamt hatten sich 115 Sportvereine aus NRW bei den Genossenschaftsbanken für die begehrten Prämien beworben.



Foto: LSB

REISE NACH BERLIN

Die Volksbanken und Raiffeisenbanken sowie der LSB zeichneten den MTV Minden für das eigens entwickelte Trendsportangebot mit dem 1. Platz aus. Den mit **2.500 Euro dotierten Preis** übergab Christina Kampmann, NRW-Sportministerin, gemeinsam mit Ralf W. Barkey, RWGV-Vorstandsvorsitzender, sowie LSB-Präsident Walter Schneeloch. Der MTV Minden als Erstplatzierte auf Landesebene darf sich nun auf eine Reise nach Berlin freuen. Der Verein vertritt NRW auf Bundesebene und kommt zusammen mit der Volksbank Mindener Land zur Preisverleihung am 23. Januar 2017 in die Bundeshauptstadt.

Redaktionelle Anzeige

MEHR POWER IM JOB

MIT DEM ONLINE-COACH DER VIACTIV

VIACTIV
Krankenkasse

Eigentlich ist es ganz einfach: Ein kurzer Spaziergang in der Mittagspause und schon steigt die Laune. Eine einfache Entspannungsübung und das Mittagstief entfällt und die grauen Zellen kommen wieder in Schwung. Wer darüber hinaus auch während der Arbeitszeit auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung achtet, ist weniger anfällig für Stress und kann länger konzentriert arbeiten. Für dieses Mehr an Kraft sorgt der Online-Coach Fit@Job der VIACTIV Krankenkasse: Zwölf Wochen lang erhalten Teilnehmerinnen und Teilnehmer regelmäßig einen kostenlosen Newsletter mit nützlichen Tipps für einen gesünderen Arbeitsalltag und jeder Menge Übungen, die sie in Bestform bringen. Denn wer gut informiert ist und seinen Körper kennt, kann den Belastungen im Job schon mit kleinen Veränderungen und Tricks positiv entgegenwirken. Am besten direkt zusammen mit den Kollegen. Das macht Spaß und hält fit für die täglichen Herausforderungen im Job und nach Feierabend.



AKTIVE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

gehört zu den Kernkompetenzen der VIACTIV Krankenkasse. Der **Online-Coach Fit@Job** ist ein kostenloses Angebot für alle, die sich vor Burnout und Co. schützen und ihren Arbeitsalltag ohne großen Aufwand gesünder gestalten wollen.



WEITERE INFORMATIONEN

zum Ablauf des Coachings, den Inhalten der Newsletter sowie den Link zur Teilnahme finden Sie online unter
→ viactiv.e-coaches.de/job



Ich will gewinnen. Und Sie?

Alexandra Wester, Deutsche
Hallenmeisterin 2016, Weitsprung



Die Sieger- Chance

für den Sport

Neue Lotterie extra für die Sportförderung

Bereits zwei Millionen Euro Unterstützung zusätzlich
Noch mehr Unterstützung für den Sport: Mit der „Sieger-Chance“ können sich Athleten und Tipper Träume erfüllen.
Die neue Zusatzlotterie der GlücksSpirale wurde extra eingeführt, um die Sportförderung noch stärker zu unterstützen.

Die Erträge der „Sieger-Chance“ kommen exklusiv dem Sport zugute. Seit Mitte des Jahres sind auf diesem Weg bereits mehr als zwei Millionen Euro zusammengekommen, die in die Arbeit des Deutschen Olympischen Sportbundes fließen.

Die Gewinnzahlen der „Sieger-Chance“:

- Gewinnklasse I: 3.000 € monatl. lebenslange Extra-Rente**
- Gewinnklasse II: je 1 Million €**

Datum	Gewinnzahl der Gewinnklasse I	Gewinnzahl der Gewinnklasse II
10.12.2016	378693	7435856 9179214 4338610
03.12.2016	731146	3619957 6912411 0544090
26.11.2016	272158	9628552 1412565 3254445
19.11.2016	248679	5270814 5256352 7703836
12.11.2016	064595	6226774 1615282 4233660
05.11.2016	512568	1009820 0470864 0894312



GlücksSpirale

WEST LOTTO
GLÜCK HAT EIN ZUHAUSE

Keine Spielteilnahme unter 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen!
Hilfe und Beratung kostenlos unter: www.gluecksspielsucht-nrw.de; Telefon: 0800-077 66 11
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA); Telefon: 0800-1 37 27 00
Die Chance auf den Spitzengewinn beträgt rd. 1 : 3,3 Millionen.

HANNELORE KRAFT MACHT MIT

KAMPAGNE **#BEIMSPORTGELERNT**

Die LSB-Kampagne „Das habe ich beim Sport gelernt“ gefällt auch unserer Ministerpräsidentin. Kein Wunder, dass sie sich gerne für ein Foto-Shooting in der Staatskanzlei gewinnen ließ (**siehe Anzeige Seite 2**). Das entstandene Motiv zeigt Werte wie Teamgeist, Durchsetzungskraft und Respekt – die hat sie schon in der Jugend beim Handball gelernt.

Das Plakat gehört zur dritten Motivserie der Bildungskampagne. Hier wird immer auf einen Dreiklang abgehoben. Smart ist zum Beispiel das Motiv mit einem Badminton-Spieler: Angriffsschläge parieren, Schmetterschläge ausführen, Rückschläge wegstecken. Die Serie ist **ab März 2017** auf vielen Großflächenplakaten in Nordrhein-Westfalen sichtbar. **Lassen Sie sich überraschen!** _____

START FREI

FÜR DAS **ALLTAGSTRAININGSPROGRAMM**



Der LSB bietet mit seinen Bündeln bereits jetzt Veranstaltungen für Übungsleiter (B-Lizenz Prävention) an, die das 2017 startende **AlltagsTrainingsProgramm (ATP)** durchführen möchten. ATP sensibilisiert Menschen ab 60 Jahren, die in den letzten Jahren körperlich inaktiv waren, wie sie ein effektives Mehr an Bewegung in ihr tägliches Leben einbauen können. Kooperationspartner sind: BZgA, DOSB, DTB, LSB und DSHS. Gefördert wird es durch den Verband der Privaten Krankenversicherung. Ab Anfang 2017 werden von der BZgA bundesweit 800 ATP-Kurse gefördert. Davon werden zunächst 60 Kurse direkt über den LSB beantragt.

WEITERE INFORMATIONEN

→ go.lsb-nrw.de/wis1620 _____

Foto: BZgA - AlltagsTrainingsProgramm

SPORTPLATZ ALLTAG

Das Gute liegt so nah, dass es oft übersehen wird. In einer Welt, die dramatisch von Bewegungsmangel geprägt ist, bietet das alltägliche Umfeld eine Fülle von Möglichkeiten, fit zu bleiben. Sei es das **Balancieren über einen Bordstein** oder das **Jonglieren mit Kochlöffeln**: Mit ein bisschen Kreativität wird der Alltag zum Sportplatz, der viel Spaß macht und das Wohlbefinden steigert.



Draußen ist es dunkel und kalt. Für Wolfgang Weber beginnt der Tag früh, um fünf Uhr. Aber nicht mit Arbeit, sondern unter der Daunendecke mit: Zehenwackeln. „Ich komme traditionell schlecht in die Gänge morgens“, lacht der 45-jährige Ingenieur, „irgendwann habe ich morgens einmal mit den Zehen gewackelt, weil mich etwas gejackt hat. Ich weiß auch nicht wieso, aber ich fand das witzig und es hat mir gute Laune gemacht. Jetzt praktiziere ich das jeden Morgen und habe es ausgebaut mit Fußkreisen und Körper strecken.“

Für Anja Steinfelds beginnt der Tag, wenn der Nachwuchs auf dem Schulweg ist. „Dann dusche ich erst einmal“, sagt die 40-jährige Mutter. „Weil ich auch berufstätig bin, bewege ich mich nicht so umfassend, wie ich das gerne möchte.“ Deshalb hat sie sich ein „privates“ Trainingsprogramm ausgedacht. „Wenn ich die Dusche trockenwische, ziehe ich sie bewusst von oben nach unten ab und mache das durch Kniebeugen“, erklärt sie und grinst: „Und meine Zähne putze ich auf einem Bein stehend. Wenn mich da jemand sehen würde... Auch sonst versuche ich im Tagesverlauf immer mal etwas zu finden, um mich extra zu bewegen.“

KILLER BEWEGUNGSMANGEL

So wie Stefan Klein. Er will seiner sitzenden Berufstätigkeit etwas entgegensetzen: „Mit dem Fahrrad zur Arbeit, Treppe statt Aufzug, Dehnübungen beim Nachdenken im Büro. Das ist alles Bewegung, die mich keine Zeit kostet, und die ich jederzeit durchführen kann“, hat der vielbeschäftigte IT-Experte erkannt und bleibt in der Freizeit konsequent: „Bei der Gartenarbeit setze ich mir Zeitlimits, versuche zum Beispiel schneller umzugraben als nötig. Außerdem habe ich mir wieder einen Handrasenmäher zugelegt. Mein Kompass ist einfach: Immer wenn ein Bewegungsablauf zu nerven droht, mache ich mir einen Sport daraus und habe Spaß dabei.“ Und der ist wichtig, wie Dr. Michael Matlik, LSB-Referatsleiter „Breitensport“ bestätigt: „Die Grundlage für Motivation ist Spaß an der Bewegung.“ Und der Sportpsychologe Prof. Jan Mayer unterstreicht: „Positive Erlebnisse wollen wiederholt werden.“ Wichtig sei daher, „etwas zu finden, das Spaß macht und sich konkrete, erreichbare Ziele zu setzen.“

Zähne putze ich auf
einem Bein stehend. Wenn mich
da jemand sehen würde...

Anja Steinfelds



Bewegungsmangel gilt längst als größter Risikofaktor für Zivilisationskrankheiten – neben Fehlernährung und Rauchen. Legte der Steinzeitmensch noch täglich bis zu 40 Kilometer zu Fuß zurück, um sein Überleben zu sichern, bringt es der Durchschnittsmensch von heute in der Regel noch nicht einmal auf sieben Kilometer, die von der Weltgesundheitsorganisation WHO empfohlene Dosis. Büroarbeiter schaffen gerade einmal 1.000 Meter am Tag. Dabei sind seine genetischen Voraussetzungen dieselben wie beim Jäger und Sammler! „Sitzen ist das neue Rauchen“ heißt es. Dabei ist es schlimmer. Es liegen Studien vor, die davon ausgehen, dass Bewegungsmangel über den Zeitraum von 20 Jahren das Sterblichkeitsrisiko um mehr als die Hälfte erhöht. Das ist mehr als durch ►





THE CORE COLLECTION



hummel®

das Rauchen. Nach Angaben der WHO sterben jährlich ungefähr eine Million Menschen in Europa an Bewegungsmangel! Folgen dieses Mangels sind unter anderem chronische Rückenschmerzen, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, koronare Herzkrankheit und Allergien. Selbst psychische Erkrankungen und Alzheimer werden damit in Verbindung gebracht. Warum also nicht gleich dort beginnen, wo man gerade ist oder, wie Wolfgang Weber, sogar noch liegt? Schon Gesundheitspfarrer Sebastian Kneipp hat Holzhacken als „Übung der Körperkräfte“ empfohlen und damit eine Alltagstätigkeit zu einer „Sportart“ geadelt. Und der Gerontologe Dr. Christoph Rott zeigt auf: „Studien belegen, dass in der Altersgruppe 20 bis 60+ bereits täglich 15 Minuten moderate körperliche Aktivität das Leben um drei Jahre verlängert.“ Dabei sind der Phantasie keine Grenzen gesetzt, wie das Zehenwackeln zeigt. Jede Bewegung hat das Potenzial, Kreislauf, Muskulatur oder Koordination zu fördern. Über den Tag gesehen kann da einiges zusammenkommen.

KEIN WEG ZU WEIT

Und es muss etwas zusammenkommen, denn auch unsere Umwelt bzw. Lebenswelt wird zusehends bewegungsärmer: Wer benutzt heute noch eine Kurbel, um die Seitenscheibe des Autos hochzudrehen? Vom autonomen Fahren der Zukunft ganz zu schweigen. Und gehen wir künftig nicht einmal mehr zu Fuß zum Supermarkt um die Ecke, weil unser Kühlschrank alles automatisch bestellt und der Lieferservice die Dinge bringt? Sieht eine ferne Welt gar aus wie in dem Disney-Trickfilm *Wall•E*, in dem ein kleiner Roboter auf eine Menschheit trifft, die nach 700 Jahren Automatisierung und medialer Dauerberieselung körperlich völlig degeneriert ist? Bevor die Industrie einen Roboter erfindet, der uns antreibt, uns mehr zu bewegen, sollten wir uns lieber selbst helfen und unseren Alltag als Sportplatz begreifen. _____

A person with blonde hair, wearing a teal hooded jacket and dark blue pants, is walking away from the camera on a gravel path. They are holding a black leash for a black dog that is walking ahead of them. The background shows a body of water and trees with some autumn-colored leaves. The scene is outdoors and appears to be a park or a lakeside area.

5,3 Mio.

Menschen sterben weltweit jährlich aufgrund von mangelnder Bewegung. Rauchen verursacht dagegen etwa 5 Millionen Tote pro Jahr.

Professor Dr. I-Men Lee, Harvard School of Public Health

ANNIKA DRAZEK
BOBFAHREN
Sportlerin des Jahres

Die ehemalige Sprinterin wurde als Anschieberin im 2er-Bob 2016 Weltmeisterin.

„Ich wollte nicht im Sommer auf die Tartan- und im Winter auf die Bobbahn. Volle Konzentration auf eine Sportart.“

Ihre ersten Versuche als Bob-Pilotin hat sie übrigens schon hinter sich...



MAX RENDSCHMIDT
KANU
Sportler des Jahres

„Ich kriege immer noch Gänsehaut, wenn ich die Bilder aus Rio sehe.“
Gold gab es für den 23-jährigen Bundespolizisten im 2er- und 4er-Kajak. Kritisch merkt er an: „Zweimal Gold heißt leider nicht doppelte Prämie.“ Dafür aber „extrem emotionale Momente.“

FELIX
2016

DAS VOTING

ENDSTAND

Sportlerin des Jahres

1. Annika Drazek
2. Lisa Schmidla
3. Gina Lückenkemper
4. Laura Vargas Koch
5. Linda Stahl

Sportler des Jahres

1. Max Rendschmidt
2. Julian Reus
3. Daniel Jasinski
4. Domenic Weinstein
5. Benedikt Wagner

Mannschaft des Jahres

1. Deutsche Damen 4x100m Sprint
2. Deutscher Kajakvierer
3. Deutsche Hockeyherren
4. Deutsche Tischtennisherren
5. Deutsche Vielseitigkeitsreiter

Newcomer/-in des Jahres

1. Konstanze Klosterhalfen
2. Keshia Kwadwo
3. Damian Wierling
4. Lennard Kämna
5. Bo Kanda Lita Baehre

Behindertensportler/-in des Jahres

1. Vanessa Low
2. David Behre
3. Hans-Peter Durst
4. Heinrich Popow
5. Franziska Liebhardt

Fußball-Felix

1. Benedikt Höwedes
2. Jonas Hector
3. Pierre-Emerick Aubameyang
4. Julian Brandt
5. Timo Horn

JÜRGEN WAGNER BEACHVOLLEYBALL Trainer des Jahres

Er ist wahrscheinlich der beste Beachvolleyball-Trainer der Welt. Erst führte er Jonas Reckermann und Julius Brink zur Goldmedaille in London 2012, dann vier Jahre später Kira Walkenhorst und Laura Ludwig in Rio. Seine Devise: „99 Prozent reichen nicht.“





Deutsche Damen 4x100m Sprint Mannschaft des Jahres

Was in Staffelläuferinnen vor sich geht, das brachte Sprinterin Gina Lückenkemper (m.), im Bild mit ihren Teamkolleginnen Lisa Meyer (l.) und Rebekka Haase, wunderbar auf den Punkt: „Ich bete jedesmal, dass die Wechselklappen und der Stab bei mir ankommt, damit ich meinen Teil beitragen kann.“ Was bei der EM gelang. Bronze fürs Team!



MARKUS ESSER HAMMERWERFEN Der besondere Felix

Er wurde (mindestens) zweimal um Edelmetall gebracht: Bei der WM 2005 und bei der EM 2006 kam der Hammerwerfer auf den 4. Platz und erst Jahre später wurden ihm nach der Disqualifizierung von zwei weißrussischen Dopern nachträglich die Bronzemedailles überreicht. „Ich konnte vieles nicht genießen, was mir eigentlich zustand. Die FELIX-Ehrung ist eine kleine Entschädigung.“





KONSTANZE KLOSTERHALFEN
MITTELSTRECKEN-LÄUFERIN
Newcomerin des Jahres

„Für mich ging dieses Jahr alles ein bisschen schnell.“ Die 19-Jährige wurde Bronzemedaillegewinnerin bei der U20-WM (1.500 Meter) und Deutsche Meisterin über 3.000 Meter. Sie war schon auf der Fashion Week als Model – aber ihre Konzentration gilt der Leichtathletik.

BENEDIKT HÖWEDES
Fußball-FELIX

89.000 Fans haben für ihn gestimmt – Rekord! Der Schalker, der schon in der C-Jugend für die Knappen kickte, ist als Mannschaftskapitän ein echtes Vorbild. Eloquent und intelligent präsentierte er sich bei der FELIX-Auszeichnung.

Schaut man auf das Sportjahr 2016 zurück, kann man als Nordrhein-Westfale schon ein wenig stolz sein: Fast fünfzig Prozent der Olympischen und Paralympischen Medaillen wurden von NRW-Sportlerinnen und Sportlern gewonnen. Feststimmung also bei der Sportgala zur Ehrung der Besten im Westen. 10-jähriges Jubiläum, FELIX-Verleihungen in acht Kategorien und ausverkauft Haus: Die 1.100 Gäste in der Dortmunder Westfalenhalle waren am 9. Dezember in bester Laune. Ministerpräsidentin Hannelore Kraft: „Die Sportlerinnen und Sportler haben unserem Land Ehre gebracht. Ihr Erfolg hat viele Mütter und Väter. Der Dank gehört auch den Betreuerinnen und Betreuern, den vielen Ehrenamtlern.“

LSB-Präsident Walter Schneeloch brachte es auf den Punkt: „Alle Nominierten hätten für ihre Leistungen in diesem Jahr unsere Auszeichnung verdient. Die unverändert hohe Beteiligung an der Wahl ist eine tolle Würdigung unserer herausragenden Sportlerinnen und Sportler, deren großartige Leistungen den Ruf Nordrhein-Westfalens als Sportland Nummer 1 unterstrichen haben.“

Sportler des Jahrzehnts: Timo Boll

Ein bewegender Moment des Abends: Die Verleihung des "Besonderen FELIX" an Markus Esser, der mehrfach durch Doper um einen Medaillenplatz gebracht worden war. LSB-Vorstandsvorsitzender Dr. Christoph Niessen: „Viele Sportler sind um ihre Erfolge betrogen worden. Sie machen trotzdem weiter und kommen erst Jahre später durch nachträgliche Doping-Analysen zu ihrem wahren Erfolg. Stellvertretend ehren wir heute Markus Esser. Wir brauchen Sportler, die glaubwürdig für sauberen Sport stehen.“

Ein weiteres Highlight in diesem Jahr war eine Ehrung im Rahmen des 10-jährigen Jubiläums. Als bester Sportler des Jahrzehnts wurde Tischtennis-Ass Timo Boll gewürdigt. Der frühere Weltranglistenerste wurde vorab durch die Mitglieder des Verbandes Westdeutscher Sportjournalisten ausgewählt. „Er ist jetzt schon eine lebende Tischtennis-Legende und gehört seit Jahren zur absoluten Weltklasse“, sagte Ministerpräsidentin Kraft in ihrer Laudatio.

REFORM ALS AUFBRUCH

Die ersten Hürden sind genommen: Anfang Dezember hat die DOSB-Mitgliederversammlung einer umfassenden Reform im deutschen Spitzensport ihre Zustimmung gegeben. Nach fast zwei Jahren intensiver Diskussion gilt es nun, die Reform umzusetzen.

Positivbeispiel Kanuten: Max Rendschmidt, Tom Liebscher, Max Hoff und Marcus Gross – Goldmedaillengewinner im Viererkajak in Rio. Die Kanuten gewannen insgesamt sieben Medaillen

Die Mitgliederversammlung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) hat am 3. Dezember das Konzept zur Neustrukturierung des Leistungssports und der Spitzensportförderung bei nur einer Gegenstimme (439 Stimmberechtigten) beschlossen. Der Landessportbund NRW war in Magdeburg mit acht Delegierten vertreten. Das vom DOSB und dem Bundesministerium des Innern unter Mitwirkung der Sportministerkonferenz der Länder vorgelegte Konzept definiert die Eckpunkte der Reform.

Wir brauchen diese Reform, das wissen alle Verantwortlichen in den Sportverbänden. Wenn sie am Ende tatsächlich zu mehr sportlichem Erfolg führen soll, müssen Bund und Länder aber auch deutlich mehr Geld investieren als bisher. Denn es geht um menschliche und technische Spitzenleistungen im globalen Wettbewerb.



Einigkeit herrscht darin: Ein „weiter wie bisher“ sei keine Alternative, so DOSB-Vorstand „Leistungssport“ Dirk Schimmelpfennig. Die Zahl der Medaillen bei den Olympischen Spielen stagniere quasi seit drei Olympiaden. Andere Länder drohten endgültig davon zu ziehen. Die Reform soll das verhindern. „Wir haben den Sport und die Sportförderung nicht neu erfunden. Aber wir werden einiges besser machen“, sagt Schimmelpfennig.

„Unter der Prämisse eines an humanen Werten orientierten Leistungssports ist es das gemeinsame Ziel der Leistungssportreform, im internationalen Wettbewerb erfolgreicher zu werden. Die Athletinnen und Athleten sollen im Fokus des künftigen Fördersystems stehen und über ihr gesamtes Sportlerleben – von der Talentsichtung bis zur nachsportlichen Berufskarriere – effizienter gefördert werden“, so der Wortlaut der DOSB-Pressemitteilung.

Dr. Christoph Niessen

VORSTANDSVORSITZENDER DES LANDESSPORTBUNDES NRW



DIE ECKPUNKTE DER REFORM:

- ▶ eine nicht nur erfolgs-, sondern vorrangig potenzialorientierte Festlegung der Fördermaßnahmen
- ▶ eine Optimierung der Situation von Trainerinnen und Trainern, insbesondere durch verlässliche Arbeitsverträge und angemessene Vergütung
- ▶ eine Stärkung des hauptberuflichen Leistungssportpersonals, insbesondere der Sportdirektoren in den Spitzenverbänden sowie der Aufbau einer hauptberuflichen Leitung aller Bundesstützpunkte
- ▶ eine differenzierte Betrachtung der einzelnen Sportarten und Disziplinen sowie ihrer Entwicklungschancen, insbesondere auch der Mannschaftssportarten, um sie zielgerecht fördern zu können
- ▶ eine Einbindung der Athletenvertreterinnen und -vertreter u.a. in die Strukturgespräche
- ▶ eine sachgerechte Konzentration der Stützpunktstruktur
- ▶ eine stärkere, den Anforderungen der Sportpraxis entsprechende wissenschaftliche Unterstützung des Leistungssports
- ▶ die Stärkung der Rolle des DOSB bei der Steuerung des Leistungssports.

Negativbeispiel Schwimmen: Die Bilanz in Rio war ernüchternd. Unter dem Strich standen die zweiten medaillenlosen Spiele und erneut wieder nur sieben Finalteilnahmen

Die nicht-olympischen Sportarten und Disziplinen seien Bestandteil des gesamten deutschen Leistungssportsystems. Im Rahmen der Weiterentwicklung des Konzeptes werde eine auf ihre Belange angepasste Ergänzung gemeinsam erarbeitet.

Das Reformpaket wird in Abstimmung mit dem Bundesinnenministerium als Geldgeber auf den Weg gebracht. Bundesinnenminister Dr. Thomas de Maizière sieht keine Alternative zur Reform. Man sei kurz davor ins Mittelmaß abzurutschen, daher wolle man die Reform, so der Minister. „Erfolgreich, fair und sauber“ – auf diese Kurzformel bringt er seine Wunschformel für den deutschen Spitzensport.

Nach der Zustimmung durch die DOSB-Mitglieder befasst sich im Februar 2017 das Bundeskabinett mit dem Projekt, im Frühjahr soll es im Bundestag präsentiert werden. Nach einer Zeit des Übergangs in den kommenden zwei Jahren sollen die Maßnahmen der Reform 2019 greifen. _____

JEDER ATHLET...

WESTLOTTO IST DER GRÖSSTE FÖRDERER DES SPORTS IN NRW. ANDREAS KÖTTER, SPRECHER DER GESCHÄFTSFÜHRUNG, UND GESCHÄFTSFÜHRERIN CHRISTIANE JANSEN STEHEN AN DER SPITZE DES MÜNSTERANER UNTERNEHMENS. VIELFÄLTIGSTE SPORTANGEBOTE UND ZAHLREICHE ATHLETEN WERDEN JEDES JAHR MIT HILFE DES LOTTO-PRINZIPS UNTERSTÜTZT. ALLEIN IM VERGANGENEN JAHR FLOSSEN MEHR ALS 37 MILLIONEN EURO DIREKT IN DEN NRW-SPORT. IM INTERVIEW MIT DER „WIR IM SPORT“ ERKLÄREN DIE GESCHÄFTSFÜHRER VON DEUTSCHLANDS GRÖSSTER LOTTERIEGESELLSCHAFT, WARUM DIESE FÖRDERUNG SO WICHTIG IST.

...PROFITIERT

FRAU JANSEN, HERR KÖTTER, GEMEINSAM MIT DEM LSB HABEN SIE DIE KAMPAGNE „DAS HABE ICH BEIM SPORT GELERNT“ INS LEBEN GERUFEN, AN DER SICH SCHON MEHR ALS 2.500 SPORTLER UND VEREINE BETEILIGT HABEN. WAS HABEN SIE PERSÖNLICH BEIM SPORT GELERNT ?

Christiane Jansen: Ich habe lange Zeit Ballett gemacht, fahre regelmäßig Ski und gehe gerne joggen. Beim Sport habe ich Durchhaltevermögen und Disziplin gelernt.

Andreas Kötter: Ich spiele Elternhockey und fahre Mountainbike. Dabei kann ich gut abschalten. Beim Sport habe ich gelernt, meine Leistungsgrenzen ständig neu zu erkennen und zu akzeptieren und wie Teamwork funktioniert.

DIE KAMPAGNE „DAS HABE ICH BEIM SPORT GELERNT“ STELLT DIE VERBINDUNG ZWISCHEN BEWEGUNG UND BILDUNG HER. WARUM LIEGT IHNEN DIE KAMPAGNE AM HERZEN ?

Andreas Kötter: Der Sport verbindet Menschen, die sich vielleicht sonst nie begegnet wären und schafft Zusammenhalt in unserer Gesellschaft. Dabei geht es nicht nur darum, Bewegungsabläufe zu erler-

nen, sondern vor allem auch um die Vermittlung von Werten wie Respekt oder Teamgeist. Davon profitieren alle – ob auf dem Platz, in der Schule oder im Arbeitsalltag. Jeder, der von uns eine E-Mail bekommt, wird über die Kampagne informiert. Auch viele unserer Mitarbeiter haben bereits mitgemacht.

ALS PARTNER DES „FELIX-AWARDS“ ENGAGIEREN SIE SICH FÜR DEN LEISTUNGSSPORT, GENAU SO SETZEN SIE SICH FÜR DEN BREITENSPIEL ZUM BEISPIEL ÜBER DIE JÄHRLICHE VERANSTALTUNG „NRW RADTOUR“ EIN UND EIN BESONDERES AUGENMERK GILT AUCH DER FÖRDERUNG DES EHRENAMTS. WELCHE BEDEUTUNG HAT FÜR SIE DAS EHRENAMT ?

Christiane Jansen: Ohne Ehrenamt geht es nicht. Das freiwillige Engagement ist das Fundament der Sportvereine. Ohne die fleißigen Helfer, die Woche für Woche im Einsatz sind, könnten viele Vereine nicht existieren. Das wissen wir zu schätzen und wollen diese Leistung auch durch unsere Unterstützung für den Sport und die Förderung von Kampagnen und Projekten honorieren. Gemeinsam mit dem LSB setzen wir uns deshalb zum Beispiel für die Ausbildung von Sportmanagern, Übungsleitern und Trainern ein.

AM 9. DEZEMBER FAND DER „FELIX-AWARD“ STATT. SIE, HERR KÖTTER, HABEN DEN SPORTLER DES JAHRES AUSGEZEICHNET. IST DER FELIX FÜR SIE UND IHR UNTERNEHMEN EIN HIGHLIGHT DES JAHRES ?

Andreas Kötter: Der FELIX-Award ist ein Beleg dafür, wie viele tolle Sportler wir in NRW haben. Jeder einzelne Athlet hat in seiner Karriere von Lottogeldern profitiert oder wird noch durch Lottogelder unterstützt. Die Erfolge bei internationalen Meisterschaften, Olympischen Spielen oder den Paralympics zeigen, wie wichtig diese Förderung ist und dass sie an den richtigen Stellen ankommt.

DIE PREISTRÄGER DES FELIX-AWARDS HABEN AUCH NOCH EINE ‚SIEGER-CHANCE‘ VON WESTLOTTO BEKOMMEN. WAS HAT ES DAMIT AUF SICH ?

Andreas Kötter: Die ‚Sieger-Chance‘ ist eine neue Lotterie. Wir haben sie vor kurzem eingeführt, um den Sport noch mehr und exklusiv zu unterstützen. Die Erträge dieser neuen Zusatzlotterie der GlücksSpirale kommen ausschließlich dem Sport zugute. Seit Mitte des Jahres sind bereits mehr als zwei Millionen Euro durch die Sieger-Chance zusätzlich für den Sport zusammengekommen.

RUND 40 PROZENT DER SPIELEINSÄTZE VON WESTLOTTO GEHEN AN DAS LAND NRW, DAS DARAUS GESELLSCHAFTLICHE TRÄGER WIE DEN LANDESSPORTBUND NRW UNTERSTÜTZT. IN DER ÜBER

60-JÄHRIGEN GESCHICHTE VON WESTLOTTO SIND SO MITTLERWEILE KNAPP 27 MILLIARDEN EURO ZUSAMMENGEKOMMEN. WIE WICHTIG IST DIESES SOGENANNT LOTTO-PRINZIP FÜR SIE ?

Christiane Jansen: Die Verbände und damit die Vereine sind auf die Lotteriegelder angewiesen, um Sportler zu unterstützen und geeignete Strukturen zu schaffen. Im Leistungssport genauso wie im Breitensport. Stellen Sie sich doch einfach den Sport vor, ohne den Bau neuer Sportstätten, ohne die Aus- und Weiterbildung von haupt- und ehrenamtlichen Trainern und Übungsleitern, ohne die Förderung von jungen Sporttalenten, ohne das Deutsche Sport- und Olympiamuseum, ohne die Spitzensportförderung der Sporthilfe oder ohne die Unterstützung bei Bewegungsangeboten für die Kleinsten oder den Behinderten- und Rehasport. All das wäre so nicht möglich, wenn es Lotto nicht gäbe. Das Wegbrechen dieser Unterstützung wäre vor allem für den Amateursport eine Katastrophe! Wer also beim staatlichen WestLotto spielt, hilft dem Sport in NRW und in Deutschland.

Toptalent des Monats

TEXT SINAH BARLOG

FOTO ANDREA BOWINKELMANN

MICHELLE HATARI



VIDEOPORTRÄT

→ go.lsb-nrw.de/wis1646

„Was ich für den Ring lerne, darf ich nicht auf der Straße anwenden“: Diesen Leitsatz hat die Mülheimer Boxerin Michelle Hatari (16) in ihrem Sport gelernt. Motiviert durchs Anschauen von Profikämpfen, kam sie mit acht Jahren durch ihren Vater zum Boxen. „Vorher bin ich zum Turnen gegangen, das war aber nichts für mich“, erzählt die Deutsche Vize-Meisterin im Leichtgewicht 2016, die noch nie K.o. gegangen ist.

OLYMPISCHES BOXEN

Verein: **BC Mülheim-Dümpten**
Trainer: **Abi Guettori**
und **Frank Nierhaus**

Michelle Hatari ist im
NRW-Leistungskader C

2016

DEUTSCHE MEISTERSCHAFT:
2. Platz

2015

NRW-Meisterin
NRW-CUP: Siegerin
DEUTSCHE MEISTERSCHAFT: 3. Platz

Was ist eigentlich CORE-TRAINING?

Der Hype begann vor zehn Jahren mit dem „Sommermärchen“. Jürgen Klinsmann ließ die Mannschaft vor der Fußball-WM 2006 einige Übungen absolvieren, die so gar nicht nach Fußball aussahen. Die Rede ist vom Core-Training, einem speziellen Training zur Verbesserung der Rumpfkraft und -stabilität.

Der „Core-Bereich“ des Körpers ist derjenige, der den Körperschwerpunkt darstellt und für eine Stabilität der Bewegung sorgt. Er umfasst die knöchernen, sehnenhaften sowie muskulären Partien vom Zwerchfell bis zum Becken. Die zur Core-Stabilität beitragenden Muskeln sind die Bauch-, Wirbelsäulen-, Becken- und Hüftmuskeln. Je stabiler sie sind, desto besser kann die resultierende Rumpfstabilität den Körper gegen äußere Einwirkungen schützen und für ein stabiles Gleichgewicht bei allen Bewegungen sorgen. So können u.a. Rückenschmerzen vermieden werden.

Denn kippt das Becken durch eine abgeschwächte Bauch- und Rückenmuskulatur leicht nach vorne, entsteht ein Hohlrücken, der die Wirbel zusammendrückt und Rückenschmerzen auslöst. Auch andere Folgen von Core-Muskel-Defiziten sind mehrfach untersucht worden. Ein amerikanisches Forscherteam untersuchte zum Beispiel an 277 Sportlern Defizite bei der Core-(Nerv-Muskel-)Kontrolle des Rumpfes, die zu einer fehlerhaften Positionierung des Oberkörpers bei verschiedenen Spielsituationen führen können.

Verletzungsrisiko durch schwache Muskulatur

Bei den Athleten war folgendes deutlich: Die Verschiebung des Oberkörpers, die durch mangelnde Rumpfstabilität entsteht, war der größte Ursachenfaktor (63 Prozent) für eine mögliche Knieverletzung. Insbesondere bei weiblichen Athleten war der Zusammenhang zwischen abgeschwächter Core-Muskulatur und einer Bänderverletzung hochsignifikant. Die Ergebnisse unterstützen die Hypothese, dass eine beeinträchtigte Rumpfkontrolle zu einem erhöhten Stress im Kniegelenk führt und somit die Gefahr eines Schadens erhöht.



Wenn die Core-Stabilität eine wesentliche Basis für eine aktive Verletzungsprävention darstellt, dann müssten stärkere Core-Muskeln theoretisch auch zu einer Verbesserung der sportlichen Leistung führen. Diese Annahme ist aber (noch) nicht wissenschaftlich bewiesen. So untersuchten zum Beispiel amerikanische Wissenschaftler die Wirkung eines zusätzlichen sechswöchigen Core-Trainings mit dem Fitnessball auf die Laufleistung bei Läufern. Die Versuchsgruppe wies im Vergleich zur Kontrollgruppe eine deutlich bessere Core-Stabilität auf. Diese Verbesserung führte jedoch nicht zu einer besseren Laufleistung. Hier bedarf es also weiterer Forschung.

Fazit: Wir alle brauchen Core-Kraft für eine aufrechte Haltung und für die Aktivitäten des Alltags. Für Sportler liefert ein trainierter Core-Bereich ein stabiles Stützkorsett, das ein präzises „Rumpfgleichgewicht“ ermöglicht, um Verletzungsrisiken zu minimieren. Dazu reichen 15 Minuten Core-Training 2-3 mal pro Woche völlig aus. _____

#DEMOKRATIE *und* RESPEKT

DIE NEUE INITIATIVE VON SPORTJUGEND NRW UND LSB



Prominenz im Sport- und Tagungszentrum des Landessportbundes NRW in Hachen. Ministerpräsidentin Hannelore Kraft war Mitte November extra ins Sauerland gekommen, um die Kampagne der Landesregierung „#Hutab – Respekt zeigen“ vorzustellen. „In unserer Gesellschaft hat sich etwas verändert. Das gilt auch für den Sport. Schiedsrichter werden attackiert, am Spielfeldrand streiten sich die Eltern. Deshalb haben wir diese besondere Woche (14. bis 18. November) ausgerufen. Sie soll nachhaltig sein und viele sind eingebunden, Gewerkschaften, Kirchen, nicht zuletzt der Sport.“ LSB-Präsident Walter Schneeloch: „Ich bin sehr dankbar für die Landesinitiative. Populismus und Fremdenfeindlichkeit sind nur zwei Stichworte, die unterstreichen, wie wichtig es ist, dass wir uns engagieren.“

Ich habe eine Collage gemacht **MIT 66 WORTEN**, die alle mit dem Thema „**RESPEKT**“ verbunden sind: Höflichkeit und Achtung zählen dazu, Verlässlichkeit, Empathie, Aufrichtigkeit oder Aufmerksamkeit genauso

JENNIFER BAEHR, FSJLERIN KSB MÄRKISCHER KREIS:

und nach mit Fans gefüllt werden soll. Bereits nach einem Jahr soll das Stadion mit rund 55.000 Plätzen gefüllt sein. „Jeder, der mitmacht, wird symbolisch durch eine kleine Spielzeugfigur im Stadion vertreten sein.“ Die ersten Fans im „Demokratie- und Respekt-Stadion“: Hannelore Kraft, Walter Schneeloch und Jens Wortmann! Hintergrund: Die Sportjugend NRW ist der Auffassung, dass in den letzten Jahren bzw. Monaten durch gesellschaftliche und politische Entwicklungen (Populismus, Menschenfeindlichkeit, Hatespeech, weniger Freiräume für Kinder und Jugendliche) unsere demokratischen Grundwerte ins Wanken geraten sind.

„Dem wollen wir entgegentreten und junge Menschen befähigen, selbst aktiv zu werden und sich in politische Entscheidungen einzubringen! Wir sind überzeugt, dass der organisierte Sport den Bildungsalltag von Kindern und Jugendlichen nachhaltig verändern kann, denn in den Sportvereinen, Bündeln und Verbänden gibt es ein riesiges Potenzial, Demokratie und Respekt zu erleben, zu lernen und zu praktizieren“, so Wortmann. _____



Zu der Initiative passt wunderbar die neue gemeinsame Aktion von Sportjugend NRW und LSB unter dem Motto „**Ich stehe für #DEMOKRATIEundRESPEKT**“, die in Hachen zum ersten Mal präsentiert wurde. Jens Wortmann, Vorsitzender der Sportjugend NRW: „Kern ist eine Faninitiative. Wir haben ein Miniaturstadion gebaut, das nach

Eine gute Idee: Das „Demokratie- und Respekt-Stadion“ soll sich mit Fans der Initiative füllen. Jeder kann mitmachen. Kleine Spielzeugfiguren, wie man sie von Modelleisenbahnen kennt, nehmen stellvertretend im Stadion Platz. Die ersten Fans im Stadion: NRW-Ministerpräsidentin Hannelore Kraft, LBS-Präsident Walter Schneeloch (r.) und Sportjugend NRW-Vorsitzender Jens Wortmann



Willst auch du einen Platz im Stadion?

Dann trage dich hier ein:

www.demokratieundrespekt.de

Niederlagen als Treibstoff für Entwicklung

Ob als Politbrunch wie in Meinerzhagen oder im Rahmen des Sportempfangs 2016 beim Solinger Sportbund (wie unser Beispiel zeigt) – bei den „Talks im Wahlkreis“ der Kampagne „Das habe ich beim Sport gelernt“ lässt sich trefflich über das Thema „Sport und Bildung“ diskutieren.



Gäste der Talkrunde (v.l.): Marc Schüssler (Vors. der Sportjugend Solingen), Stefan Grunwald (Sparkassenvorstand), Patricia Knepeck (Leitung Eugen-Maurer-Haus), Sylvia Löhrmann (stellv. Ministerpräsidentin), Dagmar Becker (Dezernentin Jugend, Schule, Integration, Kultur und Sport), Christopher Winter (Fachkraft „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“) und Moderator Peter Nolden (SSB-Vize-Präsident)

In der Kassenhalle der Stadt-Sparkasse Solingen ist es trotz der rund 200 Gäste „mucksmäuschenstill“. Die Vertreterinnen und Vertreter aus Sport und Politik verfolgen aufmerksam den packenden Impuls-Vortrag von LSB-Kampagnenbotschafter Ansgar Wesseling (55): „Ich wäre nicht der, der ich heute bin, hätte ich damals nicht einen unwesentlichen Zeitanteil meines Lebens im Sportverein verbracht“, erläutert der Olympiasieger von 1988 mit dem Deutschland-Achter. Daneben hebt der erfolgreiche Unternehmer Wesseling noch das Erlernen von Sozialkompetenz und Teamfähigkeit hervor. Darüber hinaus betonte der Hörgeräte-Akustiker aus Essen in seiner 30-minütigen Rede:

„Trotz meiner Erfolge betrachte ich als mein wahrscheinlich höchstes Gut im Sport, auch Niederlagen und Enttäuschungen aushalten zu können: Waren diese doch eigentlich immer der Treibstoff für Veränderung und Entwicklung.“

IM SPORT STECKT BILDUNG

Auch die sechsköpfige Talk-Runde zum Thema: Bildung und Sport – „Lernen ein Leben lang“ – bestätigte, dass der Sport wichtige Fähigkeiten und Werte vermittelt. Speziell für Kinder und Jugendliche ist das von enormer Bedeutung. NRW-Schulministerin Löhrmann versicherte: „Die Formel ‚3+2+x‘ gilt weiterhin.“ Dahinter verbergen sich drei Stunden Sportunterricht. Dazu sollen zwei Stunden Bewegung im Ganztags in Kooperation mit Sportvereinen kommen. Schließlich ist noch eine offene Zahl zusätzlicher Bewegungsstunden durch weitere außerunterrichtliche Angebote sowie den Kinder- und Jugendsport der Vereine notwendig. Der einheitliche Appell aller Talk-Gäste: Die Vernetzung zwischen Sport-, Kultur- und Bildungseinrichtungen muss noch weiter ausgebaut werden. _____

SPORT KANN BILDEN

Das möchte die LSB-Kampagne „Das habe ich beim Sport gelernt“ auch der Politik vor Ort vermitteln. Mit der Reihe „Talk im Wahlkreis“ – die der Landessportbund NRW organisatorisch, inhaltlich und finanziell unterstützt – haben die Stadt- und Kreissportbünde dazu nun eine hervorragende Chance. Alle Informationen unter: ➔ www.beim-sport-gelernt.de/talk-im-wahlkreis/



Einfach mal reinschauen → www.spitzensportland.nrw

Informationen zu Fördermöglichkeiten FÜR JUNGE ATHLETEN

Einmal international erfolgreich sein und an den Olympischen Spielen teilnehmen. Diesen Traum haben viele Sportlerinnen und Sportler in NRW. Ein Traum, der real werden kann. Doch wie?

- Wie kann mein Kind Schule, Studium oder Ausbildung bestmöglich miteinander vereinbaren?
- Von wem kann ich als Trainer oder als Fachverband eine finanzielle Förderung erhalten?
- Wer kann mich als talentierten und hochmotivierten Athleten auf dem Weg an die Spitze unterstützen?

Die Webseite www.spitzensportland.nrw gibt einen ersten kompakten Überblick über das System des Leistungs- und Spitzensports und die Fördermöglichkeiten in NRW. Bekannte NRW-Athleten wie Olympiateilnehmerin Gina Lückenkemper geben Auskunft darüber, wie das Leistungssportsystem in NRW sie beim Spagat zwischen sportlicher Karriere und Schule unterstützt hat. Ein anschauliches Video zeigt musterhaft den Weg einer jungen talentierten Sportlerin auf ihrem Weg an die Spitze und wie die Partner ihren Beitrag dazu leisten. ► *mehr dazu im Netz:* www.spitzensportland.nrw

PARTNER DES INTERNET-AUFTRITTS SIND:

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



TEXT NICOLE JAKOBS

FOTO ANDREA BOWINKELMANN

EINFACH, intuitiv, EINGÄNGIG

Gut qualifizierte Mitarbeiter freuen die Mitglieder, was wiederum den Sportverein freut. Es macht also Sinn, in Qualifizierung, Aus-, Fort- und Weiterbildung zu investieren. Damit dies einfach und zielgerichtet geschehen kann, hat der Landessportbund NRW sein Qualifizierungsportal **qualifizierung-im-sport.de** relauncht. Viel Spaß beim Anschauen und Ausprobieren!



Stöbern erwünscht! Vielleicht finden Sie ja auch spannende Veranstaltungen, von denen Sie noch gar nichts wussten

Für manche Bestellvorgänge im Internet braucht man ein abgeschlossenes Studium, um sich da durchzuwurschteln, und/oder sehr viel Geduld und Toleranz roten Kästchen gegenüber. Wieso Pflichtfeld? Hab ich doch schon ausgefüllt!? Wieso kann ich die Telefonnummer so nicht schreiben, und wozu braucht ihr die überhaupt?!

Garantiert keinen Herzinfarkt bekommen die Vereinsmitglieder im Lande mit dem frisch relaunchten Internetportal **qualifizierung-im-sport.de**. Das „alte“ Portal war durchaus nicht unkomfortabel, doch „es hatte seine Zeit“, meint der LSB-Projektverantwortliche Jürgen Weber. „Wir haben im Jahr um die 50.000 Teilnehmer, die die Bildungsangebote des Landessportbundes NRW wahrnehmen, dazu noch einmal 20.000 über die Fachverbände.“ Da musste konzeptionell und technisch nachgerüstet werden, um die Interessenten zu „ihrer“ Veranstaltung zu führen.

Arbeit am Feintuning

Das Portal ist fertig und seit Dezember 2016 freigeschaltet. Die Veranstaltungen für 2017 sind eingepflegt und können von den Nutzern gebucht werden. Ein bisschen Feintuning ist allerdings noch nötig, denn es fehlen noch einige Features. Ende Januar 2017 wird die Suche freigeschaltet, und dann werden auch die Sortiermöglichkeiten nach Ort oder Zeitpunkt nutzbar sein.

Alles neu: Bestellvorgänge finden in Echtzeit statt. Redaktionelle Texte liefern Hintergründe. Suggestivsuche leitet ab Ende Januar zur gewünschten Qualifikation

UNTERSTÜTZT DURCH:



Mit der neuen Suche aber wird es spannend. Jeder, der im Internet etwas kaufen, bestellen, buchen möchte, kennt das. Vor das Kaufen hat Gott die Suche gestellt: nach Interesse, nach Datum, nach Ort, nach Preis. Beim alten Qualifizierungsportal waren der Suche nach Fortbildungen, der Ergebnisausgabe und den Buchungsmöglichkeiten Grenzen gesetzt – zu konkret waren teilweise die Abfragen. Mit dem neuen Portal wird es ab Januar suggestiv: „Die komplizierte Suche wird durch eine Suggestivsuche abgelöst, wie man sie auch von Amazon kennt. Es werden also Vorschläge gemacht, die den Nutzer schneller zum Ergebnis führen.“ Dazu musste das bisherige System der Kategorien verändert werden. Die üblichen Schubläden passten nicht mehr, weil sie häufig nur für solche Teilnehmer verständlich waren, die sich im Fortbildungssystem eh schon auskannten. „Zukünftig muss man nicht mehr von innen kommen – die Menschen werden einfach, intuitiv, eingängig abgeholt“, so Weber.

Very easy: VeasySport

Dazu gehört auch eine interaktive Grafik, die die Qualifizierungswege sichtbar macht – so dass auch Neulinge einfach „ihren“ Weg finden können, ohne sich mühsam mit komplizierten Erklärungen und Schaubildern auseinandersetzen zu müssen. Technisch leistet dies im Hintergrund eine spezielle, extra gebaute Software: VeasySport. Anbieter von Qualifizierungsmaßnahmen, also etwa Stadt- oder Kreissportbünde, legen ihr Angebot darin ab. Die Angebote erscheinen nicht nur auf qualifizierung-im-sport.de, sondern auch auf den Internetseiten der SSB/KSB (sofern diese schon an das System angeschlossen sind) und sind auch von hier aus buchbar. Weiter sieht der Nutzer unmittelbar, ob überhaupt noch Plätze verfügbar



sind – bisher war das erst am nächsten Tag möglich. Eingeloggte Nutzer müssen nur noch einmal ihre Daten eingeben, dann merkt das System sie sich für alle folgenden Vorgänge – moderne Bestellführung eben.

Mehr Qualifikation geht immer

Auch optisch wird die ganze Seite zeitgemäßer und lehnt sich im Layout und im „look and feel“ an die neuen Internetseiten des LSB an. So genannte „Personas“, also Menschen, die bestimmte Gruppen verkörpern – Bereich Fitness, Bereich Übungsleiter etwa – leiten den Suchenden in sein Interessensgebiet und geben den Kategorien ein Gesicht. Journalistische Texte bieten Hintergründe zu verschiedenen Themen.

Die Arbeit an der neuen Seite hat über ein Jahr gedauert. Warum die Mühe? Denn buchen konnte man, wenn auch zunehmend unkomfortabel, doch vorher auch? Martin Wonik, zuständiger LSB-Vorstand: „Wir sind ein großer Anbieter von Bildung in NRW und können noch mehr leisten. Unser Ziel ist es, noch mehr Mitglieder in unser Bildungssystem zu führen und zu qualifizieren.“

VOR DEM KNALL

Zwischenmenschliche Reibungen sind ganz normal. Wenn jedoch die Arbeit davon beeinträchtigt wird, Angebote auf der Kippe stehen oder es gar gefährlich werden kann, ist Konfliktmanagement gefragt.



„Was, wenn sich bei einer Hochgebirgstour plötzlich jemand querstellt? Wenn jemand psychisch blockiert ist? Im besten Fall versaut das den anderen Teilnehmern nur den Urlaub. Im schlimmsten Fall hängen Menschenleben davon ab!“ Eine drastische Analyse, die Roland Schulz da formuliert. Er ist Referent für das Familienbergsteigen im Landesverband NRW des Deutschen Alpenvereins und weiß um die besondere Gefahr von Konflikten am Berg. Klettern ist eine Sportart, bei der sich alle blind aufeinander verlassen müssen, doch „die Familiengruppenleiter sind alle ehrenamtlich tätig – bedeutet, es sind nicht in jedem Fall Personen, denen es einfach fällt, andere Menschen zu lenken.“ Schulz organisierte präventiv im Rahmen der Familiengruppenleiter-Fortbildung das Seminar „Kreatives Konfliktmanagement“ für seine Leute, um sie für den Ernstfall zu rüsten. Diese Veranstaltung bei Vereinsberater Josef Quester begann mit einem nachhaltigen Augenöffner.

ALLES GANZ ANDERS

Er konfrontierte die Teilnehmenden mit einer vermeintlich klaren Situation und ließ sie diskutieren und Partei ergreifen – allerdings erwies sich der Sachverhalt als völlig anders als auf den ersten Blick vermutet. Beobachten, zuhören, dann auf Basis der gesammelten Fakten in Ruhe urteilen war das Lernziel des ersten Seminarteils. Das hat funktioniert: „Josef hat uns regelgerecht in die Falle gelockt, um zu sehen, wie naiv wir eigentlich sind“, berichtet ein noch immer geplätteter Roland Schulz. „Noch nie habe ich einen so intensiven Kurs mitgemacht!“ Mitgenommen haben er und die Teilnehmenden eine Lehre fürs Leben, findet er. Schließlich gibt es überall Leute, die rumkrakeelen und stören, im Beruflichen wie im Privaten. „Jetzt gucke ich erst mal in Ruhe und versuche, die Situation auch aus den Augen der Beschuldigten wahrzunehmen.“

Sich als Verein mit Konfliktmanagement auseinandersetzen kann entweder präventiv oder reaktiv geschehen. Aber geschehen sollte es, denn wo



*Wenn alle unsere Familiengruppenleiter in
Krisenprävention ausgebildet sind, kann am Berg
nichts mehr passieren.*

KONFLIKTBERATUNG BEI VIBSS

Konfliktberatungen können präventiv oder konkret in Anspruch genommen werden. Stellen Sie einen Antrag über VIBSS. Ihr Berater setzt sich mit Ihnen in Verbindung. Sie haben pro Jahr Anspruch auf sechs Stunden kostenloser Beratung.

KONTAKT

Service Qualifizierung, Telefon 0203 7381-777, VIBSS@lsb-nrw.de



Konfliktmanagement am Beispiel Klettern. Die Fotostricke von Seite 32 bis 34 zeigt verschiedene Situationen dieser Sportart. Konflikte müssen präventiv bearbeitet werden. In Aktion muss man sich blind aufeinander verlassen können.

Menschen unterschiedlichen Alters, unterschiedlicher Herkünfte und Hintergründe zusammenkommen, kann es krachen. Doch scheuen sich manche Verantwortliche, das Thema anzugehen. Denn schließlich weiß die Welt dann, dass wir alleine nicht klar kommen, denkt mancher Vorstand. Viele verpassen auch einfach die Ausfahrt und reagieren erst dann, wenn das Kind schon reichlich tief im Brunnen liegt. „Wenn ein Verein spürt, ohne Veränderung seinen Auftrag nicht mehr erfüllen zu können, ist die Zeit für Konfliktmanagement gekommen“, meint Josef Quester. „Aufträge werden nicht mehr erledigt. Dinge werden doppelt gemacht. Menschen reden nicht mehr miteinander.“ Quester nutzt das schöne Bild eines Rabattmarkenheftes: Statt klärender Worte klebt man in Gedanken eine Rabattmarke. Irgendwann – womöglich nach Jahren

– ist das Heft voll und die Situation fliegt allen Beteiligten um die Ohren. Und niemand kann sich rückblickend an die „Rabattmarken-Situationen“ erinnern. „Besser, so ein Heft gar nicht erst anzulegen“, meint Quester.

WENN WORTE EXPLODIEREN

Einen Hilferuf über VIBSS schickte der Vfj Laurensberg. Hier hatten sich zwei Trainer – einer männlich, einer weiblich – dermaßen in die Haare bekommen, dass eine Zusammenarbeit nicht mehr möglich war und Sportangebote auf der Kippe standen. Im Rahmen der Konfliktmediation kam heraus, dass die Streitigkeiten rassistisch und sexistisch motiviert waren. „Zwei Temperamente knallten aufeinander“, beschreibt Jugendleiter Karlheinz Welters die Situation. Im Vorfeld der Mediation wurden mit den Parteien telefonisch Gespräche geführt, jeder konnte die Situation aus seiner Sicht schildern. Vereinsberater Quester erläutert den Schritt: „Es hilft, die Bedürfnisse hinter dem Verhalten zu entdecken und zu würdigen.“ Der folgende, dreistündige Termin selbst fand in einem kleinen, internen Kreis statt, er wurde allerdings von einer Person nicht wahrgenommen. „Es war sehr intensiv, erwachsene Männer haben geweint“, so schildert Welters das Treffen. Die Resultate machten alle Beteiligten wieder handlungsfähig: Der Verein setzte ein Respekt-Papier mit konkreter Handhabe für Sanktionen auf. Für die Mitarbeiter gibt es zukünftig Angebote zu Rhetorik und Deeskalation. Die Trainerin hat den Verein aus freien Stücken verlassen, weil sie sich der Konfliktarbeit nicht stellen wollte. Der andere Trainer hat die Mediation gut mitgemacht und ist jetzt „an der kurzen Leine“. Und froh über den Prozess. „Ich finde es klasse, dass Du mich damals nicht rausgeschmissen hast“, so seine Worte. —

TEXT MICHAEL STEPHAN

FOTOS ANDREA BOWINKELMANN



UND ES HAT „BOOM“ GEMACHT

DIE STIMMUNG TOPP, DAS PROGRAMM AUF DEM PUNKT, DAS INTERESSE ÜBERWÄLTIGEND. ÜBER 1.100 TEILNEHMERINNEN UND TEILNEHMER UNTERSTRICHEN, DASS DER KONGRESS **„SPORT & BILDUNG IN NRW! BEWEGTE KINDHEIT UND JUGEND“** DEN NERV DER ZEIT TRAF UND EIN AUSRUFZEICHEN FÜR DIE ZUSAMMENARBEIT IN BILDUNGSPRAXIS UND BILDUNGSPOLITIK SETZTE.

Talkrunde mit Moderatorin Dunja Hayali, Sportministerin Christina Kampmann, LSB-Präsident Walter Schneeloch und Schulministerin Sylvia Löhrmann: Partnerschaftliche Zusammenarbeit zwischen Schule und Sportverein hat große Bedeutung



Das Gehirn ist in jungen Jahren besonders lernfähig. Sport lässt die Nervenzellen schneller wachsen

PROFESSOR MANFRED SPITZER,
ärztlicher Direktor der
Psychiatrischen Universitätsklinik, Ulm

Vergnügte Gesichter im Auditorium des Congress Centers Düsseldorf. Mit sichtlichem Spaß an der Freud' hämmert das Plenum mit „Boomwhackers“, bunten Kunststoffröhren, einen Sound in den Saal, der gute Laune machte. Und noch lange nachhallen wird. Es hat „boom“ gemacht! 1.100 mal boom! Von einem „Orchester“ aus Übungsleitern und Trainern, Lehr- und Fachkräften, Erziehern, Sozialpädagogen, Bildungsplanern aus den Kommunen und Wissenschaftlern. In einer „Sinfonie“, in der erstmals alle Zielgruppen in NRW zusammentrafen, die sich in der Kinder- bzw. Jugendarbeit im Sport engagieren.

„Tolle Atmosphäre. Motiviert mich. Gerne wieder.“ Der Kongress kam an. Für die Beteiligten war klar: Sport ist Bildungsmotor für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und muss in den Bildungslandschaften den gebührenden Platz finden. Oder wie es eine Teilnehmerin formulierte: „Wir brauchen ein selbstverständliches Miteinander über alle Institutionen hinweg. Mit einem ganzheitlichen Bildungsverständnis!“

Multiprofessionelle Teams und Netzwerke bilden

Leichter gesagt als getan. Wie es funktionieren kann, zeigten nicht nur viele Praxisbeispiele während des Kongresses, sondern auch das „Forum 4“. Es befasste sich damit, wie gezielt „multiprofessionelle Teams“ und Netzwerke unterschiedlicher Partner entstehen können. Prof. Dr. Astrid Krus von der Hochschule Niederrhein stellte dazu einen detaillierten „Fahrplan“ vor, mit allen Eckpunkten für den Erfolg. Gewusst wie: So gelte es zum Beispiel von Anfang an, „ein Bewusstsein für das gemeinsame Anliegen zu entwickeln und Vertrauen zu schaffen“. Wichtig sei, die Fähigkeiten und Ressourcen der einzelnen Partner herauszuarbeiten, niemanden zu übergehen, Grenzen zu respektieren, konkrete Ziele und Regeln zu definieren. Da sollte doch was machbar sein...

Der Kongress bot eine hervorragende Gelegenheit, um mit Netzwerkpartnern ins Gespräch zu kommen, und hat gezeigt, dass das, was wir tun, ankommt. Es wird sicherlich einen nächsten Kongress geben.

Martin Wonik, Vorstand Landessportbund NRW

Was schon längst machbar ist, zeigte ein Beispiel im „Forum 2“, das sich mit dem Sport im Ganzttag und in Bildungsnetzwerken beschäftigte. Maria Nehm, Leiterin der Hüllbergschule Witten, einem Kooperationsprojekt, zeigte, wie Bewegung, Spiel und Sport Teil des schulischen Alltags sein kann: „Wir sind nicht Grundschule und Ganzttag, sondern Offene Ganzttagsschule und leben das von morgens bis abends.“ Eine Trennung von Schule und Nachmittagsangebot, von Bewegung und Bildung, ist hier kein Thema.



Gern auf dem Kongress gelesen:
Der 3. Report „SPORT & BILDUNG in NRW!“

Sport ist beliebtestes Zusatzangebot im Ganzttag

Und: Studien belegen, „dass Sport das beliebteste Zusatzangebot im Ganzttag darstellt. Sportvereine sind die häufigsten Kooperationspartner“, wie Prof. Dr. Thomas Rauschenbach, Direktor des Deutschen Jugendinstituts in seinem Vortrag ausführte. Er wies darin darauf hin, dass das Aufwachen von Kindern und Jugendlichen heute großenteils institutionalisiert und pädagogisiert sei. Das bedeutet: Der Sport müsse „aktiv in die Gestaltung des Alltags von Bildungsinstitutionen eingreifen.“

Dass Sport und Bewegung auch auf die „Bildung“ von Nervenzellen im Gehirn Einfluss hat, belegte sehr unterhaltsam der Hirnforscher Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer. Vereinfacht ausgedrückt: Jogging ist die beste Form des Gehirntrainings, weil „Sport die Nervenzellen schneller wachsen lässt“. Da das Gehirn gerade in jungen Jahren besonders lernfähig ist, sei es sinnvoll, dort für Bewegungsanlässe zu sorgen. Da sei es schon besser mit einem Stift zu schreiben, als die Tastatur eines Laptops zu bedienen... Was neurowissenschaftliche Grundlagen zur Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für Lernprozesse bedeuten, das stellte übrigens „Forum 1“ in den Fokus seiner Betrachtungen. Aber dass mehr Hirn hilft, hat wirklich niemand auf dem Kongress bestritten. _____

PLATTFORM FÜR MEINUNGSAUSTAUSCH, INITIATOR FÜR NETZWERKE



Mit wissenschaftlichen Vorträgen, vier Gesprächsforen, einem „Markt der Möglichkeiten“ und Beratungsangeboten verstand sich der Kongress als Plattform für Akteure aus Wissenschaft, Schule, Kommune, Jugendhilfe, KITAS und zivilgesellschaftlichem Sport. Träger waren der LSB, das Sportministerium und das Schulministerium des Landes Nordrhein-Westfalen. Partner waren die Unfallkasse NRW und der BKK Landesverband Nordwest.

FINANZIELLE Rückendeckung

Die finanzielle Rückendeckung erhalten die jungen Menschen, weil sie sich trotz einer schwierigen Lebenssituation ehrenamtlich in einem Verein, Bund oder Verband für andere einsetzen. „Wir möchten zusammen mit den Förderern in die Zukunft von jungen Ehrenamtlichen investieren. Durch das Stipendium wollen wir sie unterstützen, ihr Talent im Sport und Ehrenamt nachhaltig und wirkungsvoll zu entfalten“, so Jens Wortmann, Vorsitzender der Sportjugend NRW.

Auf dem Jugendtag der Sportjugend NRW Ende November in Ratingen erhielten vier junge Ehrenamtliche stellvertretend für weitere 26 ein Jahresstipendium in Höhe von jeweils 2.400 Euro. Von diesen **insgesamt 30 Stipendien unterstützt** der Rheinische Sparkassen- und Giroverband sechs. Förderer der Stipendien sind auch das NRW-Sportministerium und die Sportjugend NRW.



Freuen sich über das Stipendium (v.l.): Phil Lukosch, Jan Dörbandt, Nina Seibert und Sarah Quirbach.

Die 16- bis 26-jährigen Stipendiaten aus ganz Nordrhein-Westfalen erhalten ein Jahr lang monatlich zweihundert Euro. Zusätzlich erwarten die jungen Menschen viele neue Erfahrungen, ein wertvolles Netzwerk und ein Sommercamp. Sie verpflichten sich mit der Annahme des Stipendiums dazu, ihr Engagement fortzuführen und an den gemeinsamen Treffen aller Stipendiaten teilzunehmen.

Nur ein Beispiel: Die 19-jährige Sarah Quirbach von der Berg- und Skigilde in Hattingen engagiert sich vielfältig als Übungsleiterin und Sommerwartin in der Jugendabteilung des Vereins. Sie organisiert Sommerfreizeiten und fährt als Betreuerin mit auf Skifreizeiten. Darüber hinaus ist sie in der Sportjugend im StadtSportVerband Hattingen aktiv. Teile ihres Stipendiums investiert die ehemalige Gruppenhelferin zur Unterstützung ihres Studiums: „Ich studiere Sport- und Gesundheitstechnik in Hamm und neben den drei Ehrenämtern noch einen Job zu machen, das ist dann doch etwas schwierig.“

SPORTJUGEND NRW EHRT DR. KLAUS BALSTER

Auf dem Jugendtag wurde Dr. Klaus Balster (Bild) für sein jahrelanges und vielseitiges Engagement geehrt. Neben seinen zahlreichen ehrenamtlichen Funktionen (u.a. Vorstandsmitglied der Sportjugend NRW und Leiter des Ressorts „Bewegung, Spiel und Sport“) hat sich Klaus Balster früh im organisierten Sport als „Lobbyist für Kinder“ und insbesondere für eine „Kinderwelt als Bewegungswelt“ positioniert. Er prägte im Laufe von Jahrzehnten zahlreiche Initiativen wie „Wir brauchen eine starke Lobby für Kinder“ oder „Förderung von Kindern mit mangelnden Bewegungserfahrungen“.



BILDUNG vermuten viele in höheren Sphären, die dann nur noch in wissenschaftlichen Diskursen oder von der OECD zu erreichen sind. Das kann Ängste oder Ablehnung auslösen und zu Blockaden führen. Wir müssen uns im Umgang mit Bildung entspannen! Bildung grenzt nicht aus, Bildung gehört nicht exklusiv den Universitäten oder Schulen, Bildung gehört keinen Eliten, Bildung *GEHÖRT UNS ALLEN*. Sie macht aus uns das, was wir sind und sie schenkt uns sogar die Möglichkeit, uns selbst noch besser zu machen als wir gerade sind!



FÜR EINEN entspannten Umgang MIT „SPORT & BILDUNG“

Da die Welt – wie so oft – nicht so ist, wie sie sein sollte, wird der *SPORT* in all seinen Erscheinungsformen auf der Flughöhe 10.000 Meter der bisherigen Bildungsdebatten regelmäßig nicht mitgenommen. So haben wir uns selbst auf den Weg gemacht, um die *VERBINDUNG* von Sport & Bildung öffentlich und auch im Sportsystem bewusster zu machen.

Zwei Dinge möchte ich Ihnen ans Herz legen, einmal den aktuell erschienenen 3. Report „SPORT & BILDUNG in NRW!“ (➔ www.lsb-nrw.de/unsere-themen/sport-bildung) und natürlich unsere Kampagne „Beim Sport gelernt“.

Wir wissen, dass Bildung mehr ist als Lernen, aber wir brauchen auch einfache Zugänge. Trauen Sie sich ran an das Thema „Sport und Bildung“, entdecken Sie Bildung in der Sportpraxis oder beim Managen eines Vereins. Sprechen Sie darüber, leben Sie den Zusammenhang von Sport und Bildung: *1.100 KONGRESSTEILNEHMER/-INNEN* aus dem Sport, Kitas, Schulen, Wissenschaft und Kommunen haben das am 18. November beim Kongress in Düsseldorf über Institutionengrenzen hinweg gezeigt.

Matthias Kohl, Referatsleiter „Kinder- und Jugendsportentwicklung“

HERAUSGEBER

Landessportbund Nordrhein-Westfalen e. V.

Hausadresse:

Friedrich-Alfred-Straße 25, 47055 Duisburg

Postadresse:

Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg
Telefon 0203 7381-0
Telefax 0203 7381-615
www.lsb-nrw.de
info@lsb-nrw.de

REDAKTION

Ilja Waßenhoven (V.i.S.d.P.)
Joachim Lehmann (Leitung), Ulrich Beckmann,
Andrea Bowinkelmann (Foto),
Theo Düttmann (geschäftsführender
Redakteur), Gerhard Hauk,
Sabrina Hemmersbach,
Frank-Michael Rall, Jürgen Weber und
Sinah Barlog (Redaktionsassistentin)

Titelfoto

Andrea Bowinkelmann

LSB-Fotos

Andrea Bowinkelmann

SERVICE VEREINE

Betreuung kostenfreier Vereinsbezug
Landessportbund NRW
Evelyn Dietze
Telefon 0203 7381-937

ABONNEMENT

jährlich 15 EUR für 8 Ausgaben

Bestellung bis 31.12.2016

L. N. Schaffrath NeueMedien
Betreuung Abonnenten „Wir im Sport“
Marktweg 42-44, 47608 Geldern
Aboservice@schaffrath-neuemedia.de
Telefon 02831 925-543
Telefax 02831 925-610

Bestellung per Internet:

www.lsb-nrw.de/medien/lsb-magazin

GESTALTUNG

Entwurfswerk*, Düsseldorf
www.entwurfswerk.de

DRUCK

Druckerei L. N. Schaffrath, Geldern

ANZEIGENVERWALTUNG

Luxx Medien Verlagsdienstleistungen
Ellerstraße 32, 53119 Bonn
Telefon 0228 688 314 12
Telefax 0228 688 314 29
www.luxx-medien.de

Ansprechpartner

Jörn Bickert, bickert@luxx-medien.de

Redaktionsschluss 15.01.2017

Anzeigenschluss 15.01.2017

ISSN: 1611-3640



Klima schützen
mit Deutsche Post



ARAG. Auf ins Leben.



Wir bieten Spitzen- versicherungen nicht nur für Spitzensportler

Als Spezialist für Sport- und Verbandsversicherungen bieten wir Mitgliedern, Funktionären und Ehrenamtlern weitreichenden Schutz – bei Wettkämpfen, Veranstaltungen, Proben und Training, auf Reisen oder in verantwortungsvoller Position.

Mehr Infos unter www.ARAG-Sport.de