

LSB Magazin

LandesSportBund Niedersachsen



Das Pferdesportjahr 2018

Seite 8

ARAG

Sportjugend

winner-party 2017 S. 4

LandesSportBund

Mehr Bewegung im Ganztage S. 6

LandesSportBund

Gesundheitssport S. 11



Bewegung draußen früh fördern

Akademie: Das war der Tenor des Akademie-Forums „Bewegter Kindergarten in Niedersachsen“ (s. a. LSB-Magazin 12/2017, S. 19).

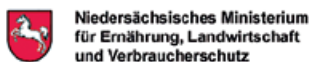
Prof. Rolf Schwarz (Pädagogische Hochschule Karlsruhe) warb dafür, dass sich Kindergartenkinder für eine ganzheitliche Entwicklung ihrer Gesamtpersönlichkeit besser bewegen sollten – das bedeutet für ihn, Bewegung und gute Ernährung zu verbinden. Dies sollten vor allem auch Kindertagesstätten leisten können, die das Markenzeichen „Bewegungskita“ in Niedersachsen tragen. Diese Kombination

könne dazu beitragen, dass weniger Kinder übergewichtig werden. Weiter sollte Bewegung sowohl in der Kita als auch zu Hause vor allem im Freien stattfinden. In Kitas sollten dafür 15 m² Außenfläche pro Kind zur Verfügung stehen.

Torsten Heuer (Diplom-Sportlehrer) berichtete, dass die Gleichgewichtsfähigkeit von Kindern abnimmt. Dies sei deshalb bedenklich, weil sie z. B. die Konzentrationsfähigkeit und das Schreiben beeinflusse, da hierfür eine stabile Sitzhaltung und selbstständige Haltungskontrolle benötigt werde. Erzieher sowie Übungsleiter sollten

darauf achten – wobei die Individualität der Kinder berücksichtigt werden muss. In praktischen Workshops ging es um koordinative Fähigkeiten, spaßbetonte Ausdauer-schulung, Bewegung kombiniert mit Liedern und Sprache, Aufmerksamkeit und Impulssteuerung, gesundheitsfördernde Bewegungen für Kindergartenkinder sowie Fertigkeiten für die Schulfähigkeit.

Mehr Informationen unter: www.akademie.lsb-niedersachsen.de/bewegter-kindergarten-nds



Schulverpflegung in Bewegung

Akademie: Bei der Kooperations-Veranstaltung Schulverpflegung in Bewegung standen das Schnittstellenmanagement in der Schulverpflegung, die Essenssituation als Bildungsangelegenheit und die Ausschreibung von Schulverpflegung im Mittelpunkt, insbesondere mit Blick auf Ganztagschulen. Wer ganztägig eine Schule besucht, sollte ein schmackhaftes, ernährungsphysiologisch ausgewogenes Mittagessen erhalten, um körperlich und geistig fit den Alltag meistern zu können. Denn die Qualität der Mahlzeit hat einen unmittelbaren Einfluss auf die Leistungsfähigkeit und -bereitschaft.

Prof. Ulrike Arens-Acevedo (Präsidentin Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.), Mitautorin der Studie „Qualität der Schulverpflegung“, sprach davon, dass es weniger ein Erkenntnis- als ein Handlungsdefizit beim Thema gebe (s. Infokasten). Sie warb dafür, dass alle Akteure in der Schule bei der Gestaltung der Verpflegung eingebunden werden sollten. **Prof. Birgit Althans** (Universität Lüneburg) sagte, dass sich auch in Schulen eine Kultur der Schulverpflegung etablieren müsse, wie es diese in vielen Kitas schon gebe. Notwendig sind

Räume, in denen Schülerinnen und Schüler essen können und dass sie in die Gestaltung des Angebotes eingebunden werden.

Sabine Chilla und **Petra Vonderach** (Fachberaterinnen für Schulverpflegung und Vergaberecht) sagten, Schulträger

sollten bei der Ausschreibung von Schulverpflegung verbindliche Qualitätskriterien formulieren, die bei der Vergabe von den Lieferanten berücksichtigt werden müssen.

Mehr Informationen

Empfehlung zur Gesundheitsförderung und Prävention in der Schule (Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 15.11.2012)

[Weblink: www.kmk.org](http://www.kmk.org)

Darin heißt es u. a.: „Gesundheitsförderung und Prävention sind integrale Bestandteile von Schulentwicklung. Sie stellen keine Zusatzaufgaben der Schulen dar, sondern gehören zum Kern eines jeden Schulentwicklungsprozesses. Die Qualität von Schule wird wesentlich von Schulklima und Lernkultur bestimmt. Respekt und Wertschätzung, Beteiligung und Verantwortung sind prägende Elemente einer gesundheitsförderlichen Schulkultur. Generell soll darauf geachtet werden, dass Gesundheitsförderung und Prävention

- verhaltensorientiert sind und damit den Kompetenzerwerb der Schülerinnen und Schüler unterstützen,
- verhältnisorientiert sind und die räumlichen sowie sozialen Bedingungen der Lebenswelt Schule berücksichtigen,
- partizipativ angelegt werden, die Bedarfe und Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler sowie der anderen schulischen Akteure berücksichtigen und konkrete Lebensweltbezüge aufweisen und
- unterschiedliche Lebensstile und Bedürfnisse von Mädchen und Jungen sowie von Kindern und Jugendlichen unterschiedlicher familiärer, sozialer und kultureller Herkunft berücksichtigen.“

Wahlen

Liebe Leserin und lieber Leser,

die das Jahr 2017 prägenden Ereignisse und Personen sind bereits ein Teil der Geschichte. Das betrifft auch die sportlichen Highlights und besonderen Leistungen, die es auf allen Ebenen des Sports gegeben hat. Der Gewinn einer Kreismeisterschaft, die Teilnahme an einer deutschen Meisterschaft, der besondere Erfolg eines Trainers, der Einsatz eines ehrenamtlich Mitarbeitenden: neben der Bedeutung für den Einzelnen haben sportliche Erfolge und herausragender Einsatz für den jeweiligen Verein, die Gemeinde oder Stadt, für das Land und für die Sportverbände eine besondere Bedeutung und verdienen deshalb Wertschätzung und Anerkennung.

Sportvereine und Sportverbände würdigen deshalb am Beginn jedes neuen Jahres Sportlerinnen und Sportler des Jahres, Mannschaften des Jahres, Trainer des Jahres, Schiedsrichter des Jahres und besonders Engagierte als Vereinshelden. Städte und Gemeinden sowie Tageszeitungen haben diese Form der Wertschätzung und Anerkennung seit vielen Jahren aufgegriffen und stellen besondere Erfolge und besondere Persönlichkeiten ebenfalls durch Wahlen noch einmal in den Mittelpunkt. Auch der LSB führt mittlerweile zum 14. Mal eine niedersächsische Sportlerwahl durch, die erfolgreiche Sportlerinnen und Sportler sowie Mannschaften für herausragende sportliche Leistungen auszeichnet. Eine fachkundige Jury hat die Vorauswahl getroffen und wird bei der endgültigen Entscheidung 50 % des Ergebnisses bestimmen. Über die restlichen 50 % entscheidet die niedersächsische Bevölkerung in einem öffentlichen Wahlverfahren. Hieran können auch Sie sich beteiligen. Die Jury hat hohe Qualitätsanforderungen an alle Kandidatinnen und Kandidaten gestellt. Im sportlichen Wettkampfsystem werden sehr hohe motorische und kognitive Leistungen abverlangt, die letztlich über Sieg und Niederlage entscheiden. Für den LSB sind ausschließlich die am konkreten sportlichen Wettkampf Beteiligten als Sportlerin, Sportler oder Mannschaften des Jahres wählbar. Die Schieds- und Kampfrichter, Trainer und Funktionäre sind notwendige Begleiter hoher sportlicher Leistungen, sie sind aber nicht in der Rolle des Wettkämpfers und verdienen ihre berechnete Anerkennung an anderer Stelle.

Die Präsentation der niedersächsischen Sportlerwahl erfolgt im Rahmen des Ball des Sports am 09. Februar 2018 in Hannover. Wählen Sie mit und seien Sie dabei!

Ihr



Reinhard Rawe, Vorstandsvorsitzender

Sagen Sie uns Ihre Meinung!
E-Mail: rrawe@lsb-niedersachsen.de
Alle Kommentare finden Sie hier:
www.lsb-niedersachsen.de/lsb-magazin



Reinhard Rawe

In dieser Ausgabe

Sportorganisation Niedersachsen

- 2 Akademie: Schulverpflegung in Bewegung

Editorial

- 3 Wahlen

Sportorganisation Niedersachsen

- 4 Sportjugend: winner-party 2017
- 6 LSB: Mehr Bewegung im Ganztage
- 7 LSB: Klima(s)check für Sportvereine

Schwerpunkt

- 8 Gastbeitrag: Das Pferdesportjahr 2018

Sportorganisation Niedersachsen

- 10 LSB: Blended-Learning-Fortbildung „Inklusion im Sport – gemeinsam Wege finden“
- 10 LSB: Functional Training – trainieren wie die Profis
- 11 LSB: Arbeitstagung Gesundheits-sport
- 12 LSB: Fortbildung AFT-Praxis Programm
- 13 Einhefter Ball des Sports
- 21 Interview: Vereine in der EngagementBERATUNG
- 23 LSB: online Veranstaltungen melden

Sport & Gesellschaft

- 27 Gastbeitrag: Junge Leistungssportlerinnen in der Pubertät
- 29 Nds. Lotto-Sport-Stiftung

Recht, Steuern & Finanzen

- 30 VBG Beitragserhöhung

Titelbild: Freizeitpferdechampionat (Verden), Foto: Tina Pantel



Lesen Sie das LSB-Magazin digital und mobil.

Weblink:

www.lsb-niedersachsen.de/lsb-magazin

Impressum

LSB-Magazin LandesSportBund Niedersachsen

Herausgeber und Verleger: LandesSportBund Niedersachsen, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover, Tel.: 0511 1268-0

Redaktion: Katharina Kumpel (verantwortlich), Tel.: -221 und Tobias Fricke, Tel.: -222

ISSN 1865-3790

Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen

Layout & Anzeigen: Alexander Stünkel, Tel.: -223,

E-Mail: verbandkommunikation@lsb-niedersachsen.de

Adressverwaltung: Guido Samel, Tel.: -137, E-Mail: gsamel@lsb-niedersachsen.de

Erscheinen: 12 x pro Jahr jeweils am 5. eines Monats

Auflage: 15 800

Redaktions- und Anzeigenschluss: 5. des Vormonats

Abonnement: 12 Euro pro Jahr inkl. Zustellgeb.

Druck: SEDAI DRUCK GmbH & Co. KG, Böcklerstraße 13, 31789 Hameln



Ehrung für die Nachwuchssportler des Jahres (v. l.): Thomas Dyszack, Federico Scoccimarro, Raphael Winkelvoss, Talea Prepens, Lara van de Sandt, Phil Grolla, Gerd Meinecke, Stephan Manke, Axel Niedenführ und Lars Conrad. Foto: Lars Kaletta

Zwei Sieger vom anderen Ende der Welt

Judoka Giovanna Scoccimarro und Basketballer Isaiah Hartenstein sind Niedersachsens Nachwuchssportler des Jahres 2017. Zur winner-party der Sportjugend Niedersachsen konnten die beiden Erstplatzierten jedoch nicht anreisen: Jeweils rund 9.000 Kilometer Luftlinie trennten sie vom Veranstaltungsort.

sj: Bereits zum zehnten Mal lud die Sportjugend (sj) Niedersachsen über 300 erfolgreiche niedersächsische Nachwuchssportler ins GOP-Varieté Hannover ein – als Dankeschön für die Leistungen von Jugend- und Junioren-Meisterinnen und Meister sowie Topplatzierten bei nationalen und internationalen Titelkämpfen der vergangenen 12 Monate. Sie üben mehr als 30 Sportarten aus.

Nachwuchssportler des Jahres

Nicht dabei waren allerdings die beiden Sieger der Wahl zu Niedersachsens Nachwuchssportlern des Jahres. Die Entscheidung über die Auszeichnung traf eine durch die sj eingesetzte überfachliche Jury, die aus Vorschlägen der Landesfachverbände auswählte. Bei den Nachwuchssportlerinnen setzte sich dabei Judoka Giovanna Scoccimarro (20) vom MTV Vorsfelde durch. Ihre größten Erfolge 2017 waren der U 21-Weltmeistertitel in ihrer Gewichtsklasse bis 70

Kilogramm sowie der Vize-Europameistertitel bei den Frauen. Sieger bei den Nachwuchssportlern wurde Isaiah Hartenstein (Heimatverein: TSV Quakenbrück). Der 19-Jährige schaffte in diesem Jahr den Sprung in die U 19-Weltauswahl und in die US-amerikanische Profiligas NBA. Derartige Erfolge kommen nicht von ungefähr und so überraschte nicht, dass sowohl Giovanna Scoccimarro – aufgrund eines Trainingslagers in Japan – als auch Isaiah Hartenstein – aufgrund des Spielbetriebs seiner Rio Grande Valley Vipers, dem Farm-Team der Houston Rockets – die Auszeichnung nicht persönlich entgegennehmen konnten. Sie verpassten die Laudationes von Lars Conrad; die Preise sowie Urkunden aus den Händen von Thomas Dyszack, sj-Vorsitzender, und Stephan Manke, Staatssekretär im niedersächsischen Ministerium für Inneres und Sport, nahmen Federico Scoccimarro (Bruder von Giovanna) und Gerd Meinecke, langjähriger Mentor von Isaiah Hartenstein, entgegen.

Topleistungen auf Platz 2 und 3

Auch die jeweils Zweit- und Drittplatzierten waren in diesem Jahr außerordentlich erfolgreich: Talea Prepens (16) vom TV Cloppenburg wurde Zweite bei den Nachwuchssportlerinnen. Sie überzeugte die Jury mit ihrem Weltmeistertitel im 200 m-Sprint, den sie bei der U 18-Leichtathletik-WM in Nairobi (Kenia) errungen hatte. Lara van de Sandt (16) vom WSC Alfsee/Rieste fuhr im Wasserski in der Disziplin Jump zur Deutschen U 19-Meisterschaft und damit auf Platz 3 bei den Nachwuchssportlerinnen. Zweiter bei den Nachwuchssportlern: Phil Grolla (16) vom VfB Fallersleben. Er erreichte 2017 sogar zwei Weltmeistertitel der Para-Leichtathletik, sowohl im Kugelstoßen als auch im Diskuswerfen war er von der Konkurrenz bei der Junioren-WM in der Schweiz nicht zu schlagen. Der Sprung auf Platz 3 gelang Hammerwerfer Raphael Winkelvoss (17) vom Einbecker SV, der 2017 Bronze bei der

U 18-WM geholt hatte. Alle Top-3-Platzierten erhielten Preisgelder, bereitgestellt von den Sparkassen in Niedersachsen, den VGH Versicherungen und der LBS Norddeutsche Landesbausparkasse. Die Scheckübergabe erledigte Axel Niedenführ (LBS Nord), der je nach Platzierung 1.000 Euro (1. Platz), 500 Euro (2.) oder 250 Euro (3.) vergeben konnte. Außerdem erhielten die Ausgezeichneten jeweils eine Video-DVD: Darauf das vom Fahrgastfernsehen Hannover

erstellte Videoportrait der Sportlerinnen und Sportler, die im Vorfeld der winner-party eine Woche lang in den Stadtbahnen der Landeshauptstadt ausgestrahlt worden waren.

Exklusive Show

Ein exklusiv für die winner-party gestalteter Einblick in das aktuelle Varieté-Programm des GOP verzauberte im Anschluss

an die Sportlerehrung und das schon traditionelle Nudelbuffet das Publikum: Sportliche Akrobatik und Show-Elemente, dazu verblüffende Zauberkunst – so lautete das Erfolgsrezept der Künstler, die für das GOP-Programm „Trust me“ auf der Bühne standen. Zum Ende der winner-party gab es dann noch kleine Abschiedsgeschenke für alle über 300 Nachwuchssportler: Ein schöner Abschluss eines erfolgreichen Jahres.

Fotos und Videos: www.winner-party.de



(1) Weitere Ehrung: Jakob Thordsen, Junior-Weltmeister im Zweier-Kajak, ist Eliteschüler des Jahres 2017 am Sportinternat Hannover. Er erhielt aus den Händen von Dr. Sven Rieso, Bereichsleiter der Sparkasse Hannover, eine Urkunde und einen Scheck in Höhe von 250 Euro; (2) Verlosungskaktion der Sportjugend Niedersachsen; (3) Zauberer Timothy Trust aus dem GOP-Showprogramm „Trust me“; (4) Alle auf die Bühne: die geladenen Nachwuchssportler bei der winner-party 2017.
Fotos (4): Lars Kaletta

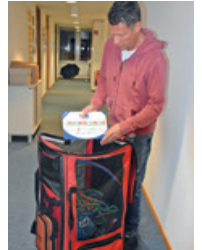
Mehr Bewegung im Ganztag

Der LandesSportBund (LSB) Niedersachsen hat ein neues Fortbildungsmodul für Beschäftigte in Grundschulen entwickelt. Es ist ein Angebot im Rahmen von „Bewegte Schule – Gesunde Schule Niedersachsen“.

LSB: Grundschulen, die einen Aktionstag „Bewegte Kinder – Schlaue Köpfe“ durchgeführt haben, können zusätzlich an Fortbildungsmodellen teilnehmen. Der LSB richtet sich mit seinem Modul 5 „Bewegte Schule, gesunde Schule in Niedersachsen „Mehr Bewegung im Ganztag“ speziell an pädagogische Mitarbeiter sowie an Lehrkräfte ohne Facultas Sport. Teilnehmen können zudem Übungsleiter aus den Vereinen, die mit der Grundschule kooperieren. An zwei Nachmittagen erfahren sie, wie mit bewährten Spiel- und Übungssituationen ohne große zeitliche, materielle und räumliche Aufwände der „ganze Tag“ zu einem bewegungsfreudigen Erlebnis gemacht werden kann. Der LSB bietet die



Startschuss in Hannover – Übergabe eines Bewegungstrolley an den TuS Davenstedt.
Foto: TuS Davenstedt



Der Bewegungstrolley.
Foto: LSB

Fortbildung mit der hkk-Krankenkasse an. Der Partner-Sportverein, der am Modul 5 „Mehr Bewegung im Ganztag“ teilgenommen hat, erhält danach von der hkk eine Bewegungstrolley sowie Sportmaterialien im Wert von 300 Euro.



Karsten Täger

ktaeger@lsb-niedersachsen.de

www.bewegteschule.de

Rubrik Aktionstage-Fortbildungsmodule/Angebote-fuer-Grundschulen (s. a. S. 22)



Foto: Niedersächsisches Kultusministerium

Klima(s)check für Sportvereine

Eine Kampagne mit Energieberatung und Ideenwettbewerb für mehr Energieeffizienz und Klimaschutz. Insgesamt 90.000 Euro Fördergelder jährlich/Vereine können sich ab sofort bewerben.

LSB: Viele Sportstätten in Niedersachsen sind in die Jahre gekommen. Bei notwendigen Modernisierungen geht es häufig auch um die energetische Effizienz – also die Frage, wie sich der Energieverbrauch und die Kosten dafür senken lassen. Hier setzt eine Kampagne an, die der LandesSport-Bund (LSB) Niedersachsen mit der Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen (KEAN) und dem Niedersächsischen Umweltministerium auf den Weg gebracht hat: Mit dem „Klima(s)check für Sportvereine“ werden Bewusstsein und Engagement für Energieeffizienz und Klimaschutz in niedersächsischen Sportvereinen gestärkt und die Vereine bei der Suche nach Fördermöglichkeiten unterstützt. Für die Umsetzung stellt das Umweltministerium bis 2020 pro Jahr 90.000 Euro zur Verfügung. Die Kampagne besteht aus zwei Bausteinen:

Ideenwettbewerb

Die Partner schreiben jährlich einen Ideenwettbewerb zur Ausrichtung einer öffentlichkeitswirksamen (Sport)Veranstaltung zum Thema Klimaschutz, Energiesparen und Sport mit 10.000 Euro Preisgeld aus. Einsendeschluss ist der 31. März 2018.

Weblink: www.klimaschutz-niedersachsen.de/klimascheck-sportvereine

Energieberatung

Die Partner unterstützen eine professionelle Energieberatung vor Ort mit bis zu 2.500 Euro. 2017 hat auch der SV Eddelstorf im Landkreis Uelzen davon Gebrauch gemacht. Andreas Burmester, 2. Vorsitzender des Fußballvereins, wurde durch den KreisSport-Bund auf das Angebot aufmerksam. Vor Ort war dann Gebäudeenergieberater Dipl. Ing. Jürgen Strege. Beim gemeinsamen Rundgang erfolgte eine vorläufige Bestandsanalyse.

Die Energieberatung wurden in den ersten Vereinen bereits durchgeführt, darunter auch beim **SV Eddelstorf** im Landkreis Uelzen: **Andreas Burmester**, 2. Vorsitzender des Fußballvereins, wurde durch seinen KreisSportBund auf das Angebot aufmerksam und stellte beim LSB einen Antrag. Am 1.



Jörg Schwiager vom TSV Sievershausen konnte sich mit seinem Verein über 10.000 Euro Preisgeld beim Ideenwettbewerb 2017 freuen. Foto: Stefan Koch

November bekam der Verein dann Besuch von Gebäudeenergieberater Dipl. Ing. Jürgen Strege. Beim gemeinsamen Rundgang erfolgte eine vorläufige Bestandsanalyse. Auch konkrete Maßnahmenvorschläge wurden erörtert: Lohnt es sich, konventionelle Leuchtmittel durch energiesparende LEDs zu ersetzen, sind Größe und Standort der Heizkörper dem Gebäude angepasst, ist die Heizanlage auf dem neuesten Stand und richtig dimensioniert? Für die vollständige Auswertung und den schriftlichen Energiebericht werden noch die Baupläne ausgewertet. Zu dem kompletten Check durch den Fachmann gehören außerdem eine Analyse der gebäudespezifischen Verbrauchsdaten sowie eine Erfassung und Bewertung der Anlagentechnik, insbesondere der Heizungsanlage. Auch über Fördermöglichkeiten von Sanierungsmaßnahmen informiert der Berater den Verein. Ein großes Lob gab es hinsichtlich des sogenannten Nutzeranspruchs, denn, so Strege: „Auch die modernsten Anlagen arbeiten ja nur effizient, wenn auch achtsam mit ihnen umgegangen wird. Dazu gehört zum Beispiel, dass nach Verlassen der Anlage die Lichter ausgeschaltet und die Heizkörper herunter gedreht werden. Das wird hier im Verein anscheinend vorbildlich beachtet“.



Energieberater Jürgen Strege erläutert den beiden Vereinsvorsitzenden Andreas Burmester und Torsten Escher die Optimierungsmöglichkeiten der Heizanlage (v. l.). Foto: Oliver Huchthausen

Sobald alle relevanten Daten komplett vorliegen, werden die Ergebnisse bei einem weiteren Treffen zusammen mit den Vertretern des Vorstandes diskutiert und konkrete Maßnahmen zur Energie(Kosten) einsparung vorgestellt.

Andreas Burmester fasst zusammen: „Ohne Sanierungs- und Unterhaltungsmaßnahmen sind unsere jährlichen Heiz- und Stromkosten enorm hoch. Mit den Tipps des Energieberaters wissen wir nun, welches die wichtigsten Schritte sind und welche Förderöpfe es gibt. Die Antragstellung beim LSB war einfach und unkompliziert. Daher kann ich jedem Verein nur empfehlen, sich auch 'Klima(s)checken' zu lassen!“. Die Kampagnenpartner beim LSB, der KEAN und im Ministerium hoffen, dass noch viele weitere Vereine dem Vorbild des SV Eddelstorf folgen werden und sich für eine Energieberatung bewerben – und damit bares Geld sparen und gleichzeitig das Klima schützen.



Vom 16. bis 18. November 2018 findet die Jugend-Challenge in Verden statt. Fotos (3): Tina Pantel

Das Pferdesportjahr 2018

Im Galopp startet für Niedersachsens Pferdesportler das Jahr 2018, denn bereits Ende Januar stehen hochkarätige Veranstaltungen im Kalender. Höhepunkte sind zwei Deutsche Meisterschaften der Vielseitigkeitsreiter im Verbandsgebiet, Landesmeisterschaften verschiedener Disziplinen sowie natürlich eine umfangreiche Palette an Leistungs- und Breitensportangeboten der niedersächsischen Pferdesportvereine.

Das springende Ross ist nicht nur Wappentier, sondern vor allem ein Wirtschaftsfaktor Niedersachsens. Rund 170.000 Pferde sind in Niedersachsen zuhause und circa 135.000 Reiter in rund 1.000 Vereinen Mitglied. Ein Arbeitsplatz kommt auf drei bis vier Pferde (etwa 50.000 Arbeitsplätze). Insgesamt werden in Niedersachsen jährlich rund fünf Milliarden Euro Umsatz in der Pferdesportbranche gemacht. Unter dem Dach des niedersächsischen Reiterverbandes betreuen der Pferdesportverband Hannover und der Pferdesportverband Weser-Ems die niedersächsischen Pferdesportler. Die Verbände möchten möglichst viele Menschen – vom jungen Ponyfan bis zum Spät- oder Wiedereinsteiger – im Verbandsgebiet für Pferde begeistern. Pferdefreunde können sich in den verschiedensten Disziplinen im Wettkampf messen und den fairen Umgang mit dem Partner Pferd kennenlernen und vervollkommen.

Der Pferdesportverband (PSV) Hannover ist der viertgrößte von 17 deutschen Landes- und Pferdesportverbänden, die dem Bundesverband für Pferdesport und -zucht, der FN (Fédération Nationale) angeschlossen sind. Die Geschäftsstelle hat ihren Sitz im Zentrum der Landeshauptstadt Hannover. Zum PSV Hannover gehören insgesamt gut 700 Vereine, in denen 82.896 (Stand der Zahlen 1.1.2016) Reiter, Fahrer und Voltigierer Mitglied sind. Die Vereine sind über die einzelnen Kreise sowie die Bezirke Hannover, Braunschweig, Lüneburg und Stade dem PSV Hannover als Landesverband angeschlossen.

Der Pferdesportverband Weser-Ems mit Sitz in Vechta ist der zuständige Sportverband für alle Arten des Pferdesports und für die mit dem Sport verbundene Pferdehaltung im Gebiet des Regierungsbezirks Weser-Ems. Der Verband gliedert sich in

vier Bezirksverbände, Emsland, Oldenburg, Osnabrück und Ostfriesland, die ihrerseits in 18 Kreisreiterverbände unterteilt sind. Diese zählen insgesamt fast 300 eingetragene Vereine als Mitglieder.

Die beiden Pferdesportverbände sind auch Ausrichter von Lehrgängen und Seminaren für Ausbilder, Turnierassistenten, Meldestellen-Mitarbeiter sowie von Richteranzwärterschulungen. Sie betreuen ihre Mitglieder in allen Fragen rund um den Pferdesport. Gefördert wird auch der allgemeine Pferdesport (Freizeit- und Breitensport) sowie Projekte im Schulsport. Die Verbände wirken mit bei Planungen, die Einfluss auf Raumordnung, Natur und Landschaft haben (beispielsweise Reitwegenetze und Umweltfragen).



Vom 12. bis 15. Juli 2018 finden in Verden die Landesmeisterschaften Dressur und Springen – das HA.LT – statt.

Reitsport-Highlights 2018

An jedem Wochenende finden im gesamten Verbandsgebiet Veranstaltungen für Pferdesportfreunde statt. Vom 26. bis 28. Januar messen sich auf dem nationalen Springturnier VER-Dinale in Verden Deutschlands besten Nachwuchspringreiter im Ponysattel beim Finale Bundesnachwuchschampionat Ponyspringen, wo natürlich auch niedersächsische Talente mit am Start sind. Auf Landesebene geht es dann mit Meisterschaftswettkämpfen für die Vierkämpfer (7. bis 8. April in Celle) und die Voltigierer (23. bis 24. Juni in Heidedloh) im PSV Hannover weiter. Im Verbandsgebiet Weser-Ems treffen sich auf dem internationalen Jugendturnier Future Champions in Hagen a.T.W. (12. bis 16. Juni) traditionell junge Dressur- und Springreiter, um sich im Viereck und Parcours zu messen. Die besten Nachwuchstreiter aus den Landesverbänden treten bei den LVM Masters gegeneinander an. Vom 21. bis 24. Juni treffen sich Fans des Vielseitigkeitssports zu den Deutschen Meisterschaften der „Busch-Reiter“ im Heideort Luhmühlen.

Nach der gelungenen Premiere des Han-

noverschen Landesturniers Dressur und Springen – kurz HA.LT genannt – 2016 in der Reiterstadt Verden, steht 2018 die zehnte Auflage des großen Meisterschafts-Events an. Der Pferdesportverband Hannover freute sich, vom 12. bis 15. Juli 2018 die landesweit besten Spring- und Dressurreiter aller Altersklassen in Verden zu begrüßen und auch den Amateuren eine eigene Meisterschaft zu bieten. Traditionell geht es für die Kreisverbandsverbände wieder um die Landestandarte und für Ponyteams aus den Kreisen um die Landesponystandarte.

Eine Woche später kürt der PSV Weser-Ems seine Landesmeister beim 70. Oldenburger Landesturnier vom 17. bis 22. Juli in Rastede. Mit 110 Wettbewerben in den Disziplinen Dressur, Springen, Vielseitigkeit und Fahren ist das Prüfungsspektrum sehr umfangreich und vielfältig. Rund 1.000 Teilnehmer sind dabei und bringen etwa 3.500 Pferde an den Start. Weiter geht es im August mit den hannoverschen Landesmeisterschaften der Vielseitigkeitsreiter in Bad Harzburg (10. bis 12. August 2018).

Das große Freizeit- und Breitensport Festival rund ums Pferd, die Verdiana, findet

zum 17. Mal vom 25. bis 26. August in Verden auf dem Rennbahngelände statt. Deutschlands beste Ponyvielseitigkeitsreiter messen sich vom 22. bis 23. September in Ströhen bei den Deutschen Ponymeisterschaften Vielseitigkeit. Auch hier sind mit Sicherheit starke niedersächsische Talente ganz vorne mit dabei. In der Hallenturniersaison sind Deutschlands beste Nachwuchstreiter im Dressur- und Springsattel bei der Jugend-Challenge (16. bis 18. November) in Verden am Start. Hier wird auch das Finale Bundesnachwuchschampionat Ponydressur ausgetragen, bei dem sich die 20 besten Ponyreiter bis 14 Jahre unter den Blicken der Bundestrainerin für höhere Aufgaben empfehlen.

Gastbeitrag von Tina Pantel

Weitere Infos über die Pferdesportverbände in Niedersachsen sowie viele Termine rund ums Pferd:

www.psvhan.de und

www.psvwe.de

Inklusion im Sport



Der Präsenntag für Personen aus dem Vereinsmanagement fand am Standort Hannover der Akademie des Sports statt. Das Angebot führen der LandesSportBund Niedersachsen und der Deutsche Olympische Sportbund durch. Foto: LSB

LSB: Die Blended-Learning-Fortbildung „Inklusion im Sport – gemeinsam Wege finden“ hebt vor allem auf die Bedürfnisse von Ehrenamtlichen ab. Sie richtet sich sowohl an Personen aus dem Vereinsmanagement als auch aus dem Übungsbetrieb. Die Fortbildung aus zwei Online-Phasen (edubreak® SPORTCAMPUS) und einem Prä-

senntag ermöglicht zeitflexibles Arbeiten. Themen-schwerpunkt für Führungskräfte war, Inklusion im Sportverein als Prozess zu verstehen und für verschiedene Organisationsebenen weiterzuentwickeln.

Am 26. Januar 2018 beginnt die Online-phase der Qualifizierung „Inklusion im

Sport – gemeinsam Wege finden“ für Personen, die inklusive Sportgruppen leiten wollen. Die Fortbildung ist im barrierefreien Format Blended Learning (edubreak® SPORTCAMPUS) konzipiert.

Am 10. Februar findet der Praxistag am Standort Hannover der Akademie des Sports statt. Die Fortbildung wurde im DOSB-Projekt „Qualifiziert für die Praxis: Inklusionsmanagerinnen/Inklusionsmanager für den gemeinnützigen Sport“ unter dem Gesichtspunkt der Kompetenzorientierung und mediendidaktischen Umsetzung in Zusammenarbeit mit der Friedrich-Alexander-Universität Nürnberg-Erlangen und der Ghostthinker GmbH erarbeitet. 2018 wird sie in einer weiteren Pilotphase in Kooperation mit dem Deutschen Schwimmverband durchgeführt. Das Projekt wird vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales aus den Mitteln der Ausgleichsabgabe gefördert.

Mehr Infos im BildungSportal
<https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de>



Functional Training – trainieren wie die Profis

LSB: Der LandesSportBund Niedersachsen bietet mit der Sport-Thieme-Akademie 11 ÜL-C Fortbildungen „Functional Training – trainieren wie die Profis“ an. Wie ist ein ganzheitliches Bewegungstraining aufgebaut? Mit welchen Übungen spreche ich gelenkübergreifend ganze Muskelketten an? Erarbeitet werden Kraft-, Koordinations- und Beweglichkeitsübungen für ein sportartübergreifendes und alltagsbezogenes Fitnessstraining. Bewegungsmuster werden mit dem eigenen Körpergewicht und mit Zusatzgewichten systematisch verbessert und stabilisiert. Variationen in der Bewegungsausführung und der Einsatz von motivierenden, aktuellen Kleingeräten stehen dabei im Mittelpunkt.

Termine

27. Januar	Helmstedt
3. Februar	Sögel
7. April	Hannover
14. April	Hildesheim
26. Mai	Hesel
9. Juni	Westerstede
25. August	Osnabrück
1. September	Bovenden
15. September	Fallingbostal
23. September	Lüneburg
17. November	Nordhorn

Anmeldung über: <https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/angebotssuche>



Fotos (2): Lars Kaletta



V. l.: Sebastian Gräber, Jutta Borneis, Bernd Grimm, Günter Kaufmann, Nina Panitz.
Fotos (3): LSB

Arbeitstagung Gesundheitssport

Für den Gesundheitssport der Sportvereine gibt es mit der Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT des DOSB und der Landesrahmenvereinbarung zur Umsetzung des Präventionsgesetzes in Niedersachsen neue Perspektiven.

LSB: Bei der LSB-Arbeitstagung Gesundheitssport wurden Neuerungen im Gesundheitssport erörtert und unter anderem fertige Fortbildungskonzepte „to-go“ für Vereine vorgestellt. Eingeladen zur Arbeitstagung hatten die Abteilungen Bildung und Sportentwicklung des LandesSportBundes (LSB) Niedersachsen.

Serviceplattform

Sportvereine und Übungsleiter, die Gesundheitsangebote mit Krankenkassen anbieten wollen, müssen ihre Angebote auf der Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT des Deutschen Olympischen Sportbundes registrieren. Diese müssen aus einem der Bereiche „Herz-Kreislaufsystem“, „Haltung- und Bewegungssystem“, oder „Allgemeines Gesundheitstraining“ kommen. Außerdem können auch Angebote für den Bewegungsraum „Wasser“ ausgewählt werden. Auf der Serviceplattform stehen dafür sowohl standardisierte Programme als auch sog. Masterprogramme, die individuell zusammengestellt werden können, bereit. Der Vorteil des neuen Verfahrens ist die einfachere Zusammenarbeit mit den Krankenkassen. Die auf der Plattform abgebildeten Programme, sind alle vorgeprüft



Praxisnahe Anwendung im EDV-Schulungsraum des LSB.

und somit garantiert zertifizierbar. Den Übungsleitern gibt das die Sicherheit, Ihren Teilnehmern ein Kursangebot anzubieten, bei dem die Kurskosten von den Krankenkassen erstattet werden. Das neue Portal ermöglicht es Sportvereinen, Gesundheitsangebote mit nur einem Antrag sowohl mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT als auch dem Siegel der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) „Deutscher Standard Prävention“ auszeichnen zu lassen.

Fortbildung „to go“

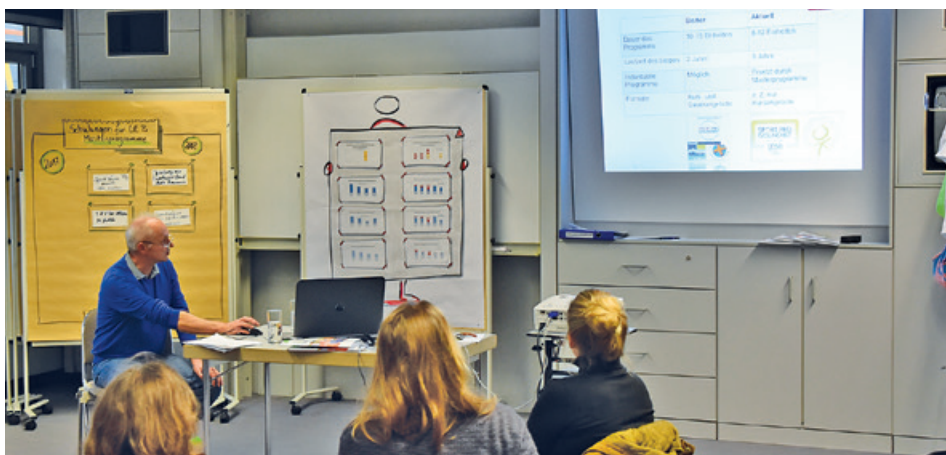
Vorgelegt wurden zudem drei fertige Fortbildungskonzepte „to go“. Ein auf der Basis des Alltags-Fitness-Tests des DOSB vom LSB Niedersachsen entwickeltes Kurskonzept, das AFT-PraxisProgramm, ist die Grundlage für eine ÜL-C-Fortbildung am 17. Februar am Standort Hannover der Akademie des Sports. Darüber hinaus können Kursleiterschulungen zu den standardisierten Kurskonzepten „Nordic Walking“

Fortsetzung S. 12 →

und „Sturzprävention“ für Präventions-Übungsleiter in das Fortbildungsprogramm aufgenommen werden.

Gesund leben und arbeiten

Die Umsetzung des Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz) erfolgt in **Niedersachsen** auf der Grundlage der Landesrahmenvereinbarung, die die Träger der Sozialversicherung und das Niedersächsische Sozialministerium 2016 unterzeichnet haben. Oberstes Ziel ist, „die Entstehung von Krankheiten zu verhindern. Wir wollen deshalb die Menschen gerade in ihrem Alltag noch stärker in ihrem gesundheitsbewussten Verhalten unterstützen und in ihrem Umfeld für gesunde Lebensbedingungen sorgen“, erklärten die beteiligten Institutionen. Gesundheitsförderung und Prävention sollen im Alltag der Menschen stattfinden, also beispielsweise in Kindertagesstätten, Schulen, Kommunen, in Betrieben und auch in Pflegeeinrichtungen. Gefördert werden nun sowohl Angebote zur individuellen verhaltensbezogenen Prävention wie auch Maßnahmen zur sog. Verhältnisprävention.



Kleingruppenarbeit zum Qualifixbaustein „Gesundheitssport“.

Mit den Zielen

- Gesund aufwachsen
- Gesund leben und arbeiten
- Gesund älter werden

können auch Sportvereine mit Präventionsangeboten Menschen zu einer aktiven, gesundheitsfördernden Lebensgestaltung animieren.



Bernd Grimm
bgimm@lsb-niedersachsen.de

Nina Panitz

npanitz@lsb-niedersachsen.de

Weblinks:

DOSB Gesundheitssport

www.dosb.de/index.php?id=14015

Serviceplattform SPORT PRO GESUNDHEIT

service-sportprogesundheit.de

Zentrale Prüfstelle Prävention

www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/admin

Gesundheitssportportal Niedersachsen

www.gesundheitssportportal.niedersachsen.de

AFT-Praxis Programm

LSB: Am 17. Februar stellt der LandesSport-Bund (LSB) Niedersachsen interessierten Übungsleiterinnen und Übungsleitern mit C-Lizenz das Alltags-Fitness-Test (AFT)-Praxis Programm vor.

„Ziel des AFT-Praxis Programms sind Erhalt und Förderung der Selbständigkeit und der Fitness im Alter“, sagt LSB-Mitarbeiterin Nina Panitz. Bei der 8 Lerneinheiten umfassenden Fortbildung werden die 14 Kurseinheiten vorgestellt, mit denen die grundlegenden Fähigkeiten für den Erhalt der Selbstständigkeit im Alter trainiert werden. „Flankiert werden diese Kurseinheiten von einem Alltags-Fitness-Test jeweils zu Beginn und zum Ende des Programms“, ergänzt Panitz. „Das Training selbst umfasst die Bereiche Kraft und Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und kognitive Fitness auf.“

Für das Praxis Programm ist ein umfangrei-

ches Materialpaket mit Stundenbildern, ein Skript mit Hintergrundinformationen und bebilderten Übungsleitermaterialien entwickelt worden. Auch enthalten sind Teilnehmerunterlagen mit Übungsanleitungen „für zu Hause“, sodass die Teilnehmer, das in den Kurstunden vermittelte Wissen, in ihrem Alltag umsetzen können. Diese Materialien werden in der Übungsleiter-C-Fortbildung ebenfalls vorgestellt.

 npanitz@lsb-niedersachsen.de

Fortbildung

Termin: 17. Februar 2018

in der Akademie des Sports Hannover

Anmeldung mit Lehrgangsnummer

2\03\9047 über das Bildungsportal

<https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de>

Anmeldeschluss 31.01.2018



Foto: Ralph Fülöp



Glitzer Glamour Gala Feeling

Fr. 9. Februar 2018
Kuppelsaal, Hannover Congress Centrum



Herzlich willkommen

Grußwort

Sehr geehrte Ballgäste, liebe Sportlerinnen und Sportler,

Sport und Niedersachsen – das gehört zusammen. Der Sport gehört zu den wichtigsten Freizeitbeschäftigungen und ist mittlerweile auch ein beachtlicher Wirtschaftsfaktor. Mehr als jeder dritte Niedersachse gehört einem der rund 9.500 Sportvereine in unserem Land an. Breitensportler und Leistungssportler nutzen die Sportangebote und nehmen, wie auch eine Vielzahl passiver Mitglieder, am Vereinsleben teil.



Foto Stephan Weil: ©Niedersächsische Staatskanzlei

Fester Bestandteil im alljährlichen niedersächsischen Sportkalender ist neben vielen Sportwettkämpfen sowie dem regulären Spielbetrieb auch der Ball des Sports, für den ich als niedersächsischer Ministerpräsident erneut gern die Schirmherrschaft übernommen habe. Der Ball wird am 9. Februar 2018 bereits zum 14. Mal gemeinsam vom Landessportbund Niedersachsen und dem Stadtsportbund Hannover veranstaltet und hat sich über die Jahre zu einem der Höhepunkte der Ballsaison in der Landeshauptstadt Hannover entwickelt.

Wie in jedem Jahr wird die Ehrung der niedersächsischen Sportlerin, des niedersächsischen Sportlers sowie der niedersächsischen Mannschaft des Jahres 2017 im Mittelpunkt stehen. Alle Nominierten zeichnen sich dadurch aus, dass sie herausragende sportliche Leistungen erzielt und den

niedersächsischen Sport über die Landesgrenzen hinaus in ihren Wettkämpfen hervorragend repräsentiert haben. Wer auch immer als Sieger aus den Wahlen hervorgehen wird – es ist verdient!

Für viele Niedersachsen war die Rückkehr von Hannover 96 in die 1. Fußball-Bundesliga sicherlich eines der Highlights im Sportjahr 2017. Mit fünf Spielerinnen des VfL Wolfsburg im deutschen

Kader waren einige unserer Fußballfrauen bei der Europameisterschaft in den Niederlanden aktiv. Das Sportjahr 2017 stand jedoch auch im Zeichen des Handballs. Nach der Weltmeisterschaft der Männer in Frankreich zu Jahresbeginn wird die Weltmeisterschaft der Frauen vom 1. bis zum 17. Dezember 2017 in Deutschland ausgetragen. Ganz besonders freut es mich, dass mit Oldenburg auch ein niedersächsischer Spielort berücksichtigt wurde.

Auch im Jahr 2018 werden wieder viele wichtige internationale Sportereignisse stattfinden: Zeitgleich mit dem Ball des Sports am 9. Februar werden die Olympischen Winterspiele in Pyeongchang eröffnet werden, daran anschließen werden sich die Paralympischen Winterspiele. Bei beiden Großereignissen, sowie auch bei der Fußball-Weltmeisterschaft der Männer in Russland werden sicherlich auch wieder niedersächsische Sportlerinnen und Sportler vertreten und hoffentlich erfolgreich sein.

Bei allen an der Vorbereitung und Durchführung des Balls des Sports Niedersachsen 2018 Beteiligten bedanke ich mich recht herzlich. Allen anwesenden Sportlerinnen und Sportlern gratuliere ich zu ihren sportlichen Erfolgen und wünsche ihnen sowie allen Ballgästen gute Unterhaltung und eine unvergessliche Ballnacht im Hannover Congress Centrum.

Hannover, im Dezember 2017



Stephan Weil
Niedersächsischer Ministerpräsident

Rauschende Ballnacht

**Glamour für den Spitzensport –
Show, Tanz und gute Unterhaltung
für 3.500 sportbegeisterte Gäste**

Der Ball des Sports Niedersachsen, ein Superlativ unter den gesellschaftlichen Ereignissen in Hannover und Niedersachsen, wird 2018 wieder neue Akzente setzen. Das Hannover Congress Centrum (HCC) öffnet am 09. Februar 2018 zum 14. Mal seine Tore für die rauschende Ballnacht zu Ehren des Spitzensports. Das Moderatorenduo Jasmin Wiegand (RTL-Nord) und Tom Bartels (ARD) freuen sich mit den Gästen im wunderschönen Ambiente des Kuppelsaales auf Glamour, Show, Tanz und gute Unterhaltung – und natürlich sind alle gespannt, wer als Sportlerin, als Sportler und als Mannschaft des Jahres 2017 die begehrten Gastrophäen entgegennehmen darf.

Glückliche Gesichter wird es nicht nur bei den Spitzensportlerinnen und Spitzensportlern ge-

ben, auch Sie als Gäste des Balls können lächeln und gewinnen. Die traditionelle Mitternachtstombola hält auch 2018 wieder zahlreiche hochwertige Preise für Sie bereit.

Lassen Sie sich mitreißen von der tollen Atmosphäre auf allen Ebenen des Hannover Congress Centrums. Heiße Rhythmen und auch ruhigere Klänge bieten in Sälen und Umgängen jede Menge Abwechslung. Der Bonatz-Saal wird von Antenne Niedersachsen zur Disco-Party gemacht. Im Leibnizsaal begeistert wie schon im Vorjahr Munique und in der Kuppel ergänzt Londonbeat mit Hits wie „I've been thinking about you“ und „You bring on the sun“ als Top-Act die gewohnt professionellen Auftritte der Chris Genteman Group.

Große Mitternachtstombola

Nicht nur die Sportler sind an diesem Abend Siegertypen! Gewinnen Sie bei der Mitternachtstombola als Hauptpreis einen ŠKODA Fabia gesponsert vom Autohaus Rindt & Gaida GmbH und der MOIN-SHOW von Antenne Niedersachsen.

1. Preis

ŠKODA Fabia



Autohaus Rindt & Gaida –
Ihr ŠKODA-Partner
in Hemmingen & Hameln.



Unser Programm 2018

Freuen Sie sich auf ein Programm der Extraklasse: Sport,

CHRIS GENTEMAN GROUP

Top-Act: Londonbeat



Bewegende Momente und spannende Acts am 9. Februar

Schirmherr der Sportlerwahl

Stephan Weil, Nds. Ministerpräsident

Moderation

Jasmin Wiegand | RTL Nord & Tom Bartels | ARD

Top-Act des Abends: Londonbeat

Musik & Show

CHRIS GENTEMAN GROUP
Munique

Aaron und Lukas Teeterboard-Artistik
Braunschweiger TSC

Sport

Ehrung der Sportler des Jahres 2017 Niedersachsens

Showbands

The Speedos | ComboCombo

Spaß und Spannung

Große Mitternachtstombola und Antenne
Niedersachsen-Disco mit DJs Tom und
Stefan „Flüeck“ Flüeck

Party

Kanzler-DJ Michael Gürth | DJ Stefan Wolter



The Speedos

Cooler Showbands

klassische Tanzmusik und gute Laune im Kuppelsaal!

Munich

Aaron und Lukas
Teeterboard-Artistik



Jetzt schnell die letzten Karten sichern!

**Flanierkarte
mit Sitzplatz 2./3. Rang 40 €**

zzgl. 2€ Vorverkaufsgebühr
und 3€ Versandkosten bei Vorbestellung

10 % Rabatt
für SportEhrenamtsCard-Inhaberinnen/-Inhaber
und Studentinnen/Studenten

Verbindliche Kartenbestellungen:

www.balldessports.de

Kartenvorverkauf:

Geschäftsstelle
Stadtsporbund Hannover
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover

Tel.: 0511 1268-5300

Zeiten:

Mo., Mi. und Do.: 9 – 16 Uhr
Dienstag: 9 – 18 Uhr
Freitag: 9 – 13 Uhr



Moderiert von Jasmin Wiegand und Tom Bartels

Sportlerin des Jahres Niedersachsens



Jolyn Beer
Schießen



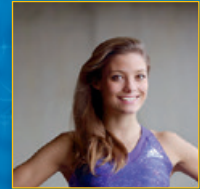
Sabrina Hering-Pradler
Kanu



Franziska Hildebrand
Biathlon



Svenja Schaeper
Kanupolo



Ruth Sophia Spelmeyer
Leichtathletik

Sportler des Jahres Niedersachsens



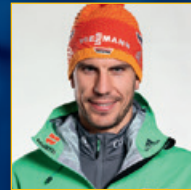
Kai Häfner
Handball



Martin Harnik
Fußball



Justus Nieschlag
Triathlon



Arnd Peiffer
Biathlon



Julius Peschel
Rudern

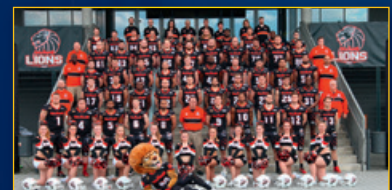
Mannschaft des Jahres Niedersachsens



EWE Baskets Oldenburg
Basketball



Hannover 96
Fußball



New Yorker Lions Braunschweig
American Football



TK Hannover – Damen
Aerobicturnen



VfL Wolfsburg – Damen
Fußball

nd gewinnen!



gefördert durch:
Niedersächsische
LOTTO-SPORT-STIFTUNG
Bewegen · Integrieren · Fördern

Wählen Sie mit!

Füllen Sie die Wahlkarte aus oder wählen Sie auf www.balldessports.de
Ihre Sportlerin, Sportler und Mannschaft des Jahres 2017 Niedersachsens!

Zur Teilnahme an der Wahl wählen Sie in jeder Kategorie Ihre Favoriten aus.
Je Wähler und je Kategorie ist eine Stimmabgabe möglich.

Schneiden Sie den Coupon aus und senden Sie diesen unter Angabe Ihrer vollständigen
Adresse inkl. Telefonnummer an folgende Adresse zurück:

LandesSportBund Niedersachsen e. V.
Stichwort: Niedersächsische Sportlerwahl
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover

Das Mitmachen lohnt sich! Unter allen Einsendungen verlosen wir tolle Preise!

- Eine Sportreise im Wert von 2.000€, gestiftet von LOTTO Niedersachsen
- Eine Erlebnisreise im Wert von 1.000€, gestiftet vom ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt e. V.
- Drei hochwertige Travel-Trolleys von ERIMA im Wert von je 139,99€, gestiftet vom LandesSportBund Niedersachsen e. V.

Einsendeschluss: 31. Januar 2018

Hinweis zum Datenschutz: Wir nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst und halten uns strikt an die Regeln der Datenschutzgesetze. Personenbezogene Daten werden einzig für die Stimmabgabe und die Teilnahme am Gewinnspiel erhoben und nach der Gewinnauslosung wieder gelöscht, soweit nicht Ihre Zustimmung mittels der in der Teilnahmekarte aufgeführten Einwilligungserklärung zur weitergehenden Nutzung erteilt wird. Für den Fall der Zustimmung wird der Veranstalter LandesSportBund Niedersachsen e.V., Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover, Ihre Daten an die Toto-Lotto Niedersachsen GmbH weiterleiten. Nur Original-Karten werden berücksichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



gefördert durch:
Niedersächsische
LOTTO-SPORT-STIFTUNG
Bewegen · Integrieren · Fördern

Niedersächsische Sportlerwahl

Sportlerinnen

- Jolyn Beer (Schießen)
- Sabrina Hering-Pradler (Kanu)
- Franziska Hildebrand (Biathlon)
- Svenja Schaeper (Kanupolo)
- Ruth Sophia Spelmeyer (Leichtathletik)

Sportler

- Kai Häfner (Handball)
- Martin Harnik (Fußball)
- Justus Nieschlag (Triathlon)
- Arnd Peiffer (Biathlon)
- Julius Peschel (Rudern)

Mannschaften

- EWE Baskets Oldenburg (Basketball)
- Hannover 96 (Fußball)
- New Yorker Lions Braunschweig (American Football)
- TK Hannover – Damen (Aerobicturnen)
- VfL Wolfsburg – Damen (Fußball)



Mitternachts-Tombola

Nicht nur die Sportlerinnen und Sportler sind an diesem Abend Siegertypen! Die traditionelle Mitternachts-Tombola hält attraktive Preise für Sie bereit!

Hochwertige Sachpreise sorgen für Siegesgefühle. Damit ist die Tombola zu einem festen Bestandteil des Ball des Sports geworden und von diesem nicht mehr wegzudenken. Mit Spannung wird bereits jetzt von vielen erwartet, welche tollen Preise in diesem Jahr für Aufregung und Glücksgefühle sorgen!

Um unsere Gäste glücklich zu machen, sind wir dankbar für Sachspenden. Sie können sich in Ihrem gewählten finanziellen Rahmen an der Tombola beteiligen.

Damit bieten wir Ihnen eine Plattform, um Ihr Unternehmen zu präsentieren. Ein Gewinn für Sie!

Kontakt für Tombolaspenden:

StadtSportbund Hannover e. V.
Herr Roland Krumlin
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover

Tel.: 0511 1268-5300
Fax: 0511 1268-5315

E-Mail: r.krumlin@ssb-hannover.de



Fr. 9. Februar 2018
Kuppelsaal, Hannover Congress Centrum

Infos unter: www.balldessports.de

Absender:

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon (tagsüber)

E-Mail

Ich willige ein, dass die Toto-Lotto Niedersachsen GmbH mir über meine angegebene E-Mail-Adresse regelmäßig Informationen zu ihren Lotterie- und Wettprodukten per E-Mail-Newsletter zuschickt. Ich kann diese Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen, z. B. per E-Mail an: info@lotto-niedersachsen.de.

Ich willige ein, dass die Toto-Lotto Niedersachsen GmbH mir über meine angegebene Anschrift Informationen zu ihren Lotterie- und Wettprodukten per Post zuschickt. Ich kann diese Einwilligung jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen, z. B. per E-Mail an: info@lotto-niedersachsen.de.

Bitte
ausreichend
frankieren

Deutsche Post 
ANTWORT

LandesSportBund Niedersachsen e. V.

Stichwort: Niedersächsische Sportlerwahl

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10

30169 Hannover

Vereine in der EngagementBERATUNG

Sabrina Rathig, Vorsitzende der Handicap Kickers Hannover e. V. berichtet von den Erfahrungen des Vereins mit einer Prozessbegleitung durch Berater der SportRegion Hannover. Das Interview führte der SSB Hannover.

Wie sind Sie als Handicap Kickers auf das Angebot der individuellen Beratung aufmerksam geworden?

Über den StadtSportBund haben wir telefonisch einen Beraterteam angefragt, das uns in steuerrechtlichen Themen und beim Thema Beschäftigung im Sportverein unterstützen kann. Aus einer ersten Beratung zu diesen beiden punktuellen Themen entwickelte sich innerhalb des letzten Jahres eine mehr und mehr ganzheitliche Beratung zu Organisationsentwicklung in regelmäßigen Abständen.

Zu welchen inhaltlichen Themen sind Sie in einer durch den LSB geförderten Prozessbegleitung?

Für einen Auftaktworkshop haben wir uns vor ca. einem Jahr entschieden, weil wir uns externe Expertise zum Thema Beschäftigung im Sportverein und Steuerrecht erwartet haben. Rückblickend war das nur der erste Schritt, um festzustellen, dass uns diese Art von Reflexion für uns als Verein und als Ehrenamtliche wichtig ist, um nachhaltige Strukturen durch strategisches Freiwilligenmanagement zu schaffen.

Welchen Beitrag leistet dabei das externe Beraterteam?

Einerseits bestückt es die Teilnehmer mit Methoden und Tools und andererseits arbeitet es die Informationen, die es aus dem Verein zu Schwierigkeiten, Herausforderungen, Konflikten erfragt, auf und erarbeitet gemeinsam und im Dialog mit den Teilnehmern Lösungen.

Welche Herausforderungen haben Sie identifiziert?

Die anfallenden Aufgaben innerhalb des Vereinsalltages sollen von einem größeren Pool an Freiwilligen übernommen werden. Ein gerade in der Entwicklung befindliches Konzept für Freiwilligenmanagement und passgenaue Engagementmöglichkeiten sollen den Bedarf an Freiwilligen nachhaltig decken. Wir müssen unsere Bedarfe an die Mitgliederschaft kommunizieren, denn

der Vorstand soll sich zukünftig schwerpunktartig auf die strategische Planung und weniger auf die operativen Vereinsgeschäfte fokussieren.

Welche Schritte haben Sie bereits seit Beginn der Begleitung umgesetzt?

Wir haben eine Freiwilligenmanagerin zur Entwicklung, Einführung und Etablierung eines Freiwilligenmanagementkonzepts eingestellt. Außerdem gibt es seit diesem Sommer einen Freiwilligendienstler zur Einführung eines Mentorenprogramms für Jugendliche, die an Trainertätigkeiten interessiert sind. Beides hilft uns bei der transparenten Kommunikation der Bedarfe an Freiwilligen und der zu vergebenden Aufgaben.

Haben sich schon erste Erfolge eingestellt?

Oh ja, die Organisation von Veranstaltungen wird vermehrt von vorstandsfernen Freiwilligen übernommen. Aber es lässt sich feststellen, dass die Mitglieder sich grundsätzlich mehr einbringen als zuvor: Betreueraktivitäten beim Training, Trikots waschen, Kuchen backen, Botengänge etc.. Und die Wertschätzung für die Tätigkeit steigt, umso transparenter über Aufgabenprofile und Zeitaufwand kommuniziert wird.

Werden diese Erfolge auch von Ihren Mitgliedern, die noch nicht Teil dieser Gruppe von engagierten „Antreibern“ in Eurem Verein sind, bemerkt?

Einerseits, weil wir davon auf unserer Jahreshauptversammlung berichten und über die bevorstehenden Schritte informieren und ergänzende Ideen aus der breiten Mitgliederschaft einholen. Andererseits sicherlich eher unbewusst, weil die Identifikation mit dem Verein weiter gestiegen ist, seitdem sich mehr Mitglieder einbringen und die Atmosphäre noch familiärer geworden ist.

Würden Sie eine externe Begleitung anderen Vereinen weiterempfehlen?

Gemeinsam zu analysieren, was der eigene

Verein gut kann und was noch nicht so gut, ist ein Prozess, mit dem man sich vereinsintern kaum befasst. Wenn man sich aber einmal darauf einlässt, ergeben sich daraus viele Chancen und eine veränderte Wahrnehmung des eigenen Wirkens als Verein. In jedem Fall hat sich herausgestellt, dass ein Blick von außen auf den Verein und seine Akteure eine von Zeit zu Zeit wichtige Horizonterweiterung ist, die es ermöglicht, Entwicklungen und Entscheidungen zu hinterfragen und teilweise die Notwendigkeit von Veränderungen sehen lässt.

Welchen Tipp würden Sie Vereinen geben, die sich neben dem „Tagesgeschäft Verein“ mit der strategischen Vereinsentwicklung beschäftigen möchten?

Machen! Viele Ideen und Impulse, die während der Beratung zum ersten Mal thematisiert wurden, wären bei einer regulären Vorstandssitzung nie zutage getreten.



Marco Lutz,

mlutz@lsb-niedersachsen.de

www.vereinshelden.org/de/vereinshelden/start-up/engagementberatung

STARTSEITE SCHULEN VEREINE NACHWUCHSPORTLER RADIO
KOOPERATIONEN ÜBER UNS KONTAKT

SchulSportWelten

Filmportal für Schulen, Vereine, Nachwuchssportler

Das Filmportal für Schulen, Vereine und Nachwuchssportler berichtet über Bewegungs- und Sportangebote. Ein zentrales Element der Filme sind die Einschätzungen der Kinder und Jugendlichen. Zudem formulieren Pädagogen, Vereins- und Verbandstrainer sowie Sportwissenschaftler ihre Erkenntnisse und Handlungsempfehlungen.

Weblink: schulsportwelten.de

ANZEIGE

Ausschreibung

**Der Sport macht's! –
Der Sportverein als Partner und Mitgestalter
der Ganztagschulen**

**Deutscher 2017/2018
Schulsportpreis**
des DOSB und der dsj

SCHULSPORT

Thema und Ziel

Die Ausschreibung des Deutschen Schulsportpreises 2017/2018 steht unter dem Motto „Der Sport macht's! – Der Sportverein als Partner und Mitgestalter der Ganztagschulen“.

Gesucht werden erfolgreiche Kooperationen zwischen Sportvereinen und Ganztagschulen. Dabei soll vor allem der Frage nachgegangen werden, wie es den Sportvereinen gelingen kann, Ganztagschulen als Bildungspartner mitzugestalten.

Preise & Auszeichnungen

Der Deutsche Schulsportpreis des Deutschen Olympischen Sportbundes und der Deutschen Sportjugend ist insgesamt mit 10.000,- Euro sowie weiteren Sachpreisen dotiert. Dieses Preisgeld verteilt sich auf die ersten drei Preisträger wie folgt:

1. Preis:	5.000,- Euro
2. Preis:	3.000,- Euro
3. Preis:	2.000,- Euro

Terminsache

Einsendeschluss der Bewerbungsunterlagen ist der **20. Januar 2018**

Bewerbung online

Die Bewerbung ist nur online möglich. Alle Informationen zum Deutschen Schulsportpreis 2017/2018 sowie das Bewerbungsformular finden Sie unter: www.dsj.de/schulsportpreis

Für Rückfragen steht Ihnen Ute Barthel unter **Tel. 069 / 67 00 322** oder **E-Mail: barthel@dsj.de** gerne zur Verfügung.

Konzeption und Umsetzung:
Deutsche Sportjugend im DOSB e.V.
Otto-Fleck-Schneise 12
60528 Frankfurt am Main

|| In die Zukunft
der Jugend investieren –
durch Sport ||

www.dsj.de/schulsportpreis



Eine Veranstaltung melden

Hier können Sie Ihre Veranstaltungen melden. Sie werden im Internet-Kalender des LandesSportBundes (LSB) Niedersachsen und ggf. in anderen LSB-Medien veröffentlicht. Der Absender versichert, dass alle gemeldeten Daten zur Veröffentlichung freigegeben sind. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Bitte beachten Sie, dass nur Veranstaltungen der Sportorganisation aus Niedersachsen aufgenommen werden können.

Eine Veranstaltung melden
Bitte füllen Sie alle Felder aus.

Titel der Veranstaltung

Datum

Startzeit (z.B.: "9:00")

Veranstalter

Veranstaltungsort

PLZ

Ort

Straße + Hausnr.

Ansprechpartner

E-Mail-Adresse

WWW-Adresse

www.lsb-niedersachsen.de/lsb-service/lsb-veranstaltungen/veranstaltungsmelden

ANZEIGE

4. NTB-KONGRESS

2. - 4. März 2018

CongressPark Wolfsburg



Bewegung bildet! Bildung bewegt!

Der Kongress für:

Übungsleiter, Trainer, Vereinsvorsitzende, Abteilungsleiter, Sport- und Gymnastiklehrer, Physiotherapeuten, Sportmediziner, Pädagogen und Erzieherinnen aus allen Fachverbänden

Die aktuellsten Trends in den Bereichen:

- Fitness
- Gesundheitssport
- Gerätturnen und Bewegungskünste
- Rhythmik, Tanz und Vorführungen
- Kinderturnen

Infos und Kontakt:

Kongressbüro
Hotline: (0511) 980 97 33, Fax: (0511) 980 97 12
E-Mail: kongress@NTB-Infoline.de, www.NTB-Kongress.de

**Anmeldebeginn:
28.09.2017**



Foto: Sportbund Heidekreis

Sportbund Heidekreis

79 Personen nahmen an einer Weihnachtsfeier teil, mit der sich der Sportbund Heidekreis bei ihnen für ihr Engagement in den Sport- und Schützenvereinen bedankte. Des- sen Vorsitzender Joachim Homann stellte die Gäste mit ihren Aktivitäten vor. Bei einem guten Essen begegneten sich der Reiter und der Leichtathlet und tauschte sich der Schütze anregt mit einem Tischtennispieler aus.



Foto: KSB Verden

Engagiert im Sport

50 Personen beteiligten sich am letzten Impulsworkshop 2017 des LandesSportBundes Niedersachsen in der Sportregion Osterholz-Rotenburg-Verden. Impulse gab es zu den Themen Wertschätzung, Motivation und Führung im Sportverein. Darüber hinaus wurden die Freiwilligenagenturen als Kooperationspartner vorgestellt.



Foto: KSB Verden

KSB Verden

Aktuelle Themen des Vereinssports wie Sportstättenbauförderung oder die Bildung von Spielgemeinschaften waren Themen beim Gespräch zwischen dem KSB Verden und Politikern aus dem Landkreis. Der Vorsitzende des Kreissportbundes Verden, Gerhard Behling berichtete zudem über Aktivitäten der Sportregion Osterholz-Rotenburg-Verden.



Foto: SSB Braunschweig

SSB Braunschweig

Rund 100 Frauen beteiligten sich am 7. Interkulturellen FrauenSportTag des SSB Braunschweig. Es gab 18 Kurse – u.a. Fitnessboxen, „Kapow Fitness“ und „Bodystyle mit Baby“. Der Stadtsporthaus Braunschweig hatte mit dem Integrations- und Gleichstellungsreferat sowie dem Geschäftsbereich Sport und Jugend der Stadt zur Veranstaltung eingeladen.



DJK Bundessportfest 2018

Vom 18. – 21. Mai findet das 18. DJK-Bundessportfest in Meppen statt. Gastgeber sind der DJK Diözesanverband Osnabrück und das Bistum Osnabrück. Zu den verbandsinternen nationalen Wettkämpfen werden 5000 Sportler erwartet. Partner sind u.a. das InduS-Projekt des Kreissportbundes Emsland und die Niedersächsische Lotto-Sportstiftung



Foto: Franz Fender

Silberner Stern

Der Verein Obernkirchener Raptors ist Gewinner des „Großen Stern des Sports“ in Silber 2017 für Niedersachsen. Der Kampfsport-Verein wurde von den Volksbanken Raiffeisenbanken des Landes für sein Projekt „Gelebte Träume verwirklichen“ ausgezeichnet. Der Verein wird Niedersachsen bei der Verleihung der bundesweiten Goldenen Sterne am 24. Januar 2018 in Berlin vertreten.



Foto: HVN

Handball in Niedersachsen

„Wie kam der Handball nach Norddeutschland?“. Dieser Frage gehen derzeit der Ehrenpräsident des Handball-Verbandes Niedersachsen, Wolfgang Ullrich, Prof. Dr. Detlef Kuhlmann (Leibniz Universität Hannover) und das Niedersächsische Institut für Sportgeschichte nach. Ziel ist eine Wanderausstellung 2019.



Foto: LSB

100 Jahre Handball

Die frühere Handballspielerin Christine Lindemann, der Recke Sven-Sören Christopheresen und die ehemaligen Feldhandballspieler Bernd Munck und Rudi Kirsch bestritten den Talk anlässlich 100 Jahre Handball. 100 Jahre Handball in Deutschland: Aus diesem Anlass hatten das Institut für Sportwissenschaft der Leibniz Universität Hannover gemeinsam mit dem Handballverband Niedersachsen und dem Niedersächsischen Institut für Sportgeschichte zu einer Talkrunde mit Lesung eingeladen.



Foto: Schlotmann

Kooperation

Der Handball-Verband Niedersachsen kooperiert mit Carl von Ossietzky Universität Oldenburg im Bereich der Handball-Ausbildung. Der HVN erkennt den erfolgreichen Abschluss des Zwei-Fächer-Bachelors Sportwissenschaft mit den entsprechenden Leistungen in der Handballausbildung für den Erwerb der Trainer-C-Lizenz an. Bei Bedarf vermittelt der Verband Praktikumsplätze an Studierende der Carl von Ossietzky Universität.

Foto: Prof. Dr. Jörg Schorer, Stefan Hüdepohl, Jan Friedrich, Dieter Hunstock, Hauke Rickels und Ulrich Kaphengst.



Foto: TSG

Gemüse tut Gutes im Sport

Nach üppiger Ernte auf einem Bioland-Acker in Jeggen konnte das Energiebahn-Team in einer großen Verkaufsaktion einen Reinerlös von 400,00 € erzielen. Der Erlös ging an die TSG-Handballerinnen und Fußballspielerinnen. Die Biologin Tanja Rieger hatte maßgeblich am Entstehen des TSG-Gartenprojektes mitgewirkt, als sie 2014 die Idee hatte, einen Schrebergarten neben dem Sportpark Gretsch einzurichten.



Foto: PSV Hannover

Jugend-Team

„1, 2, 3, 4 – Team Hannover das sind wir – 5,6,7,8 das haben wir alle gut gemacht!“ war am Abschluss vom Jugend-Team des Pferdesportverbandes Hannover zu hören. Und das haben die jungen engagierten Jugend-Team-Mitglieder. Denn das Jugend-Team bot nicht nur erneut die PSV-Kids-Games an, sondern vergab sowohl im Springen als auch in der Dressur Fair-Play-Preise und half bei der Finalveranstaltung des 8er-Teams.



Nachwuxathleten

Die Website „Nachwuxathleten“ bietet Infos zum Thema Prävention von psychischen Belastungen für Nachwuchssportler, Trainer und Interessierte. Der LandesSportBund Niedersachsen weist auf seiner Homepage und auf der Homepage des LOTTO Sportinternates auf dieses Angebot der Technischen Universität München, Lehrstuhl Sportpsychologie hin. Das Bundesinstitut für Sportwissenschaft fördert das Projekt.

Weblink: www.nachwuxathleten.de



Foto: Björn Westenberg

Perspektiven der Integration

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die dpa Picture Alliance haben die Gewinner des bundesweiten Fotowettbewerbes „Mein Leben im Verein“ gekürt. Der SV Borussia 08 Neuenhaus kam auf Platz 2 in der Kategorie ‚Vereinsleben‘. Der Verein bietet Geflüchteten sportliche und außersportliche Angebote: So gibt es eine Fußball Flüchtlingsmannschaft, die am regulären Spielbetrieb teilnimmt (20 Flüchtlinge). Außerdem gibt es Schwimmkurse für Geflüchtete. Darüber hinaus sind sie in die Platz- und Geländepflege eingebunden.



Foto: LSB

Stützpunkt-Konzept

Zur Entwicklung eines gemeinsamen Stützpunkt-Konzeptes für den Bundesstützpunkt Rudern in Hannover trafen sich Trainer und Leistungssportverantwortliche des Landesruderverbandes Niedersachsen, der leistungssporttragenden Vereine Hannovers, des Hannoverschen Regattaverbands sowie des Olympiastützpunktes Niedersachsen zu einer ersten Beratung.

Foto (v. l.): Steffen Pohl, Martin Lippmann, Christian Held, Thorsten Zimmer, Rolf-Dieter Mummmenthey, Sebastian Proske, Sabine Siegmund, Hans-Jörg Sehrbrock, Prof. Dr. Ilka Seidel, Timm Eichenberg, Reinhard Krüger, Klaus Scheerschmidt sowie Tobias Rahenkamp.



Foto: LSB

Akademie des Sports

Der Service-Bereich am Standort Hannover der Akademie des Sports will mit den Hannoverschen Werkstätten zusammenarbeiten. Vertreter beider Einrichtungen haben sich zu einem ersten Meinungsaustausch getroffen und bei einer Begehung der Akademie mögliche Bereiche – etwa die Küche oder den Empfang abgesteckt.



Foto: LSB

Campordnung für Zeltlager

Der Vorstand der Sportjugend (sj) Niedersachsen hat auf seiner Dezember-Sitzung beschlossen, für das Zeltlager auf Langeoog eine Campordnung unter Einbeziehung der Verhaltensrichtlinie zur Prävention von sexualisierter Gewalt zu erarbeiten, und die Verhaltensrichtlinie selbst für die Bedarfe des Zeltlagers anzupassen.



Foto: LSB

Dienstjubiläum und Abschied

Margrit Müller feierte im Dezember 2017 ihr 25-jähriges Dienstjubiläum im LandesSportBund (LSB) Niedersachsen. Es gratulierten der Stellvertretende LSB-Vorstandsvorsitzende Norbert Engelhardt und der LSB-Vorstandsvorsitzende Reinhard Rawe (r.). Nach einem Vierteljahrhundert verlässt Margrit Müller den LSB in den Ruhestand. Sie war zuletzt als Sachbearbeiterin im Team Inhaltliche und zielgruppenspezifische Angebote tätig.



Foto: LSB

Teilnahmebescheinigung erhalten

30 LSB-Beschäftigte, die sich an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ beteiligt hatten, haben ihre Teilnahmebescheinigung erhalten. Der LandesSportBund Niedersachsen beteiligt sich seit 2007 an der Aktion. In diesem Jahr waren auch zwei Beschäftigte des Standortes Clausthal-Zellerfeld der Akademie des Sports dabei. LSB-Mitarbeiterin Stefanie Kosik hat zudem einen Einzelpreis gewonnen: Eine für ein Jahr gültige Fahrradversicherung der AOK.

Auch 2018 heißt es wieder im Zeitraum 1. Mai bis 31. August: Mit dem Rad zur Arbeit.

Junge Leistungssportlerinnen in der Pubertät



Foto: privat

Das Wissen um die komplexen Zusammenhänge von sportlicher Leistungsfähigkeit, Menstruationsbeschwerden und der Wirkung von Training kann Einfluss auf die Trainingsgestaltung haben. Am Olympiastützpunkt Niedersachsen unterstützt Dr. Cordula Schippert (Medizinischen Hochschule Hannover) Leistungssportlerinnen und das Trainer- und Betreuersteam.

Junge Sportlerinnen sind in Zyklusphasen unterschiedlichen Hormoneinflüssen unterworfen. Dies wirkt sich auf ihr Wohlbefinden, ihre (sportliche) Leistungsfähigkeit und -bereitschaft aus.

Heather Watson

Die britische Tennisspielerinnen Heather Watson hat 2015 mit einer harmlosen Bemerkung zu ihrer Menstruation eine Riesendebatte in britischen Zeitungen ausgelöst. Als sie von einem Journalisten der BBC gefragt wurde, warum sie so überraschend in der ersten Runde der Australian Open ihr Match verloren hatte, antwortete sie: „Es war eben einer dieser Tage bei mir, diese Frauen-Sache.“ Das Brisante an der Äußerung war, dass sich Spitzensportlerinnen eigentlich nie öffentlich zum Thema Menstruation äußerten – und die Presse das Thema auch nie aufgriff. Doch diesmal reagierte sie anders: Mehrere Sendungen in der BBC, alle großen britischen Zeitungen, dazu noch die Huffington Post, Cosmopolitan und CNN stiegen auf das Thema ein. Alle fragten: „Ist Menstruation das letzte Tabu im Sport?“ Und wurde es nun endgültig gebrochen? Nach ihr sprachen weitere Spitzensportlerinnen wie Annabel Croft („Endlich hat es mal jemand von uns ausgesprochen!“), Martina Navratilova und Paula Radcliffe über das Thema.

„Pubertät akzeptieren“

„Ich wünsche mir einen offenen, sensiblen Umgang mit dem Thema. Dazu gehört auch, dass wir unseren jungen Leistungssportlerinnen geschützte Gesprächsgelegenheiten bieten, in denen sie sich aussprechen und wir sie beraten können“, sagt Privat-Dozentin Dr. Cordula Schippert. Monat für Monat sind bei Frauen hormonelle Veränderungen für die Menarche verantwortlich. Schmerzen und Einschränkungen der Leistungsfähigkeit aufgrund des so genannten Prämenstruellen Syndroms sind dabei keine Seltenheit. Allerdings ist im Leistungssport gerade bei sehr hohen konditionellen Anforderungen auch das Ausbleiben der Regelblutung, die so genannte Amenorrhoe, bekannt. „Häufig kommen weitere gesundheitliche Beeinträchtigungen, Gemütschwankungen aber auch Fragen im Umgang mit Hygiene und Bewegungseinschränkungen dazu“, berichtet die Ärztin aus der Praxis. Unsicherheiten und Unkenntnis im Umgang mit dem Thema hat sich aber auch bei Trainern und Betreuern festgestellt. Mit ihren Vorträgen am OSP will sie Trainer und Betreuer aufmerksam machen. Bis heute ist die Studienlage zur Auswirkung der Menstruation auf sportliche Hochleistungen allerdings dünn. Die Erforschung ist vergleichsweise kompli-

ziert, denn während der Periode verändert sich ein ganzer Cocktail von leistungsrelevanten Hormonen ständig. Und gerade die Situationen, auf die es am meisten ankommt – die Sekunden, Minuten oder Stunden in Hochleistungswettkämpfen – lassen sich kaum im Labor simulieren. Die Komplexität der Zusammenhänge von sportlicher Leistungsfähigkeit, Menstruationsbeschwerden und der Wirkung von Training kann neue Ansätze in der Trainingssteuerung liefern. Fragen sind dabei z.B. Kann das Berücksichtigen der individuellen Zyklusphasen einen Einfluss auf die Trainingswirkung haben? Sollten Trainer den Zyklus ihrer Sportlerinnen im Training berücksichtigen? Dabei sind Phasen mit Leistungseinbußen und schlechter Trainierbarkeit von Zeitpunkten einer gesteigerten Leistungsfähigkeit denkbar.

„Unsicherheit ablegen“

Dr. Schippert wirbt für einen verantwortungsvollen Umgang im Training, damit junge Frauen gesund ins Erwachsenenleben starten. „Schön wäre auch, wenn Kaderuntersuchungen mit Ärztinnen erfolgen können.“



schippert.cordulamh-hannover.de

DTB-Bundestrainerin Ulla Koch



Foto: DTB/picture alliance

DTB-Bundestrainerin Ulla Koch (61) hat sich zweimal in Interviews für DER TAGESSPIEGEL zum Themenfeld geäußert:

Am 10. September 2009 sagte die damals 54-jährige:

In der Pubertät mögen viele Mädchen ihren Körper nicht mehr. Wie erleben Sie das unter Leistungssportlerinnen?

„Das kann man immer wieder beobachten. Ich kann da auch nur einige Tipps geben, das Training zum Beispiel etwas zu reduzieren und mehr in den Ausdauer- und Kraftbereich zu gehen. Wir machen keine regelmäßigen Gewichtskontrollen. Höchstens einmal vor einer internationalen Meis-

terschaft, um einen Vergleich zum Vorjahr zu haben.“

Kann der Sport den Mädchen in dieser Phase helfen, oder setzt er sie unter Druck?

„Der Sport bringt zusätzlichen Druck rein. Die Turnerin sagt sich: Ich will das Gleiche leisten wie vorher. Wir müssen den Mädchen klarmachen, dass wir ihnen auch mit ihrem neuen Körper zutrauen, es zu schaffen.“

Im Interview für DER TAGESSPIEGEL am 18. April 2017 sagt die inzwischen 61-Jährige:

Wie gehen Sie mit dem Thema Ernährung und Gewicht um?

„Wenn ich mit Athleten aus den 80er Jahren spreche, erzählen sie mir, was das für ein

Alptraum war: Oh, jetzt ist wieder Wiegetag! Da sind sie vorher mit allen Klamotten in die Sauna gegangen. Ich habe auch von asiatischen Spielsportmannschaften gehört, die den Zyklus der Frau kontrollieren. Weil es Untersuchungen gibt, nach denen Frauen anfälliger für Kreuzbandrisse sind, wenn

sie ihre Tage haben. Das kann ich allein aus ethischen Gründen nur ablehnen. Wir hatten auch mal eine kleinwüchsige Turnerin, die mit Hormonen zum Wachstum angeregt werden sollte. Das haben wir komplett abgelehnt. Auf diese Idee darf man gar nicht kommen.“

Wenn die Pubertät im Spitzensport zur Krise wird

Für Nachwuchsathleten ist die Pubertät eine problematische Zeit: Der Körper verändert sich grundlegend, und für Jugendliche besteht in der Wachstumsphase Überlastungsgefahr. Dies hat nicht allein biologische Ursachen, wie nun eine Studie am Institut für Sportwissenschaft (IfS) der Universität Tübingen zeigt. Die Probleme seien auch auf Defizite in den Förderstrukturen des Nachwuchs-Spitzensports und auf problematische Trainingspraktiken zurückzuführen, sagt die **Sportwissenschaftlerin Dr. Astrid Schubring**. Eine Rolle spielten zudem die im Leistungssport verbreitete Bereitschaft, gesundheitliche Risiken in Kauf zu nehmen, sowie



Foto: privat

fehlendes Wissen der Jugendlichen selbst. In ihrer Dissertation „Wachstum als Herausforderung – Soziologische Analysen des Wachstumsmanagements jugendlicher Spitzenathleten und Nachwuchstrainer“ wirft Astrid Schubring einen neuen Blick auf ein Thema, das aus medizinischer und trainingswissenschaftlicher Sicht bereits gut erforscht ist: Sie untersucht, wie die jungen Sportlerinnen und Sportler, die zwischen 12 und 30 Stunden in der Woche trainieren und in ihrer Altersklasse zu den besten in Deutschland zählen, die Wachstumsphase selbst erleben. Für ihre Arbeit zeichnete die Universität Tübingen sie mit dem Promotionspreis 2015 aus.

Von begabten Nachwuchssportlern werde erwartet, ihren Körper im Griff zu haben, sagt Schubring. Die körperlichen und psychischen Veränderungen der Pubertät könnten so zur Krise werden – besonders weil Sportler sich gerade in dieser Zeit für einen Platz im leistungssportlichen För-

dersystem bewähren müssten. Für ihre Dissertation führte die Wissenschaftlerin Interviews mit insgesamt 24 Athletinnen und Athleten, begleitete diese im Training und bei Wettkämpfen. Die 14- bis 18-Jährigen kamen aus den Sportarten Biathlon, Handball, Kunstturnen und Ringen. Zur Studie gehörten auch ausführliche Gespräche mit 16 Trainern auf Bundes- und Landesebene. „Nachwuchsathleten erleben die Wachstumsphase vor allem dann als Krise, wenn ihr Körper sich nicht gemäß dem Ideal ihrer Sportart entwickelt, wenn die Leistungsentwicklung stagniert, wenn Überlastungsbeschwerden oder Verletzungen auftreten.“ Um erfolgreich zu sein, griffen sie häufig auf dysfunktionale Bewältigungsstrategien zurück, indem sie ihr Trainingspensum in Eigenregie erhöhten, sich Selbstvorwürfe machten oder Symptome medikamentös behandelten.

Probleme beobachtete die Sportwissenschaftlerin auch bei Karriereübergängen wie dem Wechsel in eine andere Förderstruktur oder Trainingsgruppe. Wechselten Jugendliche beispielsweise vom Heimatverein an einen Stützpunkt, seien sie oft nicht ausreichend auf neue Herausforderungen, wie intensiveres Training, erhöhter Leistungsdruck und stärkere Konkurrenz, vorbereitet. Auch sei die medizinische Betreuung im Nachwuchsbereich defizitär, beispielsweise verfüge nicht jeder Verband über physiotherapeutische Betreuung bei Nachwuchslehrgängen. Förderkriterien stünden einem langfristigen Leistungsaufbau im Nachwuchsbereich oft entgegen, beispielsweise wenn Mittel leistungsbezogen vergeben würden. So würden Athleten auf Wettkämpfe vorbereitet werden, erzählte ein Trainer im Interview, „die für sie in der puberalen Phase eigentlich Gift sind“. Wie die Interviews zeigten, unterschätzten Nachwuchs-

athleten öfters körperliche Beschwerden, blendeten langfristige Gesundheitsfolgen aus oder verschwiegen Schmerzen. Ohnehin sei das Herunterspielen und Ignorieren von Schmerzen im Leistungssport weit verbreitet. „Jugendliche passen sich hier einer Kultur an, die gesundheitliche Risiken für Spitzenleistungen in Kauf nimmt.“

Um den deutschen Nachwuchsleistungssport nachhaltiger zu gestalten, empfiehlt Schubring auch das soziale Umfeld und Förderstrukturen einzuschließen. Trainingsintensitäten und Wettkampfteilnahmen müssen bereits im Nachwuchsbereich stärker individualisiert werden, die Durchlässigkeit zwischen Altersklassen und Sportarten erhöht, die medizinische und physiotherapeutische Betreuung verbessert werden. „Nachwuchsathlet/innen sollten gerade beim Übergang in den Bundeskader oder in die Nationalmannschaft systematisch betreut und in Wachstumsschüben regelmäßig untersucht werden.“ Trainer könnten durch Gespräche und eine offene Atmosphäre helfen, Schmerzen und Gesundheitsprobleme frühzeitig anzusprechen. Nicht zuletzt seien Verbände gefordert, mehr in Weiterbildung und berufliche Sicherheiten der Trainer zu investieren und Trainingskonzepte für eine langfristige Leistungsentwicklung zu unterstützen. Strukturelle Anreize könnten diese im Nachwuchsbereich für Verbände, Trainer und Stützpunkte attraktiv machen.

Seit 2014 ist Astrid Schubring Senior Lecturer am "Institute of Food, Nutrition, and Sport Science" (IKI) der Universität Göteborg (Schweden).



astrid.schubring@gu.se

Niedersächsische
LOTTO-SPORT-STIFTUNG
 Bewegen · Integrieren · Fördern

Die Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung ist eine selbstständige Stiftung bürgerlichen Rechts des Landes Niedersachsen. Sie wurde 2009 errichtet. Das Fördergebiet der Stiftung umfasst das gesamte Bundesland Niedersachsen. Zweck der Stiftung ist die Unterstützung:

- des Sports, insbesondere des Breiten-, Leistungs- und Nachwuchssports
- der Integration insbesondere von Zugewanderten und Menschen mit Migrationshintergrund

www.lotto-sport-stiftung.de



Foto:
Janina Klose

Warum sollten Kinder bereits im Kindergarten Sport machen?

Das haben sich auch Familie Yanar und die Erzieherinnen und Erzieher der Kindertagesstätte Emmaus, unter Leitung von Martina Schreiber, gefragt. Ganz einfach: weil beim Sport viel spielerisch gelernt werden kann. In der Kita in Langenhagen sind viele Kinder mit Migrationshintergrund, die teilweise nur sehr wenig Deutsch können, wenn sie zum ersten Mal in der Einrichtung bleiben. Wenn Osman und Katrin Yanar also mit den Kindern trainieren wollen, müssen erst einmal wichtige Grundlagen erlernt werden, die für viele Beteiligte bisher fremd waren. Warum soll man auf der Bank sitzen und warten bis man drankommt? Warum meldet man sich, wenn man etwas sagen möchte? Warum ist das Kind, das vor einem sitzt, früher an der Reihe, als man

selber? Warum soll ich denn eigentlich zuhören?

Spielerisch werden Aufgaben umgesetzt, so werden beispielsweise die kleinen Gruppen in Löwen, Tiger und Bären eingeteilt, die jeweils den „bösen“ Gegner umwerfen müssen, nachdem sie laut auf sein „nein“, „doch“ gerufen haben. Oder während eines Parcours muss die Person, die als nächstes an der Reihe ist genannt werden. Für Kinder, die die Sprache erst lernen, aber auch sehr schüchterne Kinder, ist es wichtig, ihre Sprache zu finden und den Mut zu bekommen, zu sprechen.

Familie Yanar trainiert mit vier Gruppen der Kindertagesstätte in Langenhagen, zwei Mal die Woche für eine Stunde. Nicht jedes Kind hat die Möglichkeit, zuhause viel Sport zu treiben,

vielen Familien ist die Vereinskultur in Deutschland fremd. Durch das Sportprogramm werden neue Möglichkeiten eröffnet und so Talente gefördert. Die Kindertagesstätte Emmaus in Langenhagen hat die Schwerpunkte Bewegungserziehung, Sprachbildung und Religionspädagogik und gehört zur Ev.-luth. Kirchengemeinde Emmaus, Langenhagen. Das Projekt wurde für ein halbes Jahr gefördert und es besteht der Wille, auch im Jahr 2018 wieder Sport in der Kita anzubieten.



Clemens Kurek,
 Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung,
 Tel.: 0511 1268-5052, Fax: 0511 1268-5055,
clemens.kurek@lotto-sport-stiftung.de
www.lotto-sport-stiftung.de

Trunkenheit im Schiffsverkehr

Für die Entscheidung über den Anklagevorwurf einer Trunkenheitsfahrt mit einem Segelboot auf einem Binnengewässer ist das Schifffahrtsgericht zuständig. Das hat das OLG Celle (16.3.2016 2 Ss 199/15) entschieden. Das angefochtene Urteil des Amtsgericht Neustadt wird mit den Feststellungen aufgehoben.

Das Amtsgericht Neustadt a. Rbge. Hatte den Angeklagten am 18. Mai 2015 wegen vorsätzlicher Trunkenheit im „Schiffsverkehr“ zu einer Geldstrafe von 30 Tagessätzen zu je 30 € verurteilt.

Nach den Feststellungen des Urteils befuhr der Angeklagte am 8. August 2014 gegen 22.00 Uhr mit dem motorisierten Segelboot SEJO „Capri N 3“ das Steinhuder Meer. An Bord befanden sich neben dem Angeklagten, der das Boot steuerte, zwei weitere Personen. Bei starkem Wind versuchte der unter Alkoholeinwirkung stehende Angeklagte, mit dem Boot am Bootsanleger anzulegen. Dies gelang ihm bei zeitweise unbeleuchtetem Boot erst am dritten Anlegesteg. Die alar-

mierte Polizei stellte eine Atemalkoholkonzentration bei dem Angeklagten von 1,39 g ‰ fest und veranlasste eine Blutentnahme am 9. August 2014 gegen 00.50 Uhr. Bei der ärztlichen Untersuchung am 8. August 2014 verneinte der Angeklagte, in den letzten Tagen Drogen oder Medikamente zu sich genommen zu haben. Gegen dieses Urteil wendet sich der Angeklagte mit seiner Revision, mit der er die Verletzung materiellen Rechts rügt. Der Senat hat mit Beschluss vom 9. Februar 2016 darauf hingewiesen, dass nicht der Strafrichter, sondern das Schifffahrtsgericht zur Entscheidung über den Anklagevorwurf sachlich zuständig gewesen sein dürfte, und zwar in diesem Fall das Schifffahrtsgericht Bremen. Die statthafte (§ 335 Abs. 1 StPO) und auch im Übrigen zulässige, insbesondere form- und fristgerecht erhobene und begründete Revision hat Erfolg. Das angefochtene Urteil war aufzuheben, weil sich das Amtsgericht (Strafrichter) zu Unrecht als sachlich zuständig erachtet hat.

VBG Beitrags- erhöhung

Ab 1. Januar 2018 steigt der Jahresbeitrag der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft für die freiwillige Versicherung im Ehrenamt von 3,20 € auf 3,40 € pro Person. Organisationen, die eine Versicherung über den LandesSportBund Niedersachsen abgeschlossen haben, erhalten erstmals im Januar 2019 eine Rechnung auf Basis der neuen Beitragsstruktur, da die VBG ihre Jahresrechnung rückwirkend erhebt. Falls die Versicherung aufgrund der Erhöhung nicht fortgesetzt werden soll, kann sie gekündigt werden.



stoennies@lsb-niedersachsen.de

ANZEIGE



ARAG. Auf ins Leben.

Auf die Plätze, fertig ... lesen!

Durchstarten mit Top-News: Im neuen ARAG Sport-Newsletter finden Sie regelmäßig Neuigkeiten und spannende Infos, die Ihren Verein oder Verband nach vorn bringen.

www.ARAG.de/Sport-Newsletter



Jetzt
registrieren!



Dabeisein ist einfach.



TEAM



Preise im Gesamtwert von:
100.000 €

Stellen Sie sich der Herausforderung
Deutsches Sportabzeichen für Men-
schen mit und ohne Behinderung. Mit
einem Sportförderer an Ihrer Seite.

Anmelden und gewinnen unter:
sportabzeichen-wettbewerb.de

 LandesSportBund
Niedersachsen e.V.



1. Vorsitzende(r)	2. Vorsitzende(r)	Pressewart(in)	Frauenwartin
Jugendleiter(in)	Kassenwart(in)	Vereinsheim	Sonstige

RUBBELLOSE

Jetzt auch im Internet!



**Unter www.lotto-niedersachsen.de
und in Ihrer Annahmestelle.**