

LSB Magazin

LandesSportBund Niedersachsen



14. Ball des Sports Niedersachsen Seite 6

ARAG

Olympiastützpunkt

Krafttraining für den Nachwuchs
S. 12

Sportjugend

Freiwilligenprojekt: Abenteuer
Outdoor – Raus mit Euch! S. 17

Fußballverband

Anpfiff zur Nds. Blutspende-
meisterschaft S. 22

Akademie-Forum Inklusion Barrierefreiheit – Überall dabei! An alle(s) gedacht?

Termin: 13.04.2018, 09:30 – 14:30 Uhr
Ort: Akademie des Sports Hannover, Ferd.-
Wilh.-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover
Kontakt: mvedder@akademie.lsb-nds.de
Weblink: www.akademie.lsb-niedersachsen.de,
Rubrik Programm/Akademie-Foren

Inklusion funktioniert nicht ohne Barrierefreiheit. Denn wo Barrieren behindern, bleibt Teilhabe am kulturellen und politischen Leben, an der Arbeitswelt, in der Freizeit und am Sport verwehrt.

Sowohl für Menschen mit Behinderung, als auch für den zunehmend älter werdenden Teil unserer Gesellschaft. Das Akademie-Forum Inklusion „Barrierefreiheit – Überall dabei! An alle(s) gedacht?“ bietet deshalb in Form von Kurzvorträgen und Workshops grundlegende Informationen zur Barrierefreiheit in allen Bereichen. Gleichzeitig bietet die Auseinandersetzung mit dem Thema die Chance, Finanzierungsmöglichkeiten, neue Ideen und Praxishilfen für die tägliche Arbeit kennenzulernen.

Den Abschluss bildet ein Blick in die Zukunft der Barrierefreiheit und der digitalen Inklusion durch das Fraunhofer-Institut IAO. Weitere Informationen zum Programm und den Referierenden finden Sie auf unserer Homepage – siehe Weblink.



Zwei Ausbildungsplätze ausgeschrieben

LSB: Der LandesSportBund Niedersachsen schreibt für die Standorte Hannover und

Clausthal-Zellerfeld der Akademie des Sports zwei Ausbildungsplätze aus:



Fotos (2): LSB

Ab 1. September 2018 ist in Hannover die Stelle für eine Auszubildende zur Köchin oder einen Auszubildenden zum Koch zu besetzen.

Franz Marschnig
fmarschnig@lsb-niedersachsen.de



Für den Standort Clausthal-Zellerfeld ist eine Stelle für eine Auszubildende zur Hauswirtschafterin oder einen Auszubildenden zum Hauswirtschafter ausgeschrieben.

Kerstin Hirschhausen

khirschhausen@Akademie.LSB-NDS.de
Weblink:
www.lsb-niedersachsen.de
Rubrik Service/Stellenanzeigen



LSB als Ausbilder

Der LandesSportBund Niedersachsen ist Ausbilder für die Berufe Kauffrau/Kaufmann Bürokommunikation, Koch/Köchin sowie Hauswirtschafter und Hauswirtschafterin.

Richard Krogmann
rkrogmann@lsb-niedersachsen.de



Wer gehört dazu?

Liebe Leserin und lieber Leser,

Auf den verschiedenen Ebenen des deutschen Sports wird seit Jahren darüber diskutiert, die Aufnahmebedingungen in den Sportorganisationen kritisch zu überprüfen.

Auch innerhalb des LSB hat sich eine Arbeitsgruppe sehr intensiv mit neuen Mitgliedschaftsmodellen beschäftigt, Grundlagen erarbeitet und konkrete Umsetzungsvorschläge vorgelegt. Da aktuell jedoch die Sportbünde und Landesfachverbände nur einen bedingten Handlungsbedarf sehen, hat das LSB-Präsidium beschlossen, den Diskussionsprozess zu verlängern. Nicht bereits beim Landessporttag 2018 sondern frühestens 2020 soll über ein neues Mitgliedschaftsmodell beschlossen werden. Diese zeitliche Streckung ist sinnvoll, da sich neue Entwicklungen ergeben haben, die wir im LSB und im gesamten bundesdeutschen Sport diskutieren und möglichst abgleichen müssen.

Die Koalitionsvereinbarung der designierten neuen Bundesregierung sieht vor, dass „E-Sports künftig vollständig als eigene Sportart mit Vereins- und Verbandsrecht anerkannt und bei der Schaffung einer olympischen Perspektive unterstützt (werden soll).“ Innerhalb des DOSB und der Landessportbünde ist noch völlig unklar, ob E-Sports überhaupt unserem Verständnis von Sport zuzuordnen ist. Ähnlich spannend wird die Diskussion über die Zielvorstellung von Special Olympics Deutschland werden, als Spitzenverband in den DOSB aufgenommen werden zu wollen. Auf Landesebene ist die Frage zu beantworten, für welche Sportart Special Olympics aufgenommen werden will, wobei man sich selbst als Sportverband für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung sieht. Auch eine mögliche Verknüpfung des Vereinssports mit dem Betriebssport ist zu prüfen und durch entsprechende Regelungen festzulegen. Das Präventionsgesetz schafft hierfür für beide Seiten Möglichkeiten. Die aufgezeigten Beispiele machen deutlich, dass die Satzungsvorgabe „Sport für alle“ sich nicht am Status Quo allein orientieren darf. Grundlagen bewahren, Gemeinwohlorientierung, Zukunftsfähigkeit: Wir müssen nichts neu erfinden, uns gleichwohl entscheiden, wer zu uns gehören kann und wer nicht. Die Diskussion bis 2020 wird benötigt und einen vorläufigen Endpunkt als Zielmarke sollten wir beim Landessporttag 2020 setzen. Größe, Vielfalt und Einbeziehung machen den Sport aus und das gilt vom Grundsatz auch für den LSB.

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 des Sports

Editorial

3 Wer gehört dazu?

Sportpolitik

4 LSB: Der Botschafter der Republik Tansania war zu Gast

4 LSB: Strukturpläne Leistungssport

Sportorganisation Niedersachsen

5 LSB: Fortbildung AFT-Praxisprogramm

6 14. Ball des Sports Niedersachsen

Schwerpunkt

12 OSP: Krafttraining für den Nachwuchs

Sportorganisation Niedersachsen

16 KSB Emsland: Nachhaltiges Programm für Frauen aufgestellt.

17 Abenteuer Outdoor – Raus mit Euch!

18 FC Merkur: Vereine in der EngagementBERATUNG

19 LSB: Ehrenamts- & FreiwilligenMANAGEMENT

20 LSB: NEUESEHRENAMT

21 Kinderschutz beim SC Baccum

Sport & Gesellschaft

29 Nds. Lotto-Sport-Stiftung: Eine besondere Förderung...

Recht, Steuern & Finanzen

30 Freie Fahrt für Mitglieder und Helfer

Titelbild: 14. Ball des Sports Niedersachsen

Foto: Volker Minkus

Das LSB-Magazin steht auf der LSB-Homepage zum Download bereit:

Weblink:
www.lsb-niedersachsen.de/lsb-magazin

Impressum

ISSN 1865-3790

Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen

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

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, Böklerstraße 13, 31789 Hameln

21. Sitzung des Präsidiums

LSB: Das Präsidium des LandesSportBundes (LSB) Niedersachsen hat auf seiner 21. Sitzung in dieser Woche u. a. die Prolongierung der Richtlinie zur Förderung erfolgreicher Sportvereine gem. Leistungssportkonzept 2020 bis zum 31. Dezember 2020 beschlossen. Außerdem hat das Gremium den aktuellen Planungsstand für den 43. Landessporttag am 17. November in Osnabrück bestätigt und sich mit den sportpolitischen Schwerpunktthemen für 2018 befasst. Das Präsidium hat sich zudem mit Aussagen aus dem Koalitionsvertrag der CDU- und SPD-Bundestagsfraktionen zum „e-Sports“ befasst. Das Präsidium geht davon aus, dass dieses Thema in diesem Jahr innerhalb des Deutschen Olympischen Sportbundes intensiv diskutiert werden wird (s. a. Kommentar S. 3). Am 6./7. April findet die Klausurtagung 2018 des Präsidiums statt. Die 22. Sitzung des Gremiums ist für den 16. Mai terminiert.

Zu Gast



V.l.: Anja Henke, Reinhard Rawe, Dr. Abdallah Possi, Dr. Angela Daalman. Foto LSB

LSB: Der Botschafter der Republik Tansania war zu Gast beim LandesSportBund (LSB) Niedersachsen, um sich über laufende und geplante Austauschprojekte im Sport zu informieren.

Das Land Niedersachsen unterhält seit 2010 eine Partnerschaft mit Tansania im Rahmen der Entwicklungszusammenarbeit. Der LandesSportBund Niedersachsen setzt diese Partnerschaft seit 2017 auch im Sport um.



Jugendverbandsarbeit

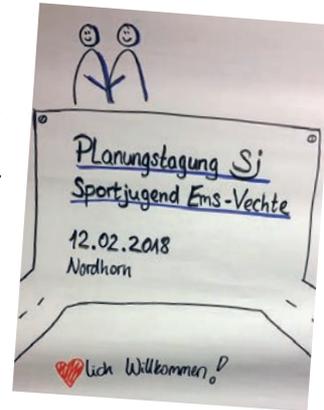
sj: Die Sportjugend (sj) Niedersachsen betreibt politische Jugendarbeit auf Landesebene. In diesen Gremien, die gute Rahmenbedingungen für die Entwicklung und das Engagement von jungen Menschen schaffen und verbessern wollen, bringt sie ihre Expertise und die Belange des Kinder- und Jugendsports ein: Niedersächsischer Landesjugendhilfeausschuss sowie seinem Unterausschuss „Jugendarbeit“ und Landesbeirat für Jugendarbeit. Regelmäßige Fachgespräche gibt es zudem mit dem Niedersächsischen Landesjugendamt, dem Landesjugendring und dem Paritätischen Jugendwerk Niedersachsen.



Frank-Michael Mücke
fmmuecke@lsb-niedersachsen.de
Thekla Lorenz
tlorenz@lsb-niedersachsen.de

Planungstagung

Die Sportjugenden Grafschaft Bentheim und Emsland haben sich zu einer Planungstagung mit einem Vertreter der Sportjugend Niedersachsen getroffen. Diskutiert wurden Vorhaben für 2018 und 2019. Gemeinsame Aktivitäten sollen unter dem Label „Sportjugend Ems-Vechte“ beworben werden. Die Sportjugend Niedersachsen bietet den Sportjugenden in den Sportregionen moderierte Beratungen an, um ihre gemeinsamen Vorhaben abzustimmen.



Frank-Michael Mücke
fmmuecke@lsb-niedersachsen.de

Strukturpläne Leistungssport

LSB: Der LandesSportBund (LSB) Niedersachsen will im Dialog mit den Landesfachverbänden die Strukturen für den Nachwuchs-/Leistungssport weiter verbessern.

Seit Oktober 2017 fanden dazu 13 Gespräche mit Landesfachverbänden aus Schwerpunktsportarten und vier weitere mit Verbänden aus Nicht-Schwerpunktsportarten zur Erarbeitung von „Strukturplänen Leistungssport“ statt. Grundlage war ein Themenraster in dessen Mittelpunkt die notwendigen sportfachlichen und überfachlichen (Förder-) Elemente stehen, die es möglichst vielen Athletinnen und Athleten ermöglichen sollen, einen erfolgreichen langfristigen Leistungsaufbau mit der Zielstellung internationale Konkurrenzfähigkeit in der Hauptwettkampfklasse zu absolvieren. „Wir freuen uns, dass unsere Initiative von unseren bisherigen Gesprächspartnern

gut aufgenommen wurde“, sagt LSB-Mitarbeiter Manfred Kehm. Die Verbände wollten nun verbindliche Zielstellungen entwickeln. „Unser gemeinsames Ziel sollte sein, dass der „Strukturplan Leistungssport“ künftig für jeden Landesfachverband Grundlage der strategischen Ausrichtung und des täglichen Kerngeschäftes im Training wird“, sagt die zuständige LSB-Abteilungsleiterin Dr. Ilka Seidel. Ziel müsse sein, dass die Strukturpläne von den zuständigen Verbandsmitgliedern bestätigt würden.



Manfred Kehm
Leiter Team Leistungssportförderung
mkehm@lsb-niedersachsen.de

Fortbildung für das AFT-PraxisProgramm

LSB: Der LSB hat erstmals bundesweit mit Übungsleitern die Fortbildung „AFT-PraxisProgramm“ erprobt. Das Bewegungsprogramm ist auf den Alltags-Fitness-Test für Menschen ab 60 Jahre des Deutschen Olympischen Sportbundes abgestimmt. Mit den Materialien können Vereine nun Interessierten sowohl Tests anbieten als auch passende Kurse zur Verbesserung ihrer Fitness.

Die Abteilungen Sportentwicklung und Bildung haben als erste bundesweit den Alltags-Fitness-Test aufgegriffen und ein dazu passendes Bewegungsprogramm entwickelt. In den 14 Kurseinheiten werden systematisch die grundlegenden Fähigkeiten trainiert, die für den Erhalt der Selbständigkeit im Alter von Bedeutung sind. Das Training umfasst nicht nur Kraft und Ausdauer, sondern greift auch die Bereiche Beweglichkeit, Koordination und kognitive Fitness auf.

Am Anfang des Kurses steht zunächst eine AFT-Testung an, um das Fitnessniveau der Teilnehmer zu ermitteln. Auf dieser Grundlage wird dann das Training in den folgenden 12 Kurseinheiten systematisch aufgebaut, um dann in der 13. Kursstunde eine erneute AFT-Testung durchzuführen. So erhalten der Übungsleiter eine Rückmeldung zur Wirksamkeit seines Trainings

und der Teilnehmer zu seiner individuellen Trainingsentwicklung. Auch im Materialpaket enthalten sind Teilnehmerunterlagen mit Übungsanleitungen „für zu Hause“, sodass die Teilnehmer, das in den Kurstunden vermittelte Wissen, in ihrem Alltag umsetzen können.



Nina Panitz

npanitz@lsb-niedersachsen.de



Fotos (4): Volker Minkus



Foto: LSB

Kerlgesund-Tour 2018

LSB: An neun Standorten ist die Kerlgesund – Tour 2018 noch zu Gast und bringt Männer mit abwechslungsreichen Angeboten in Bewegung. Im Mittelpunkt der Erlebnis-sporttage stehen das Ausprobieren von Sportarten, der Austausch von Erfahrungen und vor allem der Spaß an der Bewegung. Die Tour ist ein gemeinsames Präventionsprojekt des LandesSportBundes (LSB) Niedersachsen und der BKK24.

9. Juni Obernkirchen, KSB Schaumburg
 16. Juni Nienburg, Sportregion Diepholz/Nienburg
 17. Juni Lingen, KSB Emsland
 4. August Bützfleth, Sportregion Elbe-Weser
 18. August Uelzen, KSB Uelzen
 25. August Edemissen, Sportregion Peine-Hildesheim-Salzgitter
 25. August Bad Gandersheim, MTV Bad Gandersheim

2. September Westerstede, KSB Ammerland
 8. September Osterholz-Scharmbeck, KSB Osterholz



Malte Loser

mlosert@lsb-niedersachsen.de

Weblink: www.lsb-niedersachsen.de Rubrik Themen/LSB-Sportentwicklung/Aktiv in jedem Alter

Ball des Sports Niedersachsen 2018

LSB: Die Leichtathletin **Ruth Sophia Spelmeyer**, der Ruderer **Julius Peschel** und die **Fußballerinnen des VfL Wolfsburg** haben die Niedersächsische Sportlerwahl 2017 gewonnen. Die Ehrung erfolgte während einer Liveshow beim 14. Ball des Sports Niedersachsen vor 3500 Gästen im Hannover Congress Centrum. Traditionell hatten der LandesSportBund (LSB) Niedersachsen und der Stadtsportbund Hannover eingeladen. Für die Veranstalter dankte der LSB-Vorstandsvorsitzende Reinhard Rawe den langjährigen Partnern und Förderern, insbesondere den Agenturen APD-Events und IPR Werbeagentur sowie den Topspensoren ZAG Personal und Perspektiven und Antenne Niedersachsen.

Im voll besetzten Kuppelsaal verfolgte ein begeistertes Publikum die sportiv-stilvolle Liveshow und die Ehrung der Sportlerin, des Sportlers und der Mannschaft des Jahres 2017. Beeindruckend waren die Auftritte der A-Formation des BRAUNSCHWEIGER TSC und von Aaron & Lukas mit ihrer Teeterboard-Artistik. Den musikalischen Höhepunkt bot Andrew Roachford mit seinem Hit „This Generation“.

Laudatoren waren der Niedersächsische Minister für Inneres und Sport, Boris Pistorius, der Chefredakteur der Neuen Presse in Hannover, Bodo Krüger, und die ehemalige deutsche Hockeyspielerin und Olympiasiegerin Julia Zwehl. Durch den Abend leitete das Moderatoren-Duo Jasmin Wiegand (RTL Nord) und Tom Bartels (ARD).



Minister Boris Pistorius (l.) und Reinhard Rawe (r.) freuen sich mit Merle Frohms und Caroline Graham Hansen (VfL Wolfsburg), Julius Peschel und Ruth Sophia Spelmeyer über den Abschluss eines begeisterten Showprogramms. Fotos (6): Volker Minkus



Sportlerin des Jahres 2017: Ruth Sophia Spelmeyer

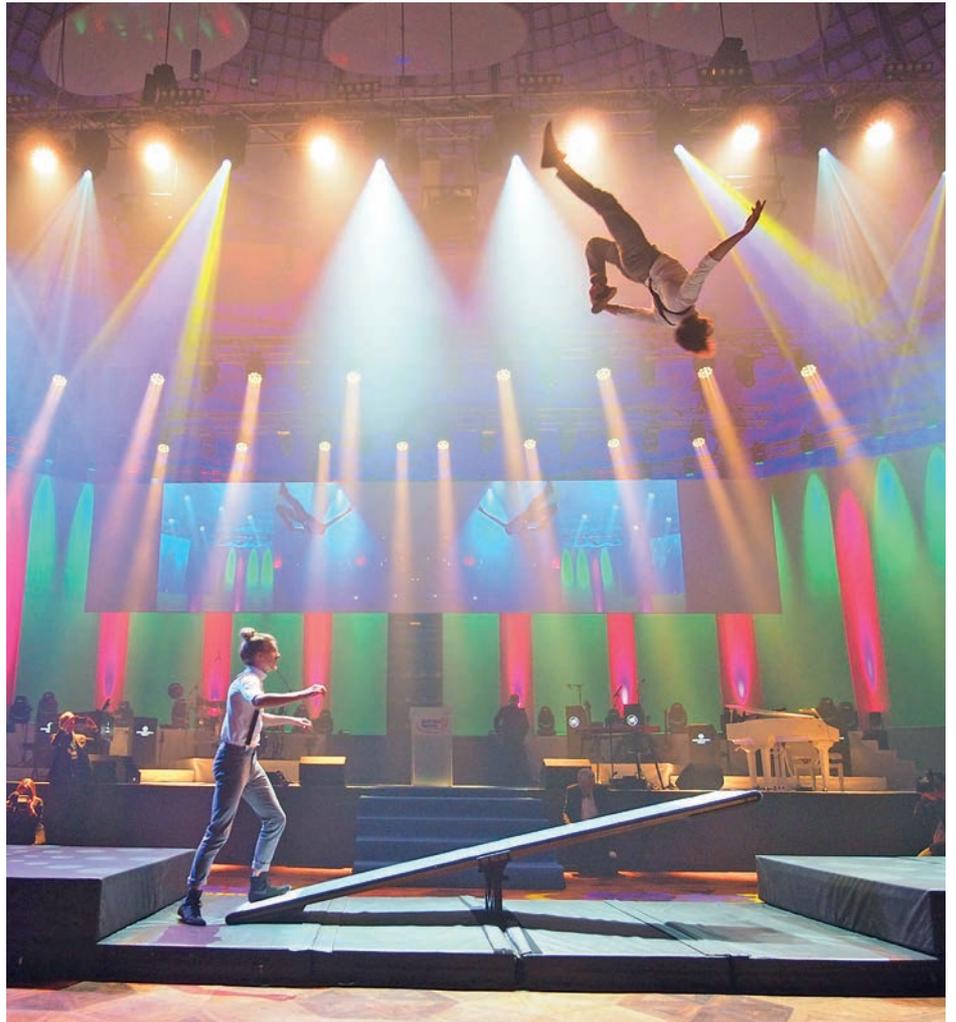


Sportler des Jahres 2017: Julius Peschel

<p>Top-Sponsor</p>	<p>Medienpartner</p>	<p>Sponsoringpartner</p>	<p>Partner</p>
<p>Sponsoringpartner</p>	<p>Sponsoringpartner</p>	<p>Ausrichter</p>	



Thassilo Gehrke (ZAG) und Tom Bartels (ARD).
Foto: Kevin Münkkel



Aaron & Lukas sorgten für absolute Höhepunkte im Programmablauf. Foto: Jussi Larsson



Gute Stimmung und anregende Gespräche
beim Sponsorenempfang im Leibniz-Saal.



Glanzvolle Ball-Atmosphäre im Kuppelsaal.

Doris Schröder-Köpf und Minister Boris Pistorius.

Vereinshelden zu Gast beim Ball des Sports

LSB: Besondere Ehrung für 20 „Vereinshelden 2017“ des LandesSportBundes Niedersachsen: Sie waren zum Ball des Sports Niedersachsen eingeladen. Ihre Urkunden erhielten sie in festlichem Rahmen beim

Deutschen Tennis Verein Hannover. Die „Vereinshelden-Kampagne“ ist eine Gemeinschaftsaktion der SportEhrenamts-Card und des LandesSportBundes (LSB) Niedersachsen. Ziel der Kampagne ist es,

Menschen mit kurzfristigem, auch außergewöhnlich einmaligem oder immer wiederkehrendem Engagement außerhalb von Gremienarbeit auszeichnen zu können.

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



Stehend v. l.: Kristin Lein (LSB), Laura Anisi (LSB), Lothar Kniebel, Michael Richter, Sylvia Bokelmann, Martin Hillmann-Apmann, Peter Mergel, Petra Wolff, Lana Caésar, Bernd Schmidt, Johanna Rudorf, Susana Barge del Rio (LSB), Marco Lutz (LSB).

Sitzend v. l.: Timo Holloway, Anna-Carina Klapprodt, Rüdiger Albat, Christian Meyer, Samantha Cracau, Uta Höper, Alica Cording. Foto: Constantin Rimpel

Vertreter des LSB und seiner Sportjugend



V. l.: Klaus und Sandra Witte.



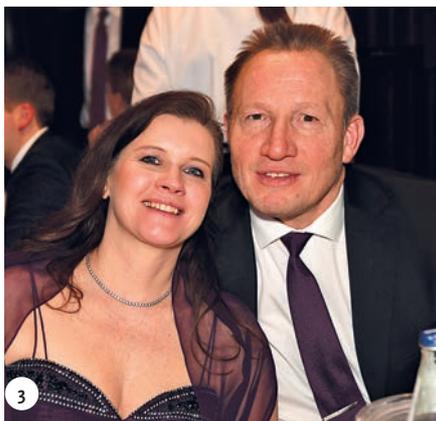
V. l.: Sieglinde Hesse und Joachim Homann



Dr. Hedda Sander



Sylke und Thomas Dyszack.



Inga und Reiner Sonntag.



V. l.: Michael Kup und Reinhard Rawe.



(1) Walter Kleine und Dr. Sabine Schormann; (2) Jürgen Wache (Volksbank Hannover) und Angelika Wache; (3) Sabrina Ege und Verkehrs-Kai (Antenne Nds.); (4) Wolfgang Hein; (5) Hans-Joachim Zwingmann; (6) Hauke Jagau (Regionspräsident); (7) Kerstin Peters (Sparkassenverband Nds.) und Angela Groetzinger; (8) Marcel Lamers (LSB) und Michael Schier (Sparkassenverband Nds.); (9) Saskia Parpart, Norbert Engelhardt (LSB), Anna-Lena Freese und Prof. Dr. Ilka Seidel (OSP); (10) Andrei Nezezon, Olaf Jähner, Hajo Rosenbrock (alle TKH), Prof. Dörte Detert (NTB) und Henning Heüveldöpp. Fotos (16): Volker Minkus

Musik und Show

Andrew ROACHFORD eröffnete den Abend mit seinem stimmungsvollen Song „This Generation“ und sorgte später noch gemeinsam mit der CHRIS GENTEMAN GROUP für beste Stimmung in der Kuppel. In den Umgängen feierte das Publikum die Speedos und ComboCombo. Ein ganz eigenes Konzert erlebten die Ballgäste im Leibniz-Saal, wo »MUNIQUE« Live-Vocals präsentierten.



(1) Die Tanz-Formation des BTSC begeisterte das Publikum. (2) Rainer und Stefanie Ahlers (Sport Thieme); (3) Günter und Daniela Evert, Christoph und Beatrix Dannowski, Bodo und Imme Krüger; (4) Rita Girschikofsky (Präsidentin des SSB Hannover) und Sven Osthoff (Toto-Lotto Nds. GmbH); (5) Heidrun und Jürgen Schwedux (Nds. Tanzsportverband). Fotos (7): Volker Minkus

Mitternachtstombola



Mehr als 100 Preise warteten auf ihre Gewinner bei der traditionellen Mitternachtstombola. Der Hauptpreis, ein Skoda Fabia im Wert von 20.500 Euro, gestiftet vom Autohaus Rindt & Gaida und der Moin-Show von Antenne Niedersachsen, ging an Angela Plenz.

Sportlerwahl-Gewinne



Sie zogen die Gewinner (v. l.): Reinhard Rawe (LSB-Vorstandsvorsitzender), Dr. Petra-Kristin Bonitz (LOTTO Niedersachsen) und Frank Ritter (Notar). Foto: LSB

Unter Aufsicht von Rechtsanwalt Frank Ritter wurden am 02. Februar in der Geschäftsstelle des LandesSportBundes Niedersachsen fünf Preisträger aus allen an der niedersächsischen Sportlerwahl teilnehmenden Personen ermittelt. Ulrich Schendel, Eckhard Bödeker und Ayse Karbusz gewannen je einen Erima-Trolley. Die Reise, gestiftet vom ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt, gewann Marten Krüger. Über den ersten Preis, eine Erlebnisreise, gestiftet von LOTTO Niedersachsen, freute sich Fabian Bülter.

Niedersächsische Sportlerwahl 2017

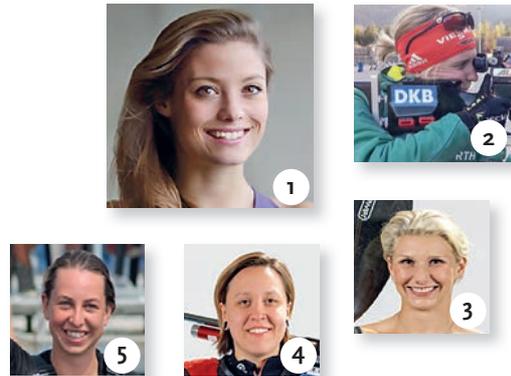
„Herzlichen Dank an die Jurymitglieder und natürlich an alle Wählerinnen und Wähler,“ sagte der LSB-Vorstandsvorsitzende Reinhard Rawe. 32.030 Stimmen

sind bei der Niedersächsischen Sportlerwahl 2017 für die Sportlerin, den Sportler und die Mannschaft des Jahres abgegeben worden. Das Gesamtergebnis setzt sich je

zur Hälfte aus dem prozentualen Ergebnis der öffentlichen Wahl und der Jury-Entscheidung zusammen. Folgendes Ergebnis wurde ermittelt:

Sportlerin des Jahres

- | | | |
|---------------------------|---|----------|
| 1. Ruth Sophia Spelmeyer |  | 30,728 % |
| 2. Franziska Hildebrandt |  | 25,397 % |
| 3. Sabrina Hering-Pradler |  | 17,117 % |
| 4. Jolyn Beer |  | 13,638 % |
| 5. Svenja Schaeper |  | 13,120 % |



Sportler des Jahres

- | | | |
|---------------------|---|----------|
| 1. Julius Peschel |  | 22,883 % |
| 2. Justus Nieschlag |  | 22,619 % |
| 3. Arnd Peiffer |  | 22,534 % |
| 4. Kai Häfner |  | 18,462 % |
| 5. Martin Harnik |  | 13,502 % |



Mannschaft des Jahres

- | | | |
|--------------------------------|---|----------|
| 1. VfL Wolfsburg-Damen |  | 23,934 % |
| 2. Hannover 96 |  | 22,738 % |
| 3. TK Hannover-Damen |  | 21,261 % |
| 4. EWE Baskets Oldenburg |  | 16,885 % |
| 5. New York Lions Braunschweig |  | 15,182 % |



Die Wahl wurde gefördert von der Niedersächsischen Lotto-Sport-Stiftung und präsentiert von der Toto-Lotto Niedersachsen GmbH.



Krafttraining am OSP Niedersachsen: Athletinnen und Athleten aus den Sportarten Rudern und Tischtennis in der Vorbereitung und Durchführung ihrer Trainingseinheit. Fotos (8): LSB

Krafttraining für den Nachwuchs

Athletinnen und Athleten verschiedenster Sportarten trainieren nicht nur ihre eigentlichen Wettkampfdisziplinen, sondern führen zusätzlich ein ergänzendes Krafttraining durch, um Topleistung zu erbringen.

Am Olympiastützpunkt Niedersachsen (OSP) bietet Sebastian Zahn das Krafttraining an.

OSP: Das Krafttraining nehmen aktuell ca. 50 Nachwuchssportler aus dem Voll- und Teilzeit-Internat aus vier Sportarten regelmäßig wahr. Weitere 10 Athleten aus drei Sportarten nutzen die Angebote temporär, je nach Saisonzeitpunkt (Kanuten z. B. von Oktober bis März). Dabei geht es neben der Kräftigung der sportartbezogenen Arbeitsmuskulatur auch um Prävention.



Sebastian Zahn



Stephan Bischoff

Zahn wird zweimal die Woche von Sportwissenschaftler Stephan Bischoff unterstützt. „Wir haben die Sportarten unter uns

aufgeteilt, um durch diese Spezialisierung unser Knowhow zu verbessern und unsere Erkenntnisse spezifisch an die Athleten weitergeben zu können“, sagt Zahn. Der kollegiale Fachaustausch sei für beide ein wichtiger Baustein beim ‚Learning on the job‘.

Wichtige Ziele des Krafttrainings für Nachwuchssportler sind die Sicherung der Belastbarkeit, die Prophylaxe von Verletzungen und Fehlbelastungen, die Optimierung des Kraftvermögens und der sportmotorischen Leistungsfähigkeit sowie die Entwicklung von Voraussetzungen für Lernprozesse im Techniktraining. Weil junge Menschen Besonderheiten im Bereich des aktiven und passiven Bewegungsapparates aufweisen, die sie für Überlastungen und Verletzungen bei sportlicher Belastung prädisponieren, muss die Trainingsgestaltung auf diese besonderen Merkmale individuell abgestimmt sein. Eine Grundlage ist für Zahn deshalb eine

Ist-Analyse der Athletinnen und Athleten. Zahn sieht drei Herausforderungen für das Angebot an Nachwuchssportler:

„Zum einen findet Krafttraining im Nachwuchsleistungssport bei uns am OSP meist in Trainingsgruppen und zum Teil auch alters- und sportartübergreifend statt. Hinzu kommt eine sehr unterschiedliche Krafttrainingsvorerfahrung der Athleten. Auf Grund von außersportlichen Verantwortungen sowie des Trainings der Primärsportart ist die zur Verfügung stehende Zeit begrenzt. Ein Trainer betreut in den Stoßzeiten nicht selten zwischen 15 bis 20 Athleten. Da gilt es, die Sportler und auch sich selbst gut zu organisieren. Erfreulicherweise haben wir in den vergangenen Jahren unsere vorhandenen Raum- und Trainingsmittelkapazitäten stark verbessern können. Das erhöht nicht nur die Effizienz unserer Arbeitsweise, sondern ist zudem auch unabdingbar um den steigenden Anforderungen gerecht zu werden.“



Nicht nur die Technik wird im Training kontrolliert: Absicherung in der Trainingsübung Kniebeuge.



Abwechslungsreicher Einsatz: Um Monotonie im Trainingsalltag vorzubeugen und je nach Zielstellung, können unterschiedliche Trainingsmittel zur Anwendung kommen.

Zu den alltäglichen Aufgaben gehört es für Zahn auch, die Anforderungen an den Athleten des jeweiligen Spitzenverbandes mit den konkreten Bedingungen vor Ort in einem interdisziplinären Team mit Trainern, Ärzten und Physiotherapeuten in Einklang zu bringen. Dabei hat mitunter jeder einen anderen Blickwinkel auf den Athleten. Zahn: „Wenn wir all dies berücksichtigen und dann noch die Interessen der Athleten einbinden können, haben wir das perfekte Angebot.“

Tagesform

Ob die Vorbereitungen, Überlegungen und Planungen allerdings im praktischen Training greifen – das entscheidet die Tagesform der Athleten, ihre jeweilige Befindlichkeit. „Jede Trainingseinheit ist deshalb anders, weil z. B. eine Verletzung oder negative Erlebnisse im Alltagsleben außerhalb des Sports die Mentalität der Sportler beeinflussen.“ Wichtig sei daher der Austausch mit ihnen, „denn neben der Einhaltung der optimalen Technik in den relevanten Trainingsübungen, wollen wir vor allem die Belastung ideal an die Tagesform anpassen.“ Ziel sei, den Athleten eine solide Grundausbildung zu bieten, damit sie optimal auf ein fortführendes Krafttraining im Hochleistungssport vorbereitet sind.

Formen des Krafttrainings

Krafttraining kann einen primärpräventiven Charakter bezüglich akuter und chronischer Schädigungen des Bewegungsapparates und typischer bewegungsmangelbedingter systemischer Erkrankungen haben.

Krafttraining ist aus Sicht der Leistungssportpraxis in verschiedenen Sportarten (z. B. Judo oder Gerätturnen, aber auch Rudern oder Schwimmen) als Grundbedingung unverzichtbar, um die muskulären Voraussetzungen für eine altersgerechte und leistungssportlich hochwertige Technikausführung herzustellen und dauerhaft zu sichern („Eintrittskartenfunktion“). Krafttraining erhöht in verschiedenen Sportarten (z. B. im leichtathletischen Dauerlauf, Skilanglauf und Radsport, aber auch in den technisch-akrobatischen Sportarten und Sportspielen) nicht nur die Ausführungsqualität, sondern auch die Ökonomie und den Wirkungsgrad der Technik („Optimierungsfunktion“).

In der Trainingspraxis greift man hier auf die für die Sportart relevanten Trainingsmethodiken (s. Kasten) zur Ausprägung der jeweiligen Kraftfähigkeiten zurück. Diese sind jedoch nicht isoliert zu betrachten, sondern beeinflussen sich zum Teil untereinander.

Kraftdiagnostik

Das ergänzende Krafttraining umfasst die allgemeine Kräftigung aller Muskelgruppen und eine spezielle Kräftigung der leistungsrelevanten Muskulatur. Am Anfang kann dabei eine fundierte Kraftdiagnostik und die Erhebung relevanter Kraftparameter stehen. „Welche Kraft bringt der Athlet mit? Wie ist die Kraft auf den Körper verteilt?“, sagt Zahn.

Daraus resultieren konkrete Trainingsempfehlungen, bei denen das Alter und das Anforderungsprofil an die Kraftfähigkeiten in der jeweiligen Sportart berücksichtigt werden. „All das gilt es dann mit der Zielformulierung von Sportler und Trainer in Einklang zu bringen, um einen optimalen Trainingsplan zu entwickeln.“ Je intensiver hier der Austausch aller Beteiligten stattfindet, desto besser kann das Krafttraining auch umgesetzt werden. Zahn überwacht und kontrolliert den Erfolg der gewählten Maßnahmen dann im Trainingsprozess ebenso, wie die Einhaltung einer guten Bewegungsqualität bei den durchgeführten Trainingsübungen.

Einen Ausgleich zwischen den einzelnen Muskelgruppen des Körpers zu schaffen, ist im Leistungssport aus gesundheitlichen Gründen ein wichtiges Trainingsziel.



Trainingsplanrücksprache und -dokumentation: Athlet und Trainer im Austausch bzgl. der anstehenden Trainingsinhalte.



Häufiger Bestandteil im Krafttraining im Rudern: Die Trainingsübung Bankziehen.

Leistungen am OSP

Prävention von Sportverletzungen und -schäden

Wiederholte einseitige Belastungen oder Fehlbelastungen können mitunter zu Sportverletzungen oder -schäden führen. Durch ein individuell gestaltetes Krafttraining, hier in enger Rücksprache mit der Sportmedizin und der Physiotherapie am OSP, soll diesem entgegen gewirkt werden. So können bereits bei kleinsten Beschwerden am Bewegungsapparat frühzeitig Gegenmaßnahmen und Trainingsplananpassungen eingeleitet werden.

Rehabilitatives Krafttraining nach Sportverletzungen („Return-to-Sport/Competition“)

Während zu Beginn einer Verletzung die ärztliche und physiotherapeutische Betreuung meist im Vordergrund steht, gewinnt u. a. auch das Krafttraining, als Bestandteil des Rehabilitationstrainings, zunehmend an Bedeutung. Betroffene Strukturen werden dabei „aufbelastet“ und evtl. bestehende Kraftunterschiede angeglichen.

Kraftdiagnostik (z. B. Isokinetik, Sprungkraftdiagnostik, „X“RM-Test)

Je nach angewendeten diagnostischen Ver-

fahren können unterschiedliche Aussagen über den Ist-Zustand getroffen werden. So bietet eine isokinetische Kraftdiagnostik u. a. die Möglichkeit, Kraftverhältnisse im „Agonisten-Antagonisten-Vergleich“ sowie im Seitenvergleich abzubilden. Starke Differenzen können dann im Training ausgeglichen werden.

Individuelle Planung, Durchführung und Auswertung von Krafttrainingseinheiten

Die zuvor geplanten Trainingsinhalte sollen dabei jedoch nicht nur „stumpf“ in die Trainingspraxis umgesetzt werden. Je nach Befindlichkeit des Athleten müssen mitunter spontane Trainingsplananpassungen vorgenommen werden. Die parallel stattfindende Trainingsdokumentation ermöglicht eine anschließende Auswertung und einen Vergleich zu vorherigen Trainingsphasen.

Techniktraining relevanter Trainingsübungen

Je nach Komplexität der Trainingsübung werden entsprechende Hilfestellungen und Korrekturhilfen gegeben. Dabei gilt es, die individuellen Voraussetzungen des Athleten zu berücksichtigen. So ist z. B. die Ausführung in der Trainingsübung „Kniebeuge hinten“ u. a. von dem Verhältnis der Oberkörper- zur Unterkörperlänge und/

oder der Unterschenkel- zur Oberschenkel- länge sowie der Hüftgelenksbeschaffenheit abhängig.

Ausprägung relevanter Kraftfähigkeiten

Wichtig dabei ist immer die individuelle Zielstellung und Ausgangssituation. Dabei muss im Nachwuchsleistungssport u. a. auch das Trainingsalter im Bereich des Krafttrainings berücksichtigt werden. Gerade bei Athletinnen und Athleten mit wenig bis gar keiner Vorerfahrung gilt es, zu Beginn erst einmal durch Techniktraining und sukzessive Belastungssteigerung die Sportler auf die bevorstehenden Trainingsmethodiken vorzubereiten.

Schaffung von Grundlagen für ein leistungsorientiertes Krafttraining im Hochleistungssport

Eine solide Kraftgrundlage gewährleistet die Umsetzung der im Hochleistungssport benötigten und angewendeten Trainingsmethoden. Eine frühzeitige und regelmäßige Umsetzung schafft dabei nicht nur die notwendige Routine und Akzeptanz bei den Athleten, sondern bereitet den Bewegungsapparat zugleich auf höhere Lasten vor.



Langhanteltraining: Die Trainingsübung Standumsetzen in ihrer (vorne) Start- und Endposition (hinten).



Prävention: Basisübung zur Kräftigung der Schultermuskulatur am Seilzug.



Reaktivkrafttraining: „Hop“ auf Plyo-Box.

Kraft im Sport

Kraft als motorische Eigenschaft bezeichnet die Fähigkeit der Muskulatur, sich gegen einen Widerstand zu kontrahieren.

• Arten der Kontraktion

Kontrahiert ein Muskel gegen einen Widerstand, ohne dass eine äußerlich sichtbare Verkürzung des Muskels auftritt, spricht man von isometrischer Arbeitsweise. Kommt es bei der Muskelkontraktion zur Verkürzung des Muskels, spricht man von konzentrischer Arbeitsweise. Tritt bei der Kontraktion des Muskels eine Längenzunahme auf, arbeitet der Muskel exzentrisch.

• Maximalkraft

Die höchste Kraft, die das neuromuskuläre System bei einer maximalen willkürlichen Kontraktion entfalten kann.

• Schnellkraft

Die Fähigkeit des neuromuskulären Systems, einen möglichst großen Impuls in der zur Verfügung stehenden Zeit zu produzieren. Die Schnellkraft setzt sich aus den Komponenten Startkraft, Explosivkraft und Maximalkraft zusammen.

• Kraftausdauer

Die Fähigkeit des neuromuskulären Systems, eine möglichst große Kraftstoß-

summe in einer gegebenen Zeit gegen höhere Widerstände zu produzieren.

• Reaktive Kraftverhalten

Exzentrisch-konzentrische Muskelaktion („Dehnung-Verkürzung“). Das wesentliche Charakteristikum liegt in der Erzielung größerer Bewegungsimpulse, als bei rein konzentrischem Bewegungsverhalten.

Literatur:

Wirth, K., Schlumberger, A., Zawieja, M. & Hartmann, H. (2013). Krafttraining im Leistungssport. Theoretische und praktische Grundlagen für Trainer und Athleten. (2., korrig. Aufl.) Köln: Sportverlag Strauss

Ziele des Krafttrainings im Nachwuchssport sind die Sicherung der Belastbarkeit, die Prophylaxe von Verletzungen und Fehlbelastungen, die Optimierung des Kraftvermögens und der sportmotorischen Leistungsfähigkeit sowie die Entwicklung von Voraussetzungen für Lernprozesse im Techniktraining.

Dabei geht es neben der Kräftigung der sportartbezogenen Arbeitsmuskulatur besonders auch um die Kräftigung des Stütz- und Halteapparates.

Sebastian Zahn

In seiner Diplomarbeit „Unterschiede in der Krafftätigkeit von Mädchen und Jungen der Altersklasse 11-12 Jahre mit und ohne leistungsorientiertem Training“ hat der OSP-Mitarbeiter 2011 eine vergleichende Untersuchung der Auswirkungen von leistungsorientiertem Training bei jungen Leistungssportlern und Gymnasialschülern ohne leistungsorientiertem Training auf differenzierte Kraftparameter vorgenommen. Er verglich dazu Daten des Deutschen Forschungszentrums für Leistungssport Köln mit Ergebnissen seiner Kraftdiagnostik der Hauptmuskelgruppen. Im Ergebnis unterscheiden sich die isometrischen und dynamischen Krafftätigkeiten beider Gruppen signifikant zu Gunsten der jungen Leistungssportler, die auf den höheren Trainingsumfang durch die betriebene Sportart selbst zurückzuführen sind.

Krafttraining und -diagnostik Prävention und Rehabilitation

Sebastian Zahn



0511-167474-27

zahn@osp-niedersachsen.de

www.osp-niedersachsen.de Rubrik ‚Leistung‘

„Ich habe meine Stärken kennengelernt“



Foto: privat

Im Rahmen des LSB-Coachingprogramms „Frauen fit für Führung – Führung fit für Frauen“ hat der KSB Emsland ein nachhaltiges Programm für Frauen aufgestellt.

Simone Hunfeld, seit 2012 Mitarbeiterin der Sportschule Emsland, hat als Mentee teilgenommen und berichtet über ihre Erfahrungen.

LSB: Was hat Sie angetrieben, an dem zeitaufwendigen Programm teilzunehmen, was war Ihr Ziel?

Hunfeld: Ich wollte in erster Linie sicheres Auftreten lernen und erhoffte mir Tipps im Umgang mit anderen Menschen.

Das Programm ging über mehrere Monate – hat sich Ihre Zielsetzung im Laufe der Zeit verändert?

Ja, sogar recht schnell. Es ging plötzlich darum: Wie nehmen mich die anderen wahr? Daraus entwickelte sich ein konkretes Bild meiner Stärken, die zunehmend konkreter wurden. Mir war vorher gar nicht so bewusst, dass ich z. B. sehr gut ein Team zusammen halten und motivieren kann. Aus diesem Bewusstsein heraus habe ich mein Ziel konkretisiert und angepasst: Ich möchte zukünftig mehr Verantwortung übernehmen und meine Führungskompetenzen ausbauen. Das war mir vorher nicht so wichtig.

Hatten Sie schon Gelegenheit, Ihre Kompetenzen einzusetzen?

Auf jeden Fall. Bei der Fachtagung „Starke Kinder durch Sport“ gehe ich noch sensibler und gleichzeitig kraftvoller damit um, an die zur Verfügung stehenden Mitarbeitenden die Aufgaben zu delegieren, die ihren jeweiligen Kompetenzen gerecht werden.

In welcher Hinsicht waren die beiden Coachs Karin Schweighofer und Walle Gairing für Sie persönlich hilfreich?

Beide Coachs haben einen guten Blick für die persönlichen Kompetenzen und sie haben uns punktgenau dafür sensibilisiert. Wenn man authentisch gesagt bekommt, worin man gut ist, dann wächst man innerlich enorm. Außerdem haben sie sich zwischen den Gruppensitzungen immer Zeit für jede Einzelne genommen. Ich fühlte mich sehr gut aufgehoben.



Mentees und Mentorinnen aus dem Programm. Fotos: KSB Emsland

In welcher Hinsicht waren die Mentorinnen für dich persönlich hilfreich?

Die unterschiedlichen Erfahrungen der anderen zu nutzen, das war prima für die persönliche Weiterentwicklung. Meine Mentorin kam z. B. aus der Gremienarbeit. Durch sie habe ich viele Gleichstellungsbeauftragte aus dem Landkreis kennengelernt und mein persönliches Netzwerk erweitert.

Was war die spannendste Erfahrung, die Sie mitgenommen haben?

Ich war überwältigt von dem Zusammenhalt der Mentees. Wir haben uns ja gegenseitig in unserer Entwicklung begleitet. Es war so wie diese Vorher-Nachher-Bilder in Zeitschriften. Man konnte im Laufe der Zeit genau beobachten, wie jede Frau an Klarheit und Selbstsicherheit gewonnen hat.

Wie geht es weiter? Können Sie sich vorstellen, als Mentorin zu arbeiten?

Ich möchte das Gelernte auf jeden Fall weiterentwickeln und in meinem Team und meine tägliche Arbeit einbringen. Vielleicht auch als Mentorin, das wäre ein nächster Schritt.

Gibt es eine besondere Herausforderung für Frauen in Führungspositionen im Sport?

Alle Frauen haben berichtet, wie schwierig die Kombination aus älteren, meist männlichen Vorständen und jüngeren Frauen ist. Es braucht viel mehr Offenheit, viel mehr Austausch, viel mehr gemischte Teams. Das wäre auch eine Idee fürs nächste Coachingprogramm: mehr gemischte Teams.

Wie lautet Ihre Gesamtbilanz als Mentee?

Die Zeit war schön und sehr kurzweilig, wir hatten aufregende Sonntage und in den Fahrgemeinschaften zu den Veranstaltungen haben wir noch stundenlang weiter über unsere Erfahrungen geredet. Ich würde es jederzeit wieder machen.



Ela Windels

ewindels@lsb-niedersachsen.de

Weblink: www.lsb-niedersachsen.de

Rubrik Themen/Grundsatzfragen/Gleichstellung

Abenteuer Outdoor – Raus mit Euch!

Rund 1000 Grundschüler will die Projektgruppe von 18 Freiwilligen aus Niedersachsen mit dem LandesSportBund und der Sportjugend Niedersachsen, mit ihrem Projekt „Abenteuer Outdoor – Raus mit Euch!“ 2018 erreichen.

sj/LSB: „Wir sind überzeugt, dass es für Kinder und Jugendliche besonders wichtig ist, draußen aktiv zu werden. Studien belegen das. Leider sind immer weniger draußen aktiv, dem wollen wir mit unserem Projekt entgegen wirken“, sagt die Freiwilligendienstleisterin beim LSB, Jantje Müller. Sie stellt die drei Bausteine des Projektes vor:

1. Abenteuer-Outdoor-Stunden

„Je eine Schulstunde kommt das zuständige Sportjugendteam in eine 3. oder 4. Klasse der Region und wird mit den Schülerinnen und Schülern draußen aktiv. Wir wollen Spiele spielen, die womöglich längst in Vergessenheit geraten sind und mit den Schülerinnen und Schülern auch die neusten Trendspiele testen. So wollen wir sie auf neue Aktionsideen bringen, die sie in den großen Pausen und auch Zuhause, direkt umsetzen können. Jede teilgenommene Schule erhält von uns ein kleines Spielepaket, damit sie unsere Spiele auch hinterher noch problemlos spielen können. Diese Stunden sollen von März bis Anfang Mai 2018 stattfinden.“

2. Ein Spieleheft

„In einem Heft werden die besten Aktions- und Spieleideen aus den Abenteuer-Outdoor-Stunden abgedruckt, damit die Schülerinnen und Schülern auch später noch von unseren Stunden profitieren können. Jede Schule die an unserem Projekt teilgenommen hat, bekommt von uns mehrere Gratisexemplare des Heftes.“

3. Ein Ausflugswochenende

„Dies soll der krönende Abschluss unseres Projekts werden und findet unabhängig von den Aktionen an den Schulen statt. Wir freuen uns wenn interessierte Kinder, im Alter von 10-12 Jahren, zum kleinen Preis mit uns vom 25. bis 27 Mai 2018 ein spannendes, aktives Wochenende beim Campen in Hameln verbringen. Die Anmeldung



Fotos (5): LSB



läuft seit dem 1. März über die junge Vereinshelden Homepage.“

Das Projekt hatten Freiwillige aus zehn Sportregionen bei einem Lehrgang der Sportjugend erarbeitet. 2017 war beim gemeinsamen Projekt von Freiwilligend das „DENKmal ans Ehrenamt“ entstanden, das im Foyer der Akademie des Sports steht.



Jantje Müller
jmueller@lsb-niedersachsen.de

Weblink:
www.vereinshelden.org/de/junge-vereinshelden

Vereine in der EngagementBERATUNG



Foto: privat

Seit der EngagementBERATUNG des LandesSportBundes (LSB) Niedersachsen wissen Mario Harenberg und sein Team genau, wo sie in ihrem FC Merkur Hattorf ansetzen müssen.

LSB: 450 Mitglieder zählte der Verein zum Jahreswechsel. Nicht schlecht für einen Dorfverein, sagt Harenberg, stellvertretender Jugendleiter in Hattorf. Trotzdem fehlte es bislang an Maßnahmen für ein funktionierendes Ehrenamt. Theo Wurth hat sich mit Mario Harenberg über die Situation unterhalten...

Der FC Merkur hat sich entschlossen, eine EngagementBERATUNG vorzunehmen...

Wir haben oft zu wenig freiwillige Helfer, die als Trainer, Betreuer oder Schiedsrichter vor allem für unsere starken Jugendmannschaften tätig sein wollen. Das war einer der Gründe, weshalb wir im Vorstand gesagt haben, dass sich jemand um das Ehrenamt kümmern muss.

Woran haperte es bisher genau? Zu geringe Bereitschaft, zu wenig gezieltes Werben fürs Ehrenamt...?

Wenig gezielte Werbung trifft es schon relativ gut. Bei uns hat Werbung fürs Ehrenamt nie so richtig stattgefunden – in dem Sinne, dass wir proaktiv auf die Mitglieder zugehen. Gehandelt haben wir immer erst, wenn jemand aufgehört hat und Not am Mann war – also eher reaktiv. Das wollen wir nun ändern und für die Zukunft nachhaltiger arbeiten. Wir wollen diejenigen Menschen, die bei uns ein Ehrenamt ausüben wollen, stärker an uns binden.

Wie ist die EngagementBERATUNG selbst denn abgelaufen?

Anfang November 2017 haben die EngagementBERATER des LSB bei uns im Vereinsheim einen Workshop abgehalten. Zum Start mussten wir bei einem „Kommunikationsmarktplatz“ z. B. auf Fragen antworten wie: Warum engagiere ich mich überhaupt im Verein? Was war mein schönstes Erlebnis? Was sind die Anforderungen an den

Abend? Das war ein guter Einstieg, weil wir uns untereinander viel ausgetauscht haben über unsere Motive. Dann haben wir uns mit dem Engagementzyklus befasst und gesehen, dass es nicht nur um die Gewinnung von Freiwilligen geht, sondern dass wir sie während ihres Engagements im Verein begleiten müssen, uns erkenntlich zeigen und sie später auch angemessen verabschieden sollten.

Sie haben entschieden, die Funktion eines Freiwilligen MANAGERS zu schaffen.

Genau, da sind wir gerade dran. Das möchte ich gerne machen. Deswegen werde ich mein Engagement als stellvertretender Jugendwart aufgeben, werde noch ein Jahr dranhängen, mich fortbilden, werde die Vertiefung machen fürs FreiwilligenMANAGEMENT, eventuell auch die FreiwilligenKOORDINATION, und möchte dieses Amt dann etablieren. Ich werde das aber sicherlich nicht alleine machen können, deswegen werden wir in diesem Jahr zu dritt an den weiteren Seminaren teilnehmen. Es bedarf einer Person, die strategisch arbeitet, die eine Bedarfsanalyse machen kann und mindestens zwei Personen, die das koordinative übernehmen und mit den Ehrenamtlichen sprechen.

Sehen Sie jetzt schon erste Erfolge?

Wir sind noch relativ am Anfang. Aber der größte Erfolg, den man aus der EngagementBERATUNG sehen kann, war, dass wir mit drei bis fünf Maßnahmen sofort loslegen konnten. Wir haben Talentkarten entwickelt, die wir auf der Jahreshauptversammlung auslegen wollen, damit wir von unseren Vereinsmitgliedern eine Rückmeldung bekommen, für welche Aufgaben sich jemand anbietet... Also wir wissen schon ziemlich genau, was unsere nächsten Schritte sind, um das weiter zu

implementieren. Und nicht zuletzt ist ja auch finanziell einiges möglich, dass man auch beim LSB oder bei der Lotto-Stiftung für bestimmte Projekte Förderung beantragen kann. Allein das zu wissen, bringt uns schon einen Schritt weiter.

Lassen sich vielleicht konkrete Vorhaben nennen, die Sie und Ihre Kollegen mittel- oder langfristig angehen wollen, um das freiwillige Engagement zu verbessern?

Wir wollen zum Beispiel für alle ehrenamtlichen Tätigkeiten Stellenprofile erarbeiten, damit Interessenten vorab schon wissen, was auf sie zu kommen kann. Prinzipiell wollen wir auch erreichen, dass bei Turnieren oder Festivitäten immer genug an freiwilligen Helfern da sind. Und dass auch im Vorstand sämtliche Ämter besetzt sind: Im Moment haben wir das Problem, dass wir seit zwei Jahren auf der Suche nach einem Geschäftsführer sind. Da erhoffen wir uns natürlich, dass wir mit den geeigneten Maßnahmen den Richtigen finden. Wir sind auf einem guten Weg – schon allein, weil wir nach der Bestandsanalyse wissen, wo wir jetzt ansetzen müssen...



Marco Lutz

mlutz@lsb-niedersachsen.de

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

Mario Harenberg

mario.harenberg@online.de

<http://merkur-hattorf.de>

Ehrenamts- & FreiwilligenMANAGEMENT

LSB: 11 Personen aus 11 Vereinen haben ihr Wissen rund um das Thema FreiwilligenMANAGEMENT vertieft. Der Landes-SportBund (LSB) Niedersachsen hatte dazu zu einem Vertiefungsmodul im Rahmen seiner Angebotsreihe „Ehrenamts- & FreiwilligenMANAGEMENT“ eingeladen.

Reflektiert wurden die Vereinspraxis und die Möglichkeiten eines Vorstandes, FreiwilligenMANAGEMENT strategisch zu planen, vorgestellt. Mit der Methode „Themenspeicher“ konnten die Personen Ideen für die Arbeit in ihren Vereinen vor Ort ableiten. Phillip Portwich etwa nahm die Anregung, Ehrenamtliche und Freiwillige über ein Online-Portal (Ebay-Kleinanzeigen) zu gewinnen mit. In Rollenspielen wurden außerdem sogenannte Erstgespräche erprobt und ausprobiert. Weitere Themen waren Methoden der Einarbeitung, Aus- und Weiterbildung sowie Maßnahmen zu Förderung der Integration von Ehrenamtlichen und Freiwilligen. Marvin Munkel sagte: „Die Fortbildung



V. l.: Katja Schauland, Horst Maronn, Heidi Sekst, Sarah Blödorn, Phillip Portwich, Ingela Bartsch, Marvin Munkel, Paul Lübow und Marco Lutz. Foto: LSB

war rundum gelungen! Ich kann für mich neue Ideen mitnehmen, Menschen auf unterschiedlichem Wege zu danken, sie für etwas zu begeistern und zu gewinnen sowie eine strategische Entwicklung eines engagementfreundlichen Vereines.“

Für die weitere Arbeit sei es wichtig nach einem ersten Input für ein Vorstandsmitglied durch diese Weiterbildungsmaßnahme,

eine EngagementBERATUNG im Verein vor Ort durch den LSB wahrzunehmen.

Mehr Informationen zum Qualifizierungsangebot: www.vereinshelden.org



Marco Lutz

mlutz@lsb-niedersachsen.de

Engagementförderung 2018

Diese Qualifizierungen finden in diesem Jahr statt:

18.-20. April

Basismodul_Hannover#1 „FreiwilligenMANAGEMENT & -KOORDINATION“

1.-3. Juni

Basismodul_Göttingen „FreiwilligenMANAGEMENT & -KOORDINATION“

12.-13. Juni

KiF Special für Engagementberater*Innen
www.akademie.lsb-niedersachsen.de/akademie-programm

13.-15. Juni

Basismodul_Stade „FreiwilligenMANAGEMENT & -KOORDINATION“

15.-17. August

Basismodul_Hannover#2 „FreiwilligenMANAGEMENT & -KOORDINATION“

31. August-02. September

Basismodul_Nordhorn „FreiwilligenMANAGEMENT & -KOORDINATION“

25.-26. September

„Führung & Management im Ehrenamt“
FreiwilligenMANAGER*IN Spezial

17.-19. Oktober

Basismodul_Hannover#3 „FreiwilligenMANAGEMENT & -KOORDINATION“

28. November

Werkstatttag EngagementBERATUNG

13.-14. Dezember

Vertiefungsmodul-Kompakt „MANAGEMENT & KOORDINATION“



Marco Lutz

mlutz@lsb-niedersachsen.de

Weitere Infos & Anmeldung:

www.vereinshelden.org/de/vereinshelden/anmeldeportal/Anmeldung-Qualifizierung



Führung und Zusammenarbeit im Fokus – Teil I

Der LandesSportBund Niedersachsen möchte Konzepte der #kollektiven Führung und des #agilen Managements wie sie in der Wirtschaft zunehmend angewendet werden, für die Sportorganisation unter dem Stichwort #NEUESEHRENAMT nutzbar machen. Bei der LSB-Arbeitstagung „OE-erleben – Forum für Verbände und Zukunftsentwickler“ im September sollen erste Ideen vorgestellt werden.

LSB: Unternehmen wie die niedersächsische Hotelkette Upstalsboom haben sich auf den Weg einer radikalen Kulturveränderung gemacht, weil sie „glauben, dass die Wirtschaft einen Neuanfang braucht. Es gibt deutliche Anzeichen dafür, dass die einstigen Regeln und Definition von Arbeit und Unternehmensführung in absehbarer Zeit nicht mehr gelten“, schreibt T. Scheller in seinem Buch ‚Auf dem Weg zur agilen Organisation‘. Den Kern bildet die Weiterentwicklung einer beziehungs- und wertorientierten Organisationskultur. Es geht um ein „gelingendes Miteinander, [...] Sinnorientierung beim Einzelnen und innerhalb einer Gemeinschaft, um mehr Freude und Freiheit bei der Arbeit. Im Mittelpunkt steht der Mensch mit seinen Bedürfnissen. „Auch wir nehmen den einzelnen Engagierten in den Fokus unserer Angebote“, sagen LSB-Mitarbeiter Marco Lutz und der LSB-Engagement- & Prozessberater Klaus Brüggemeyer. Ziel der LSB-Angebote sei es, dass sich in der Sportorganisation eine Kultur der Wertschätzung und Orientierung an den Potentialen Einzelner nachhaltig etabliere. Im Vordergrund steht die Erfüllung der Bedürfnisse der ehrenamtlich und freiwillig Engagierten nach Sinn, Gemeinschaft, Freude, Mitgestaltung und Mitbestimmung.

Kollektive Führung

Wie kollektive Führung auch in der Sportorganisation umsetzbar ist, haben 20 Beraterinnen und Berater in einem Workshop „Kollektive Führung, Selbstorganisation und agiles Management“ zusammen mit Experten des Vereins Leadership³ erarbeitet. Kollektive Führung meint eine Kooperationskultur, in der möglichst alle Beteiligten einer Organisation Führungsinitiativen und -aufgaben übernehmen. Das kann bedeuten, dass nicht per se die Führungsposition, sondern die jeweils

situativ höchste Kompetenz die situative Hierarchie bestimmt. Wenn beispielsweise ein Team sich selbst überlassen auf einem Segelboot auf dem offenen Meer befindet, macht es Sinn, dass in solch einer Situation die Person mit nautischen und Segelkenntnissen die Führung übernimmt. Kollektive Führung ist von hoher individueller Selbstverantwortung eines jeden einzelnen Menschen und tiefer menschlicher Verbundenheit innerhalb der jeweiligen Organisation gekennzeichnet.

Kollektive Führung kann da entstehen und sich entwickeln, wenn der einzelne sein Potenzial lebt, wenn Entscheidungen da getroffen werden, wo die höchste situative Kompetenz ist und wenn geeignete Methoden und Strukturen diesen Prozess und diese Kultur unterstützen.

„Das setzt innerhalb einer Organisation ausgeprägte Kommunikation, offene Kritik, flache Hierarchien, kurze Umsetzungszyklen, starkes Vertrauen in die Mitarbeiter und deren Selbstorganisation voraus sowie verantwortungsvolle Aufgabenverteilung, bei der die Fähigkeiten aller genutzt werden“, sagte Referent Jonathan Klodt.

Ein Kulturwandel innerhalb einer Organisation brauche Zeit, Präzision und ein Wissen darüber, welche Schritte eine Organisation gehen wolle und welche nicht.

„Ob kollektive Führung in Sportverbänden umsetzbar ist, bleibt aber offen. Erfahrungen dazu liegen bislang nicht vor. Dennoch gab es für die Teilnehmenden Wissen, Tools und Impulse, die in jedem Beratungsprozess nutzbringend eingesetzt werden können“, stellte Klaus Brüggemeyer fest.

Literaturnachweise:

Scheller, T. (2017): Auf dem Weg zur agilen Organisation, München.

Janssen, B./Grün, A. (2017): Stark in stürmischen Zeiten. Die Kunst, sich selbst und andere zu führen, München.

Weblink:

www.der-upstalsboom-weg.de

  @

Marco Lutz

mlutz@lsb-niedersachsen.de

Arbeitstagung für LandesFachVerbände_2018

„OE-erleben – Forum für Verbände und Zukunftsentwickler“

28.09.-29.09.2018

Akademie des Sports, Hannover

Weblinks:

www.vereinhelden.org/de/oe-erleben

www.facebook.com/vereinhelden.oe.erleben

  @

Marco Lutz

Tel.: 0511 1268-215

oe-erleben@vereinhelden.org



Der Vorstand des SC Baccum und das Tandem der SJE. Foto: Reinhard Deermann



Kinderschutz beim SC Baccum

Der SC Baccum engagiert sich für den Kinderschutz. Er hat eine professionelle Vereinsberatung durchgeführt, über die der KreisSportBund Emsland und der Landkreis Emsland bei einer Veranstaltung zum Thema „Schutz vor sexualisierter Gewalt in der Jugendarbeit“ informiert hatten.

Reinhard Deermann, 1. Vorsitzender des SC Baccum und Marco Mengering, Jugendleiter des SC Baccum, zögerten nicht lange und vereinbarten einen Termin mit Sina Selter, Präventionsbeauftragte der Sportjugend Emsland und der Sozialpädagogin Ulrike Müller von der Kinderschutzberatungsstelle „LOGO Lingen“. Sina Selter und Ulrike Müller bilden ein sogenanntes Tandem, ein Zusammenschluss aus Sportverband und Fachberatungsstelle, mit dem Ziel Fachkompetenzen zu bündeln und die Sportvereine im Landkreis Emsland bei der Erstellung von Schutzkonzepten zu unterstützen.

Bei der ersten Informationsveranstaltung, die seitens des SC Baccum in eine Vorstandssitzung integriert wurde, ging es darum den Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexualisierter Gewalt zum Thema zu machen und alle Vorstandsmitglieder für dieses Thema zu sensibilisieren.

„Laut Statistik sind in jeder Schulklasse zwei Kinder von sexualisierter Gewalt betroffen. Es handelt sich um ein gesamtgesellschaftliches Phänomen, dem auch Sportvereine ausgesetzt sind. Sportvereine, die sich nachhaltig mit dem Thema beschäftigen und präventive Strukturen schaffen und diese immer wieder überprüfen, sorgen für den besten Schutz vor Tätern“, berichtete die Sozialpädagogin Ulrike Müller aus ihrer langjährigen Erfahrung im als Beraterin Kinderschutzbund. Während der Beratung wurde für beide Referentinnen deutlich, dass der Verein bereits sehr gut aufgestellt ist:

„Der Vorstand des SC Baccum hat sich ganz klar für den Kinderschutz in seinem Verein ausgesprochen und setzt bereits viele Maßnahmen um. Aufgrund des offenen und entschlossenen Umganges mit dem Thema trägt der SC Baccum dazu bei eine Kultur des Hinsehens und der Achtsamkeit

zu schaffen. Unserer Erfahrung nach ist das die beste Möglichkeit, um potentielle Täter abzuschrecken. Die Bereitschaft und die klare Positionierung alles für den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Verein zu tun, zeichnen den SC Baccum als vorbildlichen Verein aus. Eltern sollten bei der Wahl ihres Sportvereins darauf achten, ob sich der Verein mit dem Thema regelmäßig auseinandersetzt“, so das Referententeam Sina Selter (Sportjugend Emsland) und Ulrike Müller (LOGO Lingen). Das Angebot hat die Sportjugend Niedersachsen gefördert.



Sina Selter, Sportjugend Emsland
info@ksb-emsland.de

Anpfiff zur 3. Niedersächsischen Blutspendemeisterschaft

Gastbeitrag: Blut spenden, Leben retten und Trikotsätze gewinnen. Von Februar bis März ist die niedersächsische Fußballfamilie erneut gefragt.

Anpfiff für die 3. Niedersächsische Blutspendemeisterschaft! Zusammen mit dem Blutspendedienst NSTOB des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) ermittelt der Niedersächsische Fußballverband (NFV) unter allen niedersächsischen Fußballvereinen wieder den „Blutspendemeister“. Vom 1. Februar bis 31. März können aktive Fußballer sowie Vereinsmitglieder stellvertretend für ihren Verein Blut spenden – und so nicht nur Gutes tun, sondern auch attraktive Preise für ihre Mannschaften gewinnen. Im vergangenen Jahr beteiligten sich mehr als 8.000 Fußballer an der Aktion. Als prominente Patin der Blutspendemeisterschaft ist erneut Bundesliga- und Weltschiedsrichterin Bibiana Steinhaus mit an Bord.

„2.300 Blutspenden werden allein in Niedersachsen jeden Tag gebraucht, um Patienten versorgen zu können. Mit einem kleinen Piks können wir deshalb Leben retten. Die 3. Niedersächsische Blutspendemeisterschaft ist dazu eine tolle Gelegenheit“, sagt Steinhaus.

Auch Jürgen Engelhard, Regionalleiter Niedersachsen und Bremen des DRK-Blutspendedienstes NSTOB, wirbt für die Aktion. „Niedersachsens Amateurfußballer haben bei den ersten beiden Blutspendemeisterschaften bewiesen, dass sie nicht nur auf dem Platz Verantwortung übernehmen. Im vergangenen Jahr sind im Rahmen der Aktion fast vier Tagesbedarfe an Blutspenden für unser Bundesland gespendet worden“, so Engelhard.

Es geht aber um noch viel mehr, wie der stellvertretende NFV-Direktor Jan Baßler betont: „Bei der Blutspendemeisterschaft wird nicht nur Blut gespendet, sondern dem Thema in der Öffentlichkeit auch Gehör verschafft, um möglichst vielen Menschen helfen zu können. Wir freuen uns über jeden Verein sowie jede Spielerin und jeden Spieler, die mitmachen. Am Ende sind alle Gewinner.“



Hier ehren Jürgen Engelhard, Regionalleiter Niedersachsen und Bremen des DRK-Blutspendedienstes NSTOB (l.), und der stellvertretende NFV-Direktor Jan Baßler (r.) Sebastian Tamm vom MTV Barum.

Foto: Finger



Pünktlich zum Aktionsstart haben wir nochmal alles Wissenswertes zur 3. Blutspendemeisterschaft zusammengefasst.

Wer kann alles teilnehmen?

Aufgerufen sind alle Mitglieder jedes Fußballvereins in Niedersachsen – egal, ob jung oder alt, ob aktiv oder passiv. Zudem ist es auch Anhängern und „normalen“ Blutspendern möglich, ihre Blutspende einem bestimmten Verein zuzuordnen zu lassen. Grundsätzlich kann jeder gesunde Erwachsene ab 18 Jahren Blut spenden.

Wo kann ich Blut spenden?

Im Aktionszeitraum vom 1. Februar bis 31. März werden in Niedersachsen flächendeckend fast 1.000 Blutspende-Termine angeboten. Eine schöne Übersicht mit allen Terminen gibt's im Internet unter www.drk-blutspende.de/blutspendetermine

Muss ich mich zur Blutspende anmelden?

Nein. Es reicht aus, „einfach so“ einen der Termine zu besuchen. Mitbringen müssen erstmalige Blutspender nur ihren Personalausweis, Mehrfachspender sollten ihre Unfallhilfe- und Blutspenderpass sowie ebenfalls einen amtlichen Lichtbildausweis mitführen.

Wie läuft die Auswertung?

Für jede Blutspende im Aktionszeitraum gibt es einen Punkt für den gewünschten Verein. Die Vereine mit den meisten Punkten werden am Ende prämiert.

Was gibt es zu gewinnen?

Die ersten drei Plätze des Wettbewerbs (Champions League) erhalten einen hochwertigen Trikotsatz von Adidas, die Plätze vier bis sieben (Europa League) dürfen sich über je 15 Fußbälle freuen und die Plätze acht bis 18 erhalten je zehn Fußbälle.

Wie viele Fußballer machen mit?

Die Premiere der Blutspendemeisterschaft im Jahr 2016 war gleich ein voller Erfolg. 5.027 Spender aus 326 Fußballvereinen wurden am Ende gezählt. Bei der zweiten Auflage im vergangenen Jahr setzte die „Fußballfamilie“ schließlich noch einen drauf. Diesmal spendeten 8.142 Menschen von 217 Vereinen.

Dominic Rahe



Dominic Rahe
dominic.rahe@nfv.de

RSB Hannover

Der Regionssportbund Hannover e. V. sucht bis zu 20 junge, begeisterungsfähige Menschen für ein Freiwilliges Soziales Jahr im Sport. Das Projekt beginnt am 1. August

mit einer Ausbildung zum Übungsleiter-C Breitensport. Bewerbungsschluss ist der 15. März.



Luise Zobel
zobel@rsbhannover.de

Weitere Anzeigen

Auf der LSB-Homepage finden sich im Bereich Service/Stellenanzeigen weitere Anzeigen aus der Sportorganisation.

Weblink: www.lsb-niedersachsen.de



Foto: TNB

Tennisverband Niedersachsen Bremen

Auch das zweite Eingangs-Modul des Jahres 2018 wurde im Landesausbildungszentrum des Tennisverbandes Niedersachsen-Bremen hervorragend angenommen. 25 Teilnehmer – davon immerhin 22 im Alter zwischen 15 und 17 Jahren – wurden von Immo Müller und Acky Kälz in die ersten Schritte des Trainerdaseins eingeführt. „Es war ein guter Lehrgang mit einem hohen Anteil an spielstarken Traineraspiranten“, war Müller zufrieden.



Foto: RSB Hannover

Soziales Talent 2017

Das soziale Talent 2017 in der SportRegion Hannover heißt Chiara Wolke Miede (M), ist 15 Jahre alt und im Sportverein o6 Lehrte aktiv. Sie wurde mit allen Nominierten im Rahmen einer Feierstunde im Forum der IGS Garbsen geehrt. Auf den zweiten Platz schaffte es Anja Schröder (19) vom Turn und Sportverein Empelde und den dritten Platz belegt Maren von Boehmer (14) vom Polizei Sport Verein Hannover. Sie setzten sich gegen die insgesamt 16 Anwärter durch.



7. Sportkongress der Sportregion Hannover

Beim 7. Sportkongress der SportRegion Hannover am 24. April geht es um die Themen New Media, Junges Engagement und Finanzmittel für den Verein. Die Veranstaltung findet im Haus der Region Hannover ab 18 Uhr statt.

Weblink: www.rsbhannover.de



Foto: KSB Emsland

Sportregion Ems-Vechte Bildungsangebot

Das Lehrgang- und Veranstaltungsangebot 2018 für die Sportregion Ems-Vechte ist fertig: Die Bildungsbroschüre des KreisSportBunde Emsland und des KSB Grafschaft Bentheim ist online abrufbar.

Weblink: www.ksb-emsland.de



Foto: Sporthilfe Emsland

Sporthilfe Emsland: Neuer Vorstand

Mit einer neuen Struktur und einem veränderten Vorstand geht die Sporthilfe Emsland in das 29. Jahr ihres Bestehens. Zur Ausschüttung können in diesem Jahr 145.000 Euro Fördermittel gelangen. Der Vorstand wurde von zwölf auf sechs Mitglieder verkleinert und der hauptamtliche Geschäftsführer und KSB-Geschäftsführer Günter Klene erhält Sitz und Stimme im Vorstand. Der bisherige Vorsitzende Richard Schimmöller bleibt für weitere drei Jahre im Amt.

Weblink: www.sporthilfe-emsland.de



Foto: KSB Lüneburg

KSB Lüneburg: Staffelübergabe

Jutta Gedrath ist neue Sportabzeichenreferentin des KreisSportBundes Lüneburg. Sie folgt auf Jochen Holste. Das erste Sportabzeichen-Treffen findet am 8. März statt.

 gedrath@kreissportbund-lueneburg.de



Foto: KSB Diepholz

KSB Diepholz

13 Sportvereine aus dem Landkreis Diepholz haben für 2018 Zusagen über Sportstättenförderungen für 12 Baumaßnahmen erhalten. KSB-Vorsitzender Peter Schnabel übergab die Zusagen. Die Förderung erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen, die der LandesSportBund Niedersachsen dem KSB per Kontingent zur Verfügung stellt.



Foto: sj Sportregion Osterholz-Rotenburg-Verden

'AG-Modell' von Sportregion und Schule

Die Sportjugend der Sportregion Osterholz-Rotenburg-Verden und das Ratsgymnasium Rotenburg haben 19 Schüler und Schülerinnen zu Schulsportassistenten und Schulsportassistentinnen ausgebildet. Das Ausbildungsprogramm des LandesSportBundes Niedersachsen mit 32 Lehreinheiten haben je zur Hälfte die Schule und die Sportjugend verantwortet.

 Referat-Sportjugend@ksb-rotenburg.de



Foto: SSB Braunschweig

Konzertierte Aktion im Wald

650 Kita- und Grundschulkinder aus Braunschweig und Wolfenbüttel haben 1000 Berg- und Spitzahornbäume gepflanzt und das Park-Sportabzeichen erworben. Eingeladen hatten der Stadtsportbund Braunschweig, die Eintracht Braunschweig Stiftung, die Stiftung Zukunft Wald und das Niedersächsische Forstamt Wolfenbüttel. Die Aktion im Lechlumer Holz fand in der Naturschutzwoche für Kinder des Natur-Netzes Niedersachsen statt und wurde von der Nds. Bingo-Umweltstiftung mit knapp 8.500 Euro gefördert.

 [Tina Ströter
tstoeter@ssb-bs.de](mailto:Tina.Ströter@ssb-bs.de)



Foto: LRVN

Viertes Rudersymposium

180 Personen nahmen am vierten Rudersymposium des Landesruderverbandes Niedersachsen und des Schüler-Ruder-Verbandes Niedersachsen teil. Sie kamen aus Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen, Schleswig Holstein und Bremen. In Workshops ging es u.a. um die Technik des Skullens, Trainingsplanung und Renntaktik. Am 9. November 2019 findet die fünfte Veranstaltung dieser Art im Rahmen der Feierlichkeiten „100 Jahre SRVN“ in der Humboldtschule Hannover statt.



Foto: NLV

Auszeichnung

Neele Eckhardt, Eike Onnen sowie die beiden Nachwuchstalente Talea Prepens und Sören Hilbig haben das online-Voting zur Leichtathletin bzw. Leichtathlet des Jahres 2017 des Niedersächsischen Leichtathletik-Verbandes gewonnen.

Weblink: www.nlv-la.de



Foto: TTVN

Mini-Athleten-Trainer

Marian Jobmann ist der erste Mini-Athleten-Trainer des TTVN. 2016 hat der Tischtennis-Verband Niedersachsen das Projekt „Mini-Athleten“ in Kindertagesstätten als Teil der Nachwuchsförderung gestartet. Der Landesstützpunkttrainer von Hesel und Oldenburg sowie Vereinstrainer beim Hundsmühler TV hatte in einer Kindertagesstätte in Wardenburg/Tungeln ein eigenes Mini-Athleten Projekt durchgeführt. Die nächste Ausbildung startet am 28. April.



Foto: SSB Wolfsburg

SSB Wolfsburg

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



Fotos (3): LSB

LSB-Dienstjubiläen

Ihr zehnjähriges Dienstjubiläum beim LSB feierten i. n. r.: LSB-Abteilungsleiter Richard Krogmann und der Leitende Landestrainer des Landesruderverbandes Niedersachsen, Klaus Scheerschmidt. Es gratulierten der LSB-Vorstandsvorsit-

zende Reinhard Rawe und der stellvertretende LSB-Vorstandsvorsitzende Norbert Engelhardt.

Zum 25jährigen Dienstjubiläum von Mitarbeiterin Andrea Schneider gratulierte auch LSB-Abteilungsleiterin Dr. Ilka Seidel.

Die Sportstadt Hannover nach 1945: Wiederaufbau und Vorreiterrolle



Foto: privat

Im zweiten Teil des Berichtes über die historische Tagung des Niedersächsischen Instituts für Sportgeschichte (NISH) zum Verhältnis von Stadt(verwaltung) und Sport in Hannover steht die Entwicklung von 1945 bis in die 1970er Jahre im Mittelpunkt. Zum Thema referierte der Hildesheimer Historiker Christian Becker. Teil 1 zur Entwicklung der Sportstadt Hannover in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts erschien im LSB-Magazin 2/2018.

„Während des Kaiserreichs, der Weimarer Republik und bis hinein in die Zeit der NS-Herrschaft hatte die Stadt Hannover von sich aus das Image als ‚Sportstadt‘ erschaffen und gepflegt“, sagte Christian Becker zum Auftakt seines Vortrages „Deutschlands Sportstadt Nr. 1. Sportpflege und -förderung durch die Stadt Hannover 1945 bis 1974“. „In der frühen Bundesrepublik wurde dieses Etikett jedoch von außen auf Hannover getragen und ist erst danach von der Stadt zu Imagezwecken aufgenommen worden.“ Es war Georg von Opel, Mitbegründer und Präsident der Deutschen Olympischen Gesellschaft, der Hannover 1959 zu „Deutschlands Sportstadt Nr. 1“ kürte. 14 Jahre nach Ende des Krieges, der in Hannover immense Schäden angerichtet hatte, konnte die niedersächsische Hauptstadt damit wieder an den Ruf der Vorkriegsjahrzehnte anknüpfen.

Zerstörung und Wiederaufbau

Die Gründe dafür skizzierte Becker in seinem Bericht: „Schon im Sommer 1945 gab es in Hannover wieder sportliche Veranstaltungen, die unter der Patronage der alliierten Verwaltung durchgeführt wurden. Allerdings war an einen regulären Sportbetrieb aufgrund von der Zerstörungen, Zweckentfremdungen und Beschlagnahmungen nicht zu denken. Noch im Mai 1946 waren von 90 Vorkriegssportplätzen lediglich 17 für den Sportbetrieb freigegeben, von ehemals 68 Turnhallen standen nur noch 12 zur Verfügung.“ Als Wegbereiter des raschen Wiederaufbaus des hannoverschen Sportbetriebs nach dem Zweiten Weltkrieg gilt Heinrich Kabus. Bis 1933 war Kabus Sportsekretär des



Heinrich Kabus

Arbeiter-Turn- und Sportbundes (ATSB) gewesen, nach der Zerschlagung der Arbeitersportbewegung in jenem Jahr hatte er im „Dritten Reich“ mehrere Jahre im Gefängnis verbracht. „Da er der Militärverwaltung als politisch zuverlässig galt, wurde er schon im April 1945 als kommissarischer Leiter des Stadtamtes für Leibesübungen eingesetzt und ab 1947 als städtischer Sportrat geführt – eine Position die er bis zu seiner Pensionierung 1956 bekleidete. Zusätzlich fungierte Kabus als 1. Vorsitzender des so genannten Kreissportbundes Hannover, dem Vorläufer des heutigen Stadtsportbundes. Diese Doppelfunktion war ein Erfolgsmodell“, so Becker. „Denn es gelang Kabus nicht nur den Vereinen in der hannoverschen Stadtverwaltung Gehör zu verschaffen, sondern auch einen Ausgleich der Interessen zwischen KSB und Kommune herzustellen.“

Oberstes Ziel war zunächst, die zerstörten und beschädigten Sportflächen wieder in Stand setzen zu lassen bzw. beschlagnahmte Sportstätten wieder für die Vereine nutzbar zu machen. Allerdings blieben von den Britischen Militärbehörden einzelne Sportanlagen bis in die 1950er Jahre beschlagnahmt. „Die kommunale Sportförderung bestand in dieser Phase vor allem darin, die Vereine einerseits zwar bei der Wiederherstellung der Sportanlagen und Vereinsheimen sowie bei der Durchführung sportlicher Veranstaltungen mit Beihilfen und Ausfallbürgschaften zu fördern, ande-

rerseits aber beim alltäglichen Sportbetrieb auf die Eigenverantwortung der Vereine bei ihrer Finanzierung zu setzen“, erklärte Christian Becker. „Das stand im Kontrast zur NS-Zeit und spiegelte das Sportverständnis der jungen Bundesrepublik nach dem Subsidiaritätsprinzip wider. Auf Kommunalebene galt es, Hilfe zur Selbsthilfe zu stellen, also nur dort von öffentlicher Hand einzugreifen, wo die Vereine aus sich heraus zu schwach waren.“

Wohnortnahe Sportstätten

Bis zum Anfang der 1950er Jahre wurden die bestehenden Sportstätten Hannovers wieder nutzbar gemacht, gleichzeitig setzte mit dem Wechsel in das neue Jahrzehnt eine umfassendere Planung ein. „Die nun beginnenden Sportstättenplanung war jedoch nicht von der Sportverwaltung initiiert worden, sondern war Teil des schließlich 1951 vom Rat verabschiedeten Flächennutzungsplanes der Stadt, der eng mit der Person des langjährigen Stadtbaurates Rudolf Hillebrecht verbunden war“, berichtete Becker. „Für die Ausarbeitung des Bereichs Spiel- und Sportstätten innerhalb des Flächennutzungsplans war der emeritierte Professor für Städtebau Richard Konwiarz zuständig, der schon in den 1920er und 1930 Jahren als Stadtbaurat in Breslau intensiv mit Sportstättenplanung befasst hatte. Konwiarz plante, an Stelle der stark zersplitterten kleinen und mittleren Vereinsanlagen im Laufe der Zeit größere Bezirksanlagen für die einzelnen Stadtteile zu errichten, die Übungsplätze für viele Sportarten kombinierten. Das war neu, da bis dato jeder Verein Wert darauf gelegt hatte eigene, häufig nur für die von

ihm angebotene Sportart geeignete Sportstätten zu erhalten. Nun sollte mit den so genannten Bezirkssportanlagen eine konsequentere Ausrichtung auf die Bedürfnisse der Wohnbevölkerung vor Ort erfolgen“, so Becker weiter.

Sportrat Kabus betonte bereits 1954, dass Hannover eine der wenige Städte in der Bundesrepublik sei, die das Problem des Sportbaus im größeren Zusammenhang der städtebaulichen Gesamtplanung angefasst habe. „Die neuen Bezirkssportanlagen entsprachen außerdem den Erfordernissen des Einheitssportvereins, wie er in der jungen Bundesrepublik angestrebt wurde. Die Vereine profitierten von der Planungssicherheit, da nicht zu befürchten war, dass derartig große Anlagen umgewidmet würden. Für die sportlich aktiven Bürger boten diese Sportstätten kurze Wege und die Möglichkeit, mehrere Sportarten an einem Ort auszuüben. Die erste Umsetzung einer solchen Bezirkssportanlage erfolgte 1953 in Hannover-Hainholz.“

Großstadion

Während die Grundlagen für eine wohnortnahe Sportstätten-Versorgung gelegt wurden, nahm die Verwaltung der Stadt auch Vorkriegspläne für ein neues Großstadion auf, allerdings erst als die Stadt Hannover darin die Chance erkannte, mit dem Neubau eines Stadions auch die Entrümmerung der Innenstadt kostengünstig anzugehen. „Insgesamt 2 Million Kubikmeter Schutt wurden für die Errichtung des Niedersachsenstadions eingesetzt“, sagte

Christian Becker, „was einem Drittel der gesamten Trümmermenge in der Stadt entsprach und ihr Entsorgungskosten von geschätzten 4 Millionen D-Mark ersparte.“ Das Niedersachsenstadion wurde schließlich im September 1954 mit dem charakteristischen Tribünenwall aus Kriegstrümmern eröffnet – mit einer Sportchau, die einen Querschnitt durch den hannoverschen Sport bot. „Hannovers Vereins-sport blühte im Laufe der 1950er auf. 1955 waren in Hannover 130 Turn- und Sportvereine mit rund 52.000 Mitgliedern registriert, was einem Organisationsgrad von über 10 Prozent der Bevölkerung entsprach. Ein für die Mitte der 1950er Jahre hoher Wert“, so Becker weiter. Die Erfolge bei der Sportstättenentwicklung blieben auch über Hannover hinaus nicht unentdeckt. „Hannover gelang in dieser Zeit, eine planvolle Sportinfrastruktur aufzubauen und mit dieser dem Ziel von 3 Quadratmeter Sportfläche je Einwohner anzunähern. Dieser war schon 1920 in einem Entwurf zu einem Reichsspielplatzgesetz vorgeschlagen worden und wurde Anfang der fünfziger Jahre wieder aufgegriffen. Der Vorschlag mündete in dem so genannten ‚Goldenen Plan‘ zur Beseitigung des Sportstättenmangels in der Bundesrepublik Deutschland. Als dieser 1959 von der Deutschen Olympischen Gesellschaft in Hannover verkündet wurde, stand die niedersächsische Landeshauptstadt mit seiner Sportstättenausstattung an der Spitze bundesdeutscher Großstädte und das führte schließlich dazu“, betonte Christian Becker in seinem Vortrag, „dass Georg von Opel im Rahmen der Vorstellung des goldenen Plans Hannover



Georg von Opel

Foto: DOG

als Sportstadt Nr. 1 bezeichnete. Hier wird auch der Unterschied zur Sportstadt-Bezeichnung der ersten Jahrzehnte des 20. Jahrhunderts deutlich: Dieser Titel bezog sich nämlich nicht auf die Anzahl ausgerichteter Sportgroßveranstaltungen oder gar die Anzahl gewonnener Titel durch hannoversche Athleten, sondern eben auf die vorzügliche Sportinfrastruktur.“

1960er und 70er Jahre

Den eingeschlagenen Weg führte Hannovers Stadtverwaltung in den kommenden beiden Jahrzehnten weiter. „Ziel blieb es für jeden Bezirk auf Grundlage der Planungen von 1950/51 eine eigene Sportanlage und auch eine Sporthalle zu errichten“, sagte Becker. „Idealerweise sollte die Hallen vormittags von den Schulen und im Anschluss von den Vereinen genutzt werden.“ Zentrale städtebauliche Maßnahme dieser Zeit war die Vervollständigung des Sportparks am Niedersachsenstadion. Mit dem Bau der Stadionsporthalle wurde 1961 begonnen: „Die Konzeption nahm die Stadt dabei in enger Abstimmung mit dem KSB und den Vereinen vor, die sich ausdrücklich eine für alle Hallensportarten nutzbar Halle wünschten. Die Eröffnung erfolgt nach dreieinhalbjähriger Bauzeit im September 1964 – wie beim Niedersachsenstadion mit einem Querschnitt des hannoverschen Sports und nicht einer Leistungsschau. Mit der Sporthalle hatte die Stadt Hannover die Zeichen der Zeit erkannt. Hallensportarten wurden zu jener Zeit sowohl unter Aktiven wie auch Zuschauer zunehmend attraktiver, Handball und Hockey drängten in die Hallen, um einen ganzjährigen Spielbetrieb zu gewährleisten und in Deutschland noch junge Sportarten wie Basketball und Volleyball gewannen raschen Zulauf.“ Neben dem Stadion und Sporthalle entstanden im Sportpark Hannover in den 1960er Jahren eine Mehrkampfanlage mit Fußballfeldern, einer 400-Meter-Rundbahn und weitere Laufbahnen, Sprunganlagen und Wurfstätten für Leichtathletik sowie Tennisplätze. „Wesentlich länger warteten die Hannoveraner auf ihr ebenfalls schon in den 1950er



Das Niedersachsenstadion mit dem charakteristischen Tribünenwall aus Kriegstrümmern. Fotos (3) NISH

Jahren angedachtes Stadionbad. Nach konkreten Planungen 1964 folgten erste Erdarbeiten ein Jahr später. Dann jedoch ruhte die Baustelle aus haushalterischen Gründen zwischen 1966 und 1969. Die Eröffnung des Bades mit der charakteristischen Muscheldecke erfolgte dann erst im Olympiajahr 1972. Das Bad verfügte nicht nur über das erste 50-Meter-Becken Niedersachsens sondern konnte mit seinen acht Bahnen, elektronischer Zeitmessung und Anzeigetafel auch Austragungsort von deutschen und internationalen Meisterschaften sein. Dennoch war es von Anfang mehr als nur Trainingsstätte für Leistungsschwimmer sondern zugleich öffentliches Schwimmbad für Linden, Ricklingen und die Südstadt mit einem Einzugsbereich von 100.000 Einwohnern und 20 Schulen. 1977 wurde der Sportpark mit dem heutigen Sportleistungszentrum und angeschlossenen Olympiastützpunkt ergänzt. Damit erstreckt sich das Gesamtareal auf rund 45 Hektar – eine der größten zusammenhängenden Sportflächen in einer deutschen Großstadt.“

Krise?

Dennoch sahen Kritiker den Status Sportstadt als schwindend an. Anfang der 1960er Jahre kam das zu seiner Eröffnung noch als eines der modernsten Stadien in Deutschland geltende Niedersachsenstadion ins Hintertreffen, berichtete Becker. „Als Hannover 96 im Jahr 1964 in die Bundesliga aufstieg, verfügte das Stadion weder über eine Flutlichtanlage noch überdachte Plätze. Deshalb musste das Team noch bis Dezember 1965 mit einer Ausnahmegenehmigung in der Eliteklasse antreten, erst dann konnte die neue Flutlichtanlage eingeweiht werden. Das Einweihungsspiel fand in einer heute undenkbar Konstellation statt: Eine gemischte Mannschaft aus Spielern von Hannover 96 und Eintracht Braunschweig trat gegen die Nationalmannschaft Rumäniens an. Auch bei der Stadionüberdachung kam erst mit der erfolgreichen Bewerbung des Deutschen Fußballbundes um die Ausrichtung der Fußball-Weltmeisterschaft 1974 voran. Der DFB sah für die WM-Spielstätten eine Teilüberdachung der Stadien vor. In der Stadtverwaltung Hannovers entsprang nun ein Streit, ob die erforderlichen Investitionen in das Stadion gerechtfertigt wären. Schließlich stimmte der Rat zu unter der



Das 1972 eingeweihte Stadionbad.

Vorgabe, dass Bund und Land mindestens die Hälfte der Kosten übernehmen würden, zu.“

Hannover-System

Bei der direkten Unterstützung der Vereine ging die Stadt ab Mitte der 1960er Jahre ganz neue Wege, wie Christian Becker aufzeigte: „Schon seit Anfang 1964 stellte die Stadt Turn- und Sporthallen den Vereinen mietfrei zur Verfügung. Ab dem 1. Januar 1968, so beschloss der Rat, zahlte die Stadt den Vereinen für die Pflege ihrer Sportplätze sogar eine jährliche Beihilfe. Als Gegenleistung hatten die Vereine jedoch Pflege und Unterhalt der Sportplätze komplett zu übernehmen. Bertolt Almstedt, früherer Leiter des Sport- und Bäderamtes der Stadt Hannover hat dies als das Hannover-System des Baus und der Unterhaltung von Vereinsportanlagen bezeichnet. Er sieht in diesem System eine Ursache für die Spitzenstellung Hannovers unter den Großstädten bei der Versorgung mit Sportplätzen. Denn dadurch habe die Stadt mehr Spielraum für Investitionen in den Sportstättenneubau gehabt, und die Vereine ein besonderes Eigeninteresse an Erhalt und Pflege der Anlagen hatten.

Wirkung bis in die Gegenwart

Eine Studie der TU Berlin bestätigte 1975 die erfolgreiche Sportstättenentwicklung Hannovers: „Das Stadt- und Bäderamt zitierte gern aus dieser Untersuchung“, erklärte Historiker Becker. „dort hieß es, dass ‚die Stadt Hannover im Bereich der Sportplätze und der Turn- und Sporthallen eindeutig an der Spitze der Skala der Großstädte mit mehr als 200.000 Einwohnern‘ liege. Das lässt sich auch eindrucksvoll

anhand eines Langzeitvergleichs von zur Verfügung stehenden Hallenflächen dokumentieren“, so Historiker Becker. 1939 habe die nutzbare Hallenfläche 18.000 Quadratmeter betragen, 1972 war diese Zahl auf über 54.000 Quadratmeter angewachsen. „Der Spiel- und Sportflächenplan von 1950/51 war also nachhaltig erfolgreich. Denn mit der Planung war eine weit in die Zukunft gerichtete Flächensicherung für den Sport- und Bäderbau erreicht worden. Weil zeitgleich die Sportförderung fest als städtische Aufgabe in der Stadtverwaltung verankert worden war, hatten Sportamt und Sportausschuss nicht permanent gegen Widerstände anderer städtischer Ressorts zu kämpfen“, zog Christian Becker ein Fazit aus seinen Untersuchungen. „Dieser Umstand war insbesondere Stadtplaner Rudolf Hillebrecht zu verdanken, der aber aufgrund der Durchsetzung seiner Pläne für die autogerechte Stadt auch kritisch gesehen wird. Sein Erbe ist in der hannoverschen Sportlandschaft bis heute sichtbar. Die wohnortnahe dezentrale Versorgung ist ebenso nach wie vor vorhanden wie auch der zentrale Sportpark, der mit Stadion, Stadionhalle und Stadionbad bis heute die wichtigste Heimat von Zuschauersport in Hannover ist.“



apl. Prof. Dr. Dr. Bernd Wedemeyer-Kolwe
bwedemeyer@nish.de

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



V. l.: Bärbel Dütemeyer, Dr. Sönke Burmeister, Prof. Dr. Christian Kratz, Patient Bukan und Mirko Buzdon. Foto: Janina Klose

Eine besondere Förderung...

...hat die Kinderklinik der MHH in der zweiten Januarwoche erhalten. Ein interaktives Laufband, denn die Anschaffung von Sportgeräten wird nur in Ausnahmefällen von der Stiftung gefördert. Wir durften dabei sein, als einer der Patienten zum ersten Mal auf dem Laufband stand.

Den Antrag, hat der Verein für krebskranke Kinder e. V. unter Leitung von Bärbel Dütemeyer gestellt, da durch das Training die motorischen und kognitiven Fähigkeiten der jungen Patienten besser gefördert werden können. Der Verein hat während seiner Bestandszeit schon viel geleistet – seit

2013 wird ein Sportwissenschaftler finanziert, der mit den Patienten im Bett, auf der Station und in dem extra eingerichteten Trainingsraum, Übungen macht.

Der 12 Jahre alte Berkan stand zum ersten Mal auf dem Laufband und es hat ihm sichtlich Spaß gemacht. Neben dem interaktiven Faktor, bei dem die Patienten beispielsweise Matheaufgaben während des Gehens lösen müssen, kann das Gerät gleichzeitig den Gang, das Gleichgewicht und den Körperschwerpunkt analysieren. Durch die Konzentration auf das virtuelle Gehen oder Laufen werden die Sportlerinnen

und Sportler abgelenkt und der Automatisierungsgrad des Gehens wird verbessert. Kinder ab 4 Jahren können mit dem Laufband trainieren.

Weitere Informationen über den Verein für krebskranke Kinder Hannover e. V. erhalten Sie unter

www.verein-fuer-krebskranke-kinder-hannover.de



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

Freie Fahrt für Mitglieder und Helfer

Auswärtsspiele oder -turniere sind fester Bestandteil des Spielbetriebs in den Sportvereinen. Damit Eltern oder Mitgliedern auf diesen Fahrten, die meistens im privaten Pkw zurückgelegt werden, optimal geschützt sind, sollte jeder Verein über eine entsprechende Zusatzversicherung nachdenken.

Schauen Sie sich dazu unser Video an:
<https://www.arag.de/versicherungen/vereine-verbaende/sport/kfz-zusatzversicherung>

Quelle für alle Artikel: VID Februar 2018



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.

Preise im Gesamtwert von:
100.000 €



TEAM



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

 Landes**Sport**Bund
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.**