

WIR IM SPORT

www.lsb-nrw.de



WIR WÜNSCHEN
IHNEN EIN FROHES
FEST UND EINEN
GUTEN RUTSCH!



SPORTGALA IN DÜSSELDORF |||

LESERBEFRAGUNG |||||

10 JAHRE SPORT PRO
GESUNDHEIT |||||

BEWEGT ÄLTER WERDEN IN NRW!

SPORT BEWEGT NRW!

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN





Sportlich – auch im Winter?

So viel Einsatz wird bei uns belohnt, mit **300 Euro** im Jahr!

Durch unser **Provita-Bonusprogramm** (100 Euro) und unsere **Provita-Gesundheitskurse** (200 Euro).

Mehr Informationen im Internet oder unter der kostenlosen Servicenummer.

Wir freuen uns auf Sie!

Kostenlose Servicenummer
0800 2221211
www.bkkvorort.de

GEMEINSAM AUF DEM WEG IN EINE INKLUSIVE GESELLSCHAFT



Walter Schneeloch



Reinhard Schneider

Liebe Leserinnen und Leser, am 29. März 2009 ist die UN Behindertenrechtskonvention (BRK) in Kraft getreten mit dem Ziel, den „vollen und gleichberechtigten Genuss aller Menschenrechte und Grundfreiheiten durch alle Menschen mit Behinderungen zu fördern, zu schützen und zu gewährleisten und die Achtung der ihnen innewohnenden Würde zu fördern“. Diese Vorgaben gelten für alle gesellschaftlichen Bereiche, also auch für Politik und Verwaltung als verbindliches Recht. Auch die Sportvereine und ihre Verbände sind dazu aufgerufen, im Sinne der Konvention zu handeln, um „Menschen mit Behinderungen die gleichberechtigte Teilnahme an Erholungs-, Freizeit- und Sportaktivitäten zu ermöglichen“. Eine große Herausforderung, der sich der Landessportbund NRW (LSB) und der Behinderten-Sportverband Nordrhein-Westfalen (BSNW) gemeinsam stellen. Es gilt, Wege zu finden, die es Menschen mit Behinderungen ermöglichen, nach ihren eigenen Vorstellungen Sport treiben zu können. Die BRK bedeutet damit mehr, als lediglich für barrierefreie Sportstätten zu sorgen oder die Teilnahme an sportlichen Veranstaltungen zu ermöglichen. Das gesamte „Sportsystem“ steht hier vor der Herausforderung, sich mit der Komplexität des Sports für Menschen mit Behinderung auseinanderzusetzen.

So werden LSB und BSNW gemeinsame Aktivitäten auf lokaler Ebene initiieren, die mit den Kreis- und Stadtsportbünden sowie den Vereinen fortgesetzt werden. Hauptziel aller Aktivitäten ist es: Die Mauern in den Köpfen einzureißen! Es geht aber auch darum, Menschen mit Behinderung zu ermutigen, so umfassend wie möglich an Breitensportlichen Aktivitäten auf allen Ebenen teilzunehmen und mehr „Schnittmengen“ als bisher im Leistungssport auszumachen.

Mit beispielhaften Aktionen zu den Olympischen Spielen und den Paralympics in London 2012 fällt auch für den LSB und den BSNW der Startschuss, das Thema „Inklusion“ oder „Wege zum inklusiven Sport“ aufzugreifen. So etwa bei den gemeinsamen Jugendlagern von LSB und BSNW, die während der Olympischen Spiele und den Paralympics im nächsten Jahr stattfinden.

Mit diesen und anderen Aktivitäten wollen LSB und BSNW Zeichen setzen und gleichzeitig die ernsthaften Bestrebungen hervorheben, die Sportlandschaft im Sinne der Inklusion umzubauen. Wir stehen zwar erst am Anfang, aber wir sind auf einem guten Weg. Unterstützen Sie uns dabei, diese Ziele zu erreichen. (Mehr zum Thema auf den Seiten 27 bis 28)

Ihr

Walter Schneeloch
Präsident des Landessportbundes NRW

Ihr

Reinhard Schneider
Vorsitzender des BSNW

Unsere Wirtschaftspartner:



Für alle Fragen:
Das ServiceCenter des
Landessportbundes NRW
Telefon 0203 7381-777

01 NEU

06 NEUIGKEITEN AUS DEM LANDESPORTBUND NRW

02 TITEL

11 BEWEGT ÄLTER WERDEN IN NRW! | [Einzigartige Chancen für die Vereine](#)
15 KRAFTTRAINING STATT KAFFEEKRÄNZCHEN | [Sport der Älteren beim KSB Borken](#)

03 PROGRAMME & THEMENFELDER

BEWEGT GESUND BLEIBEN IN NRW!

18 EINE GROSSE FANGEMEINDE | [Schweinehund bei Facebook](#)
19 DER SPORT FEIERTE IN MÜNSTER | [10 Jahre SPORT PRO GESUNDHEIT](#)

SPITZENSORT FÖRDERN IN NRW!

20 FELIX-AWARD | [Sportgala 2011](#)

NRW BEWEGT SEINE KINDER!

23 „NAH DRAN AM SPORT“ | [Porträt Philipp Knappmeyer](#)
24 KINDER- UND JUGENDARBEIT IM SPORTVEREIN | [Vorbildlicher JC 71 Düsseldorf](#)

SPORTMANAGEMENT

32 VEREINSMANAGEMENT 2.0 | [Online-Portal für Sportvereine](#)

BILDUNG

29 DAS BILDUNGSWERK | [Erfolgsmodell mit Zukunft](#)
30 BEGEISTERUNG PUR | [3. Trendsporttag in Düsseldorf](#)

SPORTPOLITIK

31 INTERESSENVERTRETUNG VOR ORT | [Sportpolitik in Kommunen](#)

SPORTMEDIZIN

34 NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL UND SPORT

04 SPECIAL

27 SPORT UND INKLUSION | [Vision einer besseren Welt](#)

05 SPOZ

JUGEND

36 NRW-JUGENDTAG | [Rainer Ruth führt Sportjugend NRW](#)
38 „DYNAMISCHER JUGENDVERBAND“ | [Interview Rainer Ruth](#)

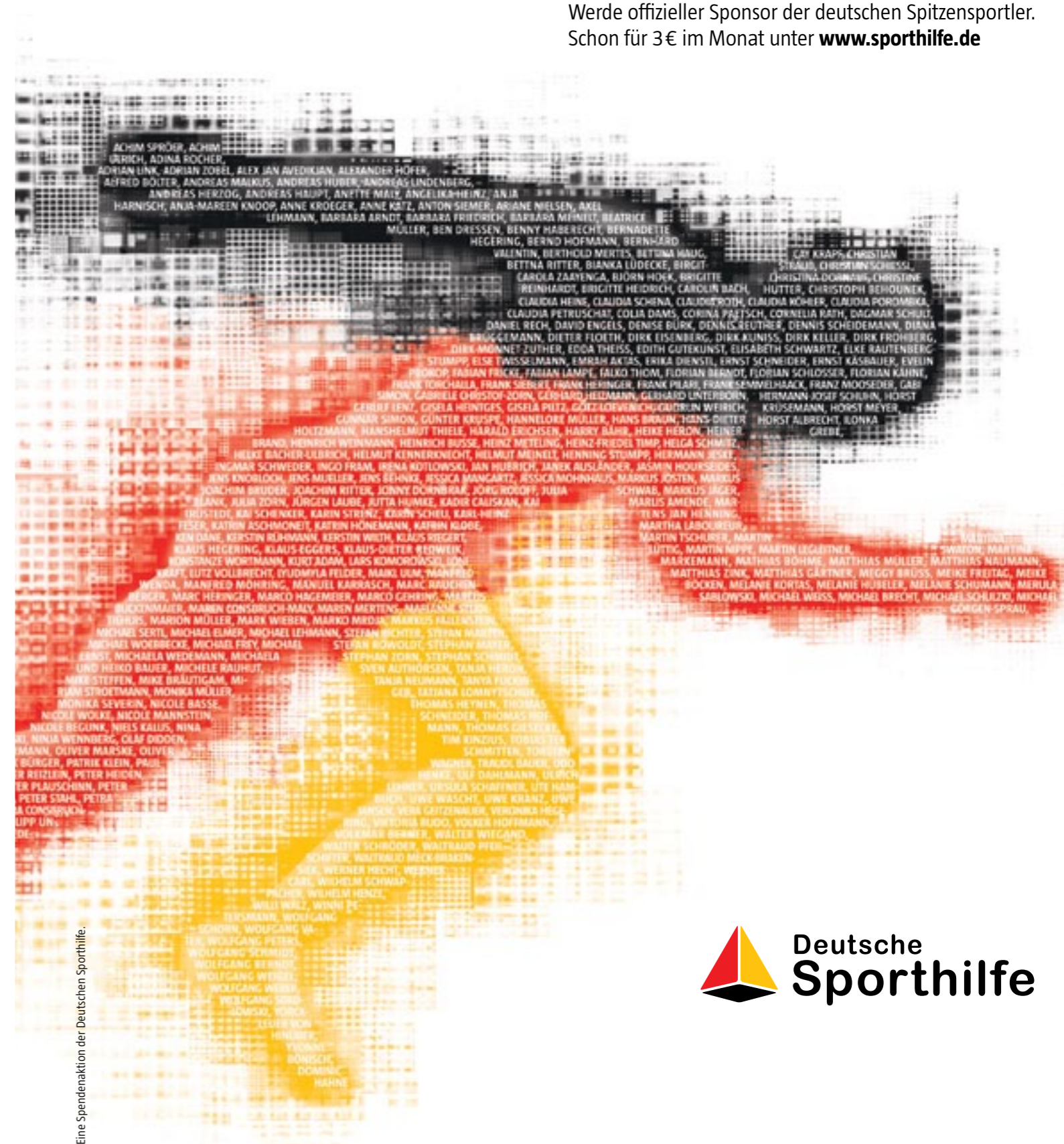
03 EDITORIAL

09 LESERBEFRAGUNG

39 IMPRESSUM UND ABO-WERBUNG

Dein Name für Deutschland.

Werde offizieller Sponsor der deutschen Spitzensportler.
Schon für 3€ im Monat unter www.sporthilfe.de



Eine Spendenaktion der Deutschen Sporthilfe.



BESTANDSERHEBUNG 2012

Nur noch Online



Die Bestandserhebung 2012 erfolgt nur noch über das Internet-Portal des Landessportbundes NRW (www.lsb-nrw.de). Eine Abgabe in Papierform über Meldebögen ist nicht mehr möglich! Auf der Startseite finden Sie unter „Service“ den Button „Bestandserhebung“. Dort erhalten Sie alle Informationen zur Bestandserhebung als PDF-Datei zum Herunterladen. Über den Link „Zur Bestandserhebung“ kommen Sie zum Registrierungs- bzw. Anmeldebereich mit Antworten auf häufig gestellte Fragen (FAQ-Liste). Alle Vereine, die schon 2011 die Bestandserhebung online vorgenommen haben, müssen kei-

ne neue Registrierung durchführen. Die Zugangsdaten aus 2011 sind weiterhin gültig. Die Bestandserhebung 2012 wird online in der gleichen Form wie im Jahr 2011 durchgeführt. Bitte beachten Sie, dass die Dateneingabe zur Bestandserhebung 2012 begrenzt ist bis zum 31. Januar 2012. Bitte erfassen Sie Ihre Bestandsdaten im eigenen Interesse möglichst frühzeitig. Die Erfahrungen der letzten Jahre haben gezeigt, dass insbesondere gegen Ende des Zeitraumes zur Erfassung Ihrer Daten die Rechner überlastet sein können und die Datenerfassung dann nur verlangsamt erfolgt.

Fortlaufende Änderungen der Vereinsdaten wie z.B. Adressen sind nach wie vor auch nach Ablauf des Zeitraumes zur Bestandserhebung möglich. Sollte in wenigen Fällen Ihr Verein keinen Zugang zum Internet haben, wenden Sie sich bitte an den für Sie zuständigen Stadt- oder Kreis-sportbund. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dort helfen Ihnen bei der Eingabe der Bestandserhebung gerne weiter und erfassen die Daten Ihres Vereins online. Die Richtlinie zur Bestandserhebung informiert darüber, dass für das Jahr 2012 einige Änderungen im Rahmen der Mitglieder-meldung umgesetzt werden sollen. Diese Neuerungen sind die jahrgangsw-eise Meldung der Mitgliederzahlen sowie die Erfassung der Grunddaten des Vereins in einem Mantelbogen und die Erfassung der Fachverbandsdaten über Ergänzungsbögen. Diese Änderungen werden in der Bestandserhebung für das Jahr 2012 noch NICHT umgesetzt. **Der Landessportbund NRW weist darauf hin, dass der Antrag auf Förderung der Übungsarbeit 2012 nur abgegeben werden kann, wenn die Online-Bestandserhebung durchgeführt wurde!**

Das ServiceCenter des Landessportbundes NRW steht Ihnen für Rückfragen zur Verfügung
Telefon 0203 7381-777 oder: vibss@lsb-nrw.de, www.vibss.de

Anzeigen

PHYSIOBUY
An- u. Verkauf von gebrauchten Trainingsgeräten
Praxiszubehör u. Isokinetischen Systemen
(Auch Neugeräte und Praxisausstattungen)
E-Mail: info@physiobuy.de
Tel.: 02551/996399
Fax: 02551/996398
www.physiobuy.de

SPORT-THIEME
Schulsport - Vereinssport - Fitness - Therapie
Hier sind wir Team!
Gerne berät Sie unser Team in Düsseldorf bei Ausstattungsprojekten vor Ort
Sport-Thieme West Tel. 0211-9988348
Schneidemühler Straße 9 Fax 0211-9988343
40599 Düsseldorf schramm@sport-thieme.de
05357-18186 · info@sport-thieme.de · www.sport-thieme.de

STEFAN KLETT BLEIBT PRÄSIDENT

Aeroclub NRW

Stefan Klett, LSB-Vizepräsident „Finanzen“ ist von der Hauptversammlung des Aeroclubs NRW für drei weitere Jahre als Präsident bestätigt worden. Klett gehört



(v.l.) LSB-Präsident Schneeloch und Ministerin Schäfer waren zu Gast beim Aeroclub NRW. Präsident Klett wurde im Amt bestätigt | LSB

dem Präsidium des Landesverbandes, der insgesamt sieben Luftsportarten vertritt, seit 2001 an und leitet ihn seit 2008.

HOHE AUSZEICHNUNG

Ahlers und Lutomski geehrt

Zwei verdienten Menschen aus der NRW-Sportfamilie ist das Bundesverdienstkreuz verliehen worden. Bernd Ahlers, Vereinsvorsitzender des Kneipp-Vereins Gronau und Gabriele Lutomski, stellv. Vorsitzende

der „Sportgemeinschaft Friedrich der Große“ in Herne, wurde diese hohe Anerkennung zuteil. Gabriele Lutomski bemüht sich – auch als Übungsleiterin - insbesondere um die Integration von Mädchen und jungen Frauen mit Zuwanderungsgeschichte. Bernd Ahlers engagiert sich seit Jahren in den Bereichen Sport, Gesundheit und Soziales. Er arbeitet mit diversen Einrichtungen zusammen, entwickelt mit seinen Mitstreitern attraktive Angebote und bringt so seinen Verein voran.

STÄDTEWETTBEWERB MISSION OLYMPIC

Delbrück ist „Deutschlands aktivste Stadt 2011“

Mit dem Titel „Deutschlands aktivste Stadt 2011“ kürten der Deutsche Olympische Sportbund und Coca-Cola Deutschland die Stadt Delbrück in Nordrhein-



Westfalen zum Sieger des bundesweiten Wettbewerbs Mission Olympic. Insgesamt 34 Städte aus ganz Deutschland hatten sich im vergangenen Jahr um den Titel „Deutschlands aktivste Stadt“ bewor-

ben. Die Stadt Delbrück erhält 75.000 Euro für den Ausbau des regionalen Breitensportangebots. Mit Mission Olympic setzen sich die Initiatoren seit Jahren für einen aktiven Lebensstil ein. Das Ziel ist, möglichst viele Bürgerinnen und Bürger durch ein vielfältiges und attraktives Sportangebot in Bewegung zu bringen.

Weitere Informationen: www.mission-olympic.de

SPORTVEREINE ZIEHEN MIT

Öko-Check-Aktion erfolgreich gestartet

Der Öko-Check bietet den Sportvereinen eine besonders kostengünstige, umfassende Bestandsaufnahme der energetischen und ökologischen Situation ihrer Sportanlagen und zeigt Verbesserungs- und Einsparmöglichkeiten auf. Die vom Landessportbund NRW mit Unterstützung der RWE Vertrieb AG gestartete Aktion „Öko-Check: volle Leistung – niedriger Verbrauch“ wurde von den Sportvereinen in NRW begeistert aufgenommen. Die Beratungen, die für die schnellsten Rückmeldungen der Sportvereine zugesichert waren, waren innerhalb kürzester Zeit vergeben. Teilnahmebedingungen und Anmeldung für weitere zur Verfügung stehende Öko-Checks unter: www.lsb-nrw.de/vereine/oeko-check-im-sport

Anzeigen

VISOLASER
Hansestraße 12, 29525 Uelzen, Tel. 0581-97181-0, www.visolaser.de
Individuelle Pokale
3D-Sportmotive
Foto in Glas
Individuelle Pokale und Auszeichnungen aus echtem Kristallglas!
Wir vereiwigen Ihren größten Erfolg als Foto in Glas!

Ihlow
Gästehaus und Sportpark „Am Ibler Meer“
Modernes Gästehaus mit 21 Doppelzimmer, alle mit Dusche/WC, Radio und TV u.v.m.
Trainingscamp gesucht?
• Sporthalle über 2 Etagen
• 2 Sportplätze, u.a. mit 400 m Kunststoffbahn, Weitsprung ...
• Sportzentrum mit Sauna u.v.m.
EPI ED Ihlow mbH · Abt. Touristik · Alte Wieke 6 · 26632 Ihlow
Tel. 0 49 29 - 8 91 00 · touristik@ihlow.de · www.ihlow.de

SPORT UND ETHIK

„Mehr Kritik zulassen“

„Wir stehen im Sport nicht an der Spitze der Bewegung im Hinblick auf Ethik und Werte.“ Sylvia Schenk fand in der Katholischen Akademie „Die Wolfsburg“ am 11. November deutliche Worte. Der Arbeitskreis „Kirche und Sport“ hatte für seine Ethiktagung „Grenzerfahrungen im Sport“ die prominente Juristin als Rednerin gewinnen können. Die ehemalige Leichtathletin fungiert u.a. als Vorstandsmitglied von „Transparency International Deutschland“. Sie plädierte in Mülheim für eine Neuorientierung des Sports: „Ein Konzern wie die Daimler AG verpflichtet seine Führungskräfte und Mitarbeiter auf Integrität und ethische Ansprüche. Das ist auch für den Sport vorbildlich.“ In den Sportstrukturen würden oft Menschen ausgegrenzt, die unbequeme Fragen stellen. Schenk: „Ich fordere die Verbände auf, kritischere Diskussionen zuzulassen. Letztendlich stärkt das die demokratischen Strukturen.“ Moritz Bellmann, Juniorsprecher für Dopingprävention beim DOSB, hob hervor, dass im harten Wettbewerb des Sports oft Grenzen jenseits des Legalen überschritten würden (Doping). Dr. Klaus Balster, Vorstandsmitglied der Sportjugend NRW, lud in seinem Beitrag über Ehrenamt dazu ein, über persönliche Ressourcen, Chancen und Perspektiven durch ehrenamtliches Engagement nachzudenken.

KONKURRENZFÄHIGE SPORTVEREINE

Qualitätssiegel für Fitness-Studios

Sportvereine, die ein eigenes Fitness-Studio betreiben, können sich dieses mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO FITNESS zertifizieren lassen. Das vom DOSB in Zusammenarbeit mit dem Landessportbund NRW sowie weiteren Landessportbünden und Verbänden ins Leben gerufene Gütesiegel zeichnet vereinseigene Fitness-Studios nach einheitlichen Qualitätskriterien aus. Geprüft werden dabei die Qualifikation des Leitungs- und Trainingspersonals, räumliche Bedingungen, Geräteausstattung, Service und Umweltkriterien. Das Qualitätssiegel bietet damit eine gute Möglichkeit für Sportvereine, mit ihrem Fitness-Studio auch gegenüber kommerziellen Anbietern am Markt vergleichbar zu konkurrieren.

Weitere Infos: www.lsb-nrw.de, SPORT PRO FITNESS

WIR IM SPORT

LESERBEFRAGUNG

MITMACHEN UND GEWINNEN!



Die „Wir im Sport“ stellt sich der Kritik der Leserinnen und Leser. Wir möchten wissen, was sie an der Zeitschrift des Landessportbundes NRW gut finden und wo Sie noch Verbesserungspotenzial sehen. Dieser Ausgabe liegt ein Fragebogen bei, den Sie bitte an die auf dem Fragebogen angegebene Adresse zurücksenden.

Außerdem können Sie die Fragen auch online beantworten unter: www.lsb-nrw.de. Auf der Startseite finden sie den direkten Link zur Befragung.

Die Redaktion der Wir im Sport freut sich auf Ihre Anregungen und Vorschläge, auf Kritik und Lob!

UNTER ALLEN EINSENDUNGEN VERLOSEN WIR:



1. PREIS

Einen 250€-Reisegutschein der SPURT GmbH, Wirtschafts- und Reisepartner des Landessportbundes NRW

2. PREIS

Einen Gutschein über 150€ für eine hochwertige Sportausrüstung der Firma „hummel“

3. PREIS

Einen Gutschein über 100€ für eine hochwertige Sportausrüstung der Firma „hummel“

Bitte vermerken Sie auf dem Briefumschlag bzw. auf dem Fax zur Teilnahme an der Verlosung ihre Adresse. Die Befragung selbst ist anonym.

Weitere Informationen:
Landessportbund NRW
Theo.Duettmann@lsb-nrw.de
Telefon 0203 7381-881

„ÜBERGEWICHT IST INFEKTIÖS“

NRW bewegt IN FORM



Das Publikum lässt sich mitreißen: Bewegte Pause in Wuppertal | Foto: MFKJKS

Die „weltweite Fettkatastrophe“: in den USA kalkuliert die Flugsicherung seit einiger Zeit mit 10 Prozent mehr Körpergewicht pro Person. In England gibt es sprechende Teller, die fragen: „Haben Sie wirklich noch Hunger?“ Auch in Deutschland werden die Menschen immer dicker.

Und nicht nur das, in den letzten 25 Jahren hat die körperliche Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen nach wissenschaftlichen Untersuchungen deutlich nachgelassen. Was tun? Eine Initiative auf Landesebene heißt „NRW bewegt IN FORM“. Am 23. November fand die 3. Regionale Fachkonferenz in Wuppertal statt. Professor Dr. Ingo Froboese von der Deutschen Sporthochschule Köln empfahl den rund 300 Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein 3-5maliges Ausdauertraining, gepaart mit Übungen zur Muskelkräftigung sowie Koordinationsschulung. „Damit gewinnen sie Lebensjahre und Lebensqualität. Wer sich keine Zeit für Bewegung nimmt, der wird sich viel Zeit für seine Krankheiten nehmen müssen.“ Den Essempfehlungen für Zwischenmahlzeiten könne er nicht uneingeschränkt zustimmen: „Tanken sie morgens Energie durch

Kohlenhydrate, nehmen sie mittags Nährstoffe und Vitamine zu sich und abends Eiweiß. Aber ‚mümmeln‘ Sie nicht unentwegt.“ Harte Worte fand Professor Dr. Christoph Klotter, Ernährungspsychologe der Hochschule Fulda: „Übergewicht und Fettleibigkeit sind infektiös, man steckt sich durch die Umwelt, d.h. durch das Milieu an.“ Wer hier etwas verändern wolle, der müsse die Esskultur und die Identität des sozialen Umfeldes berücksichtigen. Der Begriff „Gesundheit“ schrecke Kinder und Jugendliche ab. „Die möchten essen, was ihnen schmeckt.“ Professor Klotter ist „gegen den missionarischen Eifer der Mittelschicht“ im Hinblick auf Ernährung. Die Fachkonferenz wurde vom NRW-Sportministerium, dem LSB sowie dem Gesundheitscampus NRW in Kooperation mit den Ministerien für Schule sowie Verbraucherschutz organisiert.



BEWEGT ÄLTER WERDEN IN NRW!

EINZIGARTIGE CHANCEN FÜR VEREINE

ES HERRSCHTE AUFBRUCHSTIMMUNG. DER STARTSCHUSS ZUR UMSETZUNG DES PROGRAMMS "BEWEGT ÄLTER WERDEN IN NRW!" AM 21. NOVEMBER IN DER STADTHALLE MÜLHEIM ZEIGTE: DAS THEMA BEWEGT UND TRIFFT DEN NERV DER ZEIT. DER LANDESSPORTBUND NRW PRÄSENTIERTE SICH VOR VERTRETERINNEN UND VERTRETERN AUS POLITIK, WISSENSCHAFT UND SPORT ALS PROGRAMMATISCH GUT GERÜSTETER INITIATOR IM LAND.

Anzeige

TOP QUALITÄT ZU FAIREN PREISEN

STAPELSTÜHLE

Zu traumhaften Konditionen! Fragen Sie auch nach Bankett-, Bistro- und Konferenzmöbeln!

◀ Terrassenheizer
IDEAL FÜR DIE NOCH NICHT SO WARMEN FRÜHLINGSABENDE.

Bali
ALUMINIUM-GESTELL UND FLACHES, NATURFARBIGES KUNSTSTOFFGEFLECHT

Eurostuhl
STAHL-GESTELL

BVG 44
STAHL-GESTELL

BV-L 138
ALUMINIUM-GESTELL

Tische von BV-Stapelstuhl
DURCH SCHNAPPER IN SEKUNDEN AUF- UND ABBAUBAR

INDOOR- UND OUTDOORMÖBEL FÜR IHR VEREINSHEIM

INFO@BV-STAPELSTUHL.DE
WWW.BV-STAPELSTUHL.DE

B+V STAPELSTUHL GMBH & CO. KG

ZIEGELEISTRASSE 1A • D-49843 UELSEN
TEL: (+49) 59 42 / 9 89 56-0



Impressionen von der Auftaktveranstaltung: Mit Talkrunden und Arbeitsgruppen (Foto rechts oben) wurde das neue Programm locker aufgearbeitet und präsentiert. Mit dabei: Professor Dr. Dietrich Grönemeyer (Mitte)

ES MUSS NOCH ÜBERZEUGUNGS-ARBEIT GELEISTET WERDEN, DAMIT ALLE SPORTVEREINE ERKENNEN, DASS ÄLTERE EINE ZIELGRUPPE MIT GROSSER ZUKUNFTSPERSPEKTIVE SIND! ☺☺

Walter Schneeloch, LSB-Präsident

Noch vor 300 Jahren erreichte nur einer von Hundert sein 85. Lebensjahr. Heute erlebt jede zweite Frau ihren 85. Geburtstag und jeder zweite Mann wird mindestens 80! Das hat Konsequenzen: 2025 wird rund jeder Dritte 60 Jahre und älter sein, die

unter 20-Jährigen werden nur noch 17,1 Prozent ausmachen.

„Der organisierte Sport hat mit Blick auf diese Entwicklung die einzigartige Chance, sich mit seinem Potenzial und dem vielfältigen Angebot im Bereich ‚Bewegung und Sport‘ erfolgreich und nachhaltig für eine verbesserte Lebensqualität der älteren Generation einzusetzen“, betonte LSB-Präsident Walter Schneeloch bei der Auftaktveranstaltung, aber: „Es muss noch Überzeugungsarbeit geleistet werden, damit alle Sportvereine erkennen, dass Ältere eine Zielgruppe mit großer Zukunftsperspektive sind!“ Bewegung ist ein wesentlicher Schlüsselfaktor für Gesundheit und Wohlbefinden bis ins höchste Alter. Und Sportvereine bieten zudem für die Zielgruppe wichtige Kommunikationsangebote, ein soziales Umfeld und Möglichkeiten zum Engagement. Derzeit sind (nur) 17 Prozent der älteren Männer und Frauen über 60 Jahre im Sportverein organisiert. Dem steht die große Mehrheit derjenigen gegenüber, die immer noch eher bewegungsaktiv sind.



Die Ergebnisse der Arbeitsgruppen wurden anschaulich erfasst und dokumentiert. So erhielt das Programm seinen letzten Schliff



Ursula Werkmüller
Seniorenbeauftragte des SSB Hagen, 75 Jahre:

„Ich mache schon seit 30 Jahren Judo. Aber viele ältere Menschen sind ängstlich im Hinblick auf Bewegung und Sport. Die Sportvereine müssen ihnen mit adäquaten Angeboten diese Ängste nehmen.“

Mit dem Programm **Bewegt ÄLTER werden in NRW!** hat der gemeinwohlorientierte organisierte Sport in NRW seine gesellschaftliche Verantwortung angenommen sowie einen neuen strategischen und strukturellen Handlungsrahmen geschaffen. Der Landessportbund NRW rief in Mülheim Verbände und Bünde auf, sich in das Programm einzubinden.

ZIELGRUPPE MIT GROSSER ZUKUNFTSPERSPEKTIVE FÜR SPORTVEREINE

Für die Landesregierung unterstrich Sportministerin Ute Schäfer, dass es gelte, Ältere verstärkt anzusprechen: „Selbstbestimmung und Selbsthilfe werden angesichts des demografischen Wandels immer wichtiger. Ältere müssen die Möglichkeit haben, aktiv für ihre Selbstständigkeit und Gesundheit vorzusorgen.“ Sie kündigte ein neues Breitensportprogramm an, das derzeit zwischen Landesregierung und LSB abgestimmt werde. „Mit dem Programm **Bewegt ÄLTER werden in NRW!** fügt der Landessportbund NRW

den nunmehr vierten und letzten Baustein seiner Gesamtprogrammatisierung hinzu. Diese steht unter dem Claim **SPORT bewegt NRW!** und beinhaltet die bereits gestarteten Programme **NRW bewegt seine KINDER!**, **Bewegt GESUND bleiben in NRW!** und **SPITZENSport fördern in NRW!**“, betonte Dr. Christoph Niessen, Vorstandsvorsitzender des LSB. Eingebettet ist **Bewegt ÄLTER werden in NRW!** darüber hinaus in das Konzept „Chancen ergreifen, Perspektiven schaffen, unsere Gesellschaft mitgestalten – Vereinsport 2020“. Vier einander ergänzende Schwerpunkte charakterisieren es. An erster Stelle geht es darum, „Bewegung und Sport in der Zielgruppe der Älteren“ zu fördern. Bärbel Dittrich, LSB-Vizepräsidentin Breitensport/Sporträume, verwies darauf: „Seit vielen Jahren haben wir in der Zielgruppe 61 Jahre und älter die höchsten Zuwachsraten.“ Punkt zwei lautet: „Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gewinnen, Bildung und Qualifizierung“. Es liegt auf der Hand: Ohne eine auf die speziellen Bedürfnisse der Älteren ausgerichtete, ausreichende und



Helmut Hesse

Übungsleiter Bechterew Gruppe Lennestadt,

68 Jahre

„Ich kenne viele Menschen, die sind durch Bewegung und Sport jung geblieben. Es braucht gut ausgebildete Übungsleitungen, damit ältere Menschen nicht überbeansprucht werden und dann nicht wiederkommen.“



„Wie stark identifizieren Sie sich mit den Zielen des neuen Programms?“ Der überwiegende Teil der Teilnehmerinnen und Teilnehmer signalisierte hohe Übereinstimmung.

SEIT VIELEN JAHREN HABEN WIR IN DER ZIELGRUPPE 61 JAHRE UND ÄLTER DIE HÖCHSTEN ZUWACHSRATEN. »

Bärbel Dittrich, LSB-Vize Präsidentin

qualifizierte Mitarbeiterschaft geht es nicht. Dabei liegen die bisherigen Qualifizierungszahlen deutlich unter dem Bedarf der Zukunft, wie Bärbel Dittrich aufzeigte.

Der dritte Schwerpunkt betont „Generationenbeziehungen, Integration und Engagement“. Sportvereine sind Bindeglieder der Generationen, Orte der Integration und des Engagements – gerade auch für Ältere.

Punkt vier heißt: „Kommunales Netzwerkmanagement, Kooperationen und Partnerschaften“. Fakt

ist eben: Der Sport kann es nicht alleine machen. Das Thema Vernetzung stand auch in den kompetent besetzten Diskussionsrunden im Fokus. Gerade Seniorenorganisationen bieten sich hier als ideale Ansprechpartner an. Darüber hinaus widmete man sich der Frage, wie man Barrieren abbaut, die Ältere daran hindern, Sportangebote wahrzunehmen. Professor Dr. Ursula Lehr, Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen, unterstrich, dass Sport und regelmäßige Bewegung unerlässlich seien, um sich körperlich und geistig bis ins hohe Alter fit zu halten. Dieses müsse den Menschen frühzeitig vermittelt werden.

Es gibt also noch viel zu tun. Der Auftakt ist jedenfalls gelungen! Und Professor Dr. Dietrich Grönemeyer brachte es als Sportbegeisterter und eifriger Mitdiskutant so auf den Punkt: „Turne bis zur Urne.“

Text: Theo Düttmann, Michael Stephan

Fotos: Andrea Bowinkelmann

KRAFTTRAINING STATT KAFFEEKRÄNZCHEN

SPORT DER ÄLTEREN BEIM KSB BORKEN

Sie sind vitaler denn je, treiben regelmäßig Sport und bereisen die Welt. Menschen jenseits der 60 gehören noch lange nicht zum alten Eisen. Die demografische Entwicklung zeigt, dass immer mehr Menschen in unserem Land immer älter werden. Die deutsche Bevölkerung ist mittlerweile nach Japan die zweitälteste der Welt. Jeder fünfte Bundesbürger war im vergangenen Jahr älter als 65.



Hier sind alle gleich.
Alle duzen sich und
zweimal im Jahr treffen
wir uns zum gemein-
samen Frühstück – natür-
lich gesund und lecker.



„Dreizehn, vierzehn, fünfzehn...“ Der ältere Herr sitzt an der Brustpresse und grinst verschmitzt. „Wer rastet, der rostet!“ Der ehemalige Bauunternehmer Clemens Hüls (geschätztes Alter 60, tatsächliches Alter 73) hat sein Leben lang gearbeitet und im Rentenalter erkannt, wie wichtig Sport für seine Gesundheit ist. Nach zwei Knochenbrüchen begann er zunächst mit Wassergymnastik und reduzierte in drei Jahren sein Gewicht um 30 Kilo.

Ich besuche den KreisSportBund Borken im westlichen Münsterland, um mir einen Eindruck von einem „Sport der Älteren-Angebot“ zu verschaffen. Beeindruckend groß, hell und modern erscheint die Sporthalle, die zur Hälfte mit hochwertigen Fitnessgeräten ausgestattet ist. In einem Stuhlkreis sitzen fünfzehn vitale Senioren im sportlichen Outfit rund um Renate Schnelting, Übungsleiterin des Kurses „Fitnessgymnastik - Ein präventives Angebot für das Haltungs- und Bewegungssystem für Senioren“.

Im Hintergrund läuft leise rhythmische Musik. „Und, was macht der Kreislauf heute Morgen?“ erkundigt sich Renate munter bei ihren Schützlingen und fährt mit klar verständlichen Anweisungen zu den einzel-

nen Beweglichkeits-, Kräftigungs- und Koordinationsübungen fort. Erstmal sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer rückwärts laufend eine liegende Acht beschreiben. Ich schaue in konzentrierte Gesichter. Alle nehmen ihre Sache sehr ernst – für ein paar Späße mit Renate sind sie aber durchaus zu haben. Nach dem Warm-Up gehen alle wie selbstverständlich auf den Geräteparcours zu.

„Mit 66 Jahren, da kommt man erst in Schuss“ ...

... Diese Liedzeile von Udo Jürgens kommt mir spontan in den Sinn beim Anblick der Gewichte stemmenden Senioren. Das sympathische Ehepaar Willi und Gerda Schmitz (78 bzw. 73 Jahre) trainiert hier schon im zweiten Jahr und schätzt wie die meisten an diesem Kurs neben den positiven Auswirkungen auf die Gesundheit auch den Spaßfaktor und das gesellige Beisammensein. „Hier sind alle gleich. Alle duzen sich und zweimal im Jahr treffen wir uns zum gemeinsamen Frühstück – natürlich gesund und lecker.“ Hier menschelt es, gesprochen wird überwiegend Borkener „Plattdütsch“ und zwischendurch verteilt



Übungsleiterin Renate Schnelting (linkes Foto) empfiehlt Krafttraining für Ältere. Dadurch erlangten auch in ihren Gruppen viele Menschen neue Stabilität und eine gesteigerte Lebensqualität

schon mal jemand ein Belohnungsbonbon. Dabei achtet Renate Schnelting, die über alle Qualifikationen im Bereich Prävention, Reha, Haltung und Bewegung verfügt, darauf, dass die Übungen an den Geräten richtig ausgeführt werden. Die meisten Teilnehmer bekommen von ihrem Arzt diesen Kurs als RehaMaßnahme verordnet. Alle Kurse des KSB Borken sind mit dem Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“ ausgezeichnet.

Sport der Älteren – ein Angebot, das Früchte trägt

Georg Hebing, Vorstandsvorsitzender des KSB Borken, ist stolz auf die Leistung seiner Mitarbeiter. Der KSB Borken ist die Dachorganisation von fast 400 im Kreis ansässigen Sportvereinen mit über 150.000 Mitgliedern. Mittlerweile gibt es in Borken über 30 Kurse im Bereich „Sport der Älteren“. In nur vier Jahren stieg der Anteil an Reha-Teilnehmern von 70 auf 365. „Als Bildungswerk-Außenstelle setzen wir uns dafür ein, dass es allen Menschen möglich ist, aktiv an Bewegungs- und Sportangeboten teilzunehmen und lebenslang Sport zu betreiben. Dabei ist es uns

ein besonderes Anliegen, gemeinsam mit dem Landessportbund NRW und den Vereinen die Position des organisierten Sports im Bereich ‚Sport der Älteren‘ zu stärken“.

Bewegt ÄLTER werden in NRW!

Der LSB und das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport fördern 2012 mit dem Programm **Bewegt ÄLTER werden in NRW!** vielfältige Maßnahmen, um neue Sport- und Bewegungsangebote für die ältere Generation zu entwickeln. Derzeit sind bereits über 900 Vereine mit ihrem Angebot für Seniorensport beim LSB erfasst. Vereine, die Sport- und Bewegungsangebote für Ältere aufgebaut haben, werden daher gebeten, dem LSB ihre jeweiligen Angebote mitzuteilen und diese anerkennen zu lassen.

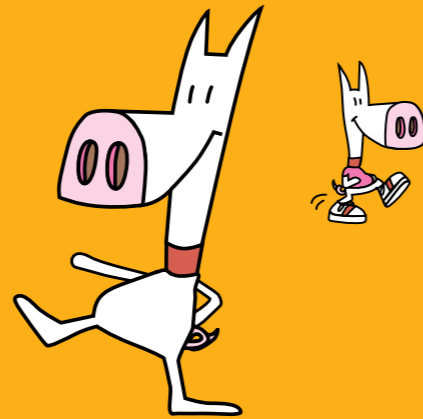
Text: Jaana Becker-Offermann, Fotos: Andrea Bowinkelmann



Weitere Informationen:
Landessportbund NRW
Dirk Hoffmeier@lsb-nrw.de
Telefon 0203 7381-806

SCHWEINEHUND BEI FACEBOOK

EINE GROSSE FANGEMEINDE



DAS SOCIAL MEDIA-PILOTPROJEKT DES LANDESPORTBUNDES NRW HAT EINEN SPORTLICHEN START HINGELEGT. SEIT EINRICHTUNG DER PROFILSEITE BEI FACEBOOK MITTE DES JAHRES HAT „ÜDIS SCHWEINEHUND“ INZWISCHEN ÜBER 440 FREUNDE. DAS SYMPATHISCHE MASKOTTCHEN DER KAMPAGNE „ÜBERWINDE DEINEN INNEREN SCHWEINEHUND“ ERREICHTE AUCH DURCH DEN EINSTIEG IN DIE ONLINE-COMMUNITY EINEN ÜBERREGIONAL ANERKANNTEN STATUS.

Seit August wird die Profilseite auf Facebook durch eine Fansseite unterstützt. Unter der Adresse www.facebook.com/Ueberwinde.Schweinehund können Sie regelmäßig Tipps des Schweinehundes zum Thema Gesundheit, Bewegung und Ernährung verfolgen. Hier tritt der Schweinehund interaktiv in den direkten Dialog mit seiner Zielgruppe und postet rund um die Uhr Informationen und Angebote der „ÜdiS“-Kampagne. Über die Community kommen kontinuierlich Anfragen zu Präventions- (SPORT PRO GESUNDHEIT) und Rehabilitationssportangeboten in NRW, Einladungen zu Aktionstagen von Vereinen und zu besonderen Sport-Events. Im Herbst fand ein Gewinnspiel statt, bei dem die Teilnehmer berichteten, wie sie ihren inneren Schweinehund überwunden haben. Zur Belohnung gab es attraktive Preise aus dem Schweinehund-Shop.

VERNETZUNG UND ENTWICKLUNG

Mit diesem erfolgreichen Einstieg in Web 2.0 konnte nicht nur der Bekanntheitsgrad der „ÜdiS“-Kampagne

und des Maskottchens erhöht werden, sondern auch der des Landessportbundes NRW und seiner Partner. Über den Facebook-Auftritt wurde die Vernetzung mit Institutionen aus dem Umfeld des LSB (z.B. DOSB, Verbände, Bünde und Vereine, NRW-Landesregierung und Ministerien, Ärzteverband Nordrhein, BKK) intensiviert. Die Zugriffszahlen auf die Webseite www.ueberwin.de haben sich seit der Facebook-Präsentation deutlich erhöht. Diese Ergebnisse belegen, dass ein reger, dauerhafter und wachsender Austausch mit der Community stattfindet. Neben prominenten Persönlichkeiten aus dem Sport und der Politik wie Landtags-Abgeordneten oder Bürgermeistern hat der Schweinehund mit dem WDR-Moderator Tom Hegemann und dem Spiegel-Kolumnisten Achim Achilles sogar Freunde und Fans gewonnen, die in Sozialen Netzwerken als so genannte „Influencer“ einzustufen sind. „Influencer“ sind Persönlichkeiten, deren Nachrichten oder Beiträge im sozialen Netz wahrgenommen und häufig weiter verbreitet (gepostet) werden.

Text: Jaana Becker-Offermann



Weitere Informationen:
Landessportbund NRW
Kiyu.Kuhlbach@lsb-nrw.de
Telefon 0203 7381-797

10 JAHRE SPORT PRO GESUNDHEIT IN NRW

DER SPORT FEIERTE IN MÜNSTER



Heute gibt es in NRW 6.000 Bewegungsangebote mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT. Betreut werden sie von ca. 2.200 speziell ausgebildeten Kursleitern in rund 1.400 Sportvereinen. Das Qualitätssiegel ist eine Erfolgsgeschichte und auf dem besten Weg, ein Premiumprodukt des gemeinwohlorientierten Sports in der Prävention zu werden. Am 7. November wurde in Münster das 10-jährige Jubiläum gefeiert.

Walter Schneeloch, Präsident des Landessportbundes NRW, strich die Bedeutung des Qualitätssiegels heraus: „Es ist ein Symbol für hohe Qualität und persönliche Betreuung zu einem sozial verträglichen Preis.“ Bei der Feierstunde in der Ärztekammer Westfalen-Lippe kritisierte Schneeloch allerdings auch die Wahrnehmung des Qualitätssiegels durch die Landespolitik: „Als im letzten Jahr das Siegel auf Bundesebene gewürdigt wurde, ließ es sich der Bundesgesundheitsminister nicht nehmen, dabei zu sein. Ich hätte mir gewünscht, dass es hier in Münster für die Landesebene unsere Gesundheitsministerin genauso gemacht hätte.“

Hilfe zur Selbsthilfe

Dr. Klaus Reinhardt, Vizepräsident der Ärztekammer Westfalen-Lippe, hob hervor, dass das Qualitätssiegel ein wichtiges Instrument in der Beratung der Bürger sei. „Prävention und Bewegung gehen Hand in Hand. Deshalb ist SPORT PRO GESUNDHEIT sehr wichtig. Besonders gute Dienste leistet hier das ‚Rezept für Bewegung‘, das der Landessportbund NRW

den Arztpraxen zur Verfügung stellt.“ Roland Wien, Vorstandsmitglied der BKK vor Ort, sieht in der Be-zuschussung der SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote eine „Hilfe zur Selbsthilfe“. „Wir möchten die Menschen motivieren, mehr Bewegung und Sport in ihr Leben zu bringen. Diese körperlichen Aktivitäten wollen wir im Sinne einer Anschubfinanzierung honorieren.“

SPORT PRO GESUNDHEIT ist heute eine feste Säule in der Gesundheitsversorgung der Bürger. Sportvereine leisten damit einen erheblichen Beitrag zur Finanzierbarkeit der sozialen Sicherungssysteme. Der gemeinwohlorientierte Sport ist der größte und einzige flächendeckende Anbieter in der Prävention für die Allgemeinheit in Nordrhein-Westfalen.

Das Qualitätssiegel ist ein Qualitätsversprechen. Kurse leiten können nur Personen mit einer speziellen Ausbildung. Sie verpflichten sich zur Teilnahme an Maßnahmen der Qualitätssicherung. Die Zufriedenheit der Teilnehmer an diesen Qualitätsangeboten ist extrem hoch. SPORT PRO GESUNDHEIT ist für alle Beteiligten ein Gewinn: Für den Kursteilnehmer, die Sportvereine und die Sozialversicherungen.

Text: Theo Düttmann



DAS VOTING:

SPORTLER DES JAHRES

1. Timo Boll
2. Martin Kaymer
3. Nicolas Limbach
4. Andrasch Starke
5. Max Hoff

SPORTLERIN DES JAHRES

1. Jennifer Oeser
2. Lena Schöneborn
3. Silke Spiegelburg
4. Juliane Schenk
5. Christine Wenzel

TEAM DES JAHRES

1. Deutscher Ruderachter
2. Brink / Reckermann
3. Feldhockey Nationalmannschaft
4. Borussia Düsseldorf
5. VfL Gummersbach

NEWCOMER DES JAHRES

1. Lena Mälkus
2. Nils Dresrüsse
3. Christian vom Lehn
4. Mieke Kröger
5. Steffen Bartscher

TRAINER DES JAHRES

1. Uwe Krupp
2. Ralf Holtmeyer
3. Karl-Heinz Düe
4. Vilmos Szabo
5. Sead Hasaneftendic

FUSSBALL-FELIX

1. Mario Götze
2. Jürgen Klopp
3. Lukas Podolski
4. Manuel Neuer
5. Marco Reus

FELIX-AWARDS VERLIEHEN

SPORTGALA 2011

FESTLICH GEHT ES ZU, WENN DER NRW-SPORT ZUR SPORTGALA LÄDT. DANN GIBT SICH PROMINENZ AUS WIRTSCHAFT, POLITIK, SPORT UND MEDIEN EIN STELL-DICH-EIN. EIN GESELLSCHAFTLICHES EREIGNIS. SO WAR ES AUCH AM 9. DEZEMBER IN DER MITSUBISHI ELECTRIC HALLE IN DÜSSELDORF. „MIT SPANNUNG HABEN WIR AUF DIESEN ABEND GEWARTET. HEUTE WOLLEN WIR DIE BESTEN SPORTLERINNEN UND SPORTLER UNSERES LANDES MIT DEM FELIX AUSZEICHNEN. DIE AUSWAHL WAR NICHT LEICHT ANGESICHTS DER VIELZAHL VON TOPSPORTLERN IN NRW“, SAGTE NRW-MINISTERPRÄSIDENTIN HANNELORE KRAFT IN IHRER VIDEOBOTSCHAFT AN DIE ÜBER 1.200 GÄSTE. LANDESSPORTBUND NRW HATTEN ZUR FEIER IN DIE LANDESHAUPTSTADT EINGELADEN.

And the Winners are: Tischtennis-As Timo Boll wurde bereits zum dritten Mal zum Sportler des Jahres gewählt. Er war leider wegen Krankheit verhindert und konnte den FELIX nicht persönlich entgegennehmen. NRW-Sportlerin 2011 wurde Siebenkämpferin Jennifer Oeser. Bei den Bildern über ihren Bronzemedallengewinn bekamen die Zuschauer noch in Düsseldorf eine Gänsehaut. Die Polizeimeisterin strahlte: „Gehofft habe ich schon auf diese Auszeichnung. Aber ich hatte starke Konkurrenz und so war es nicht sicher.“

Bei den Fußballern holte sich Mario Götze den Titel. Der Nachwuchsstar war mit seinem Trainer Jürgen Klopp gekommen.

Und damit war der Unterhaltungsteil des Abends bereits gerettet. „Für mich ist das alles sehr schnell gegangen, aber ich bleibe auf dem Boden. Über die Auszeichnung freue ich mich sehr“, sagte der 19-Jährige stolz. Und „Kloppo“: „Dortmund ist einfach die beste Adresse für Fußballtalente. Diesen Ruf haben wir uns erarbeitet.“ Sportministerin Ute Schäfer und LSB-Präsident Walter Schneeloch verliehen die FELIX-Awards, mit dem auch der Deutsche Ruderachter der Männer ausgezeichnet wurde. In einer Videobotschaft aus dem Trainingslager in Italien grüßten die Ruderer und versprochen, ihr Bestes bei den kommenden Olympischen Spielen.



LSB-Präsident Walter Schneeloch (3.v.r.), Ministerin Ute Schäfer (3.v.l.), BKK-Vorstandsmitglied Roland Wien (4.v.r.) und die Repräsentanten des Deutschland Achtens mit Laura Schwensen (Mitte)

zu geben. Leichtathletin Lena Malkus setzte sich in der Kategorie „Newcomer des Jahres“ durch. Eishockey-Coach Uwe Krupp und der Behindertensportler Holger Nikelis gehören ebenfalls zu den Ausgezeichneten.

„Alle Nominierten zeigen die Vielfalt und Qualität des Sportlandes Nordrhein-Westfalen. Die erfolgreichsten Sportlerinnen, Sportler, Teams und ihre Leistungen regen vor allem Kinder und Jugendliche zu sportlichen Aktivitäten an“, erklärte NRW Sportministerin Ute Schäfer.

Auch LSB-Präsident Walter Schneeloch ließ keinen Zweifel darüber aufkommen, dass sämtliche Nominierten zu den Spitzen des deutschen Sports gehören. „Eigentlich hätte jeder der Anwesenden einen FELIX-Award verdient“, sagte Schneeloch. „Wir stellen ein Viertel der deutschen Nationalmannschaften in den olympischen Disziplinen. Ich wünsche mir, dass dies auch bei den Olympischen Spielen im kommenden Jahr in London so sein wird.“ Insgesamt rund 80.000 sportbegeisterte Bürge-

rinnen und Bürger hatten sich an der Wahl beteiligt und mit ihrer Stimmabgabe im Internet und in den WestLotto-Annahmestellen ihren Favoritinnen und Favoriten zum Sieg verholfen.

80.000 BÜRGERINNEN UND BÜRGER STIMMTEN FÜR IHRE FAVORITEN

„Dass der Sport in Nordrhein-Westfalen einen großen Rückhalt hat, spiegelt sich auch in dieser großartigen Resonanz wieder“, so Ministerin Schäfer. Auch LSB-Präsident Schneeloch freute sich über die große Teilnahme: „Sport reißt mit und ich könnte mir vorstellen, dass viele Menschen das auch als Ansporn nehmen. Ich würde es mir jedenfalls wünschen.“

Die nächste Sportgala findet Ende 2012 in der Westfalenhalle in Dortmund statt. Die NRW-Sportfamilie freut sich bereits jetzt auf das Ereignis!

Text: Theo Düttmann und Gerhard Hauk, Fotos: Andrea Bowinkelmann



WestLotto-Chef Theo Goßner gratuliert Jennifer Oeser

PORTRÄT PHILIPP KNAPPEMEYER

„NAH DRAN AM SPORT“



„DAS PROGRAMM NRW BEWEGT SEINE KINDER!“ WIRD LANDESWEIT VON ÜBER 60 FACHKRÄFTEN REPRÄSENTIERT, DEREN STELLEN IN DIESEM JAHR NEU GESCHAFFEN WURDEN. BEIM KREISSPORTBUND MINDEN-LÜBBECKE (KSB-ML) KOORDINIERT SEIT DEM 1. OKTOBER PHILIPP KNAPPEMEYER DIE PROJEKTE DER SCHULEN UND VEREINE.

Seinen Arbeitsauftrag formuliert der 27-jährige Sportwissenschaftler ganz sachlich: Er möchte mit seinem Engagement ein Feuer entfachen, das möglichst viele von den Ideen des Programms **NRW bewegt seine KINDER!** überzeugen soll. Seine Vorgehensweise: Mitsreiter finden und motivieren! Elf Kommunen im Kreis Minden-Lübbecke von unterschiedlicher Größe und dadurch gänzlich verschiedene Rahmenbedingungen machen dieses Vorhaben nicht immer einfach. Aber der Außenverteidiger des Fußball-Landesligisten TuS Tengen hat klare Ziele.

Viel Fingerspitzengefühl

Das fängt bereits mit der eigenen Ausbildung an: „Ein Sportstudium macht nur Sinn, wenn du dir ein Profil zulegst“, sagt der Fußballer. Soll heißen: Bleib immer nah dran am Sport! Die Motivation zur Karriere im organisierten Sport kam schon 2003 während des Freiwilligen Sozialen Jahres im Sportamt der Stadt Lübbecke. Es folgten die Übungsleiterausstellung beim KSB-ML und ab 2005 das Diplomstudium in Wuppertal und Berlin, wo er u.a. Jugendmannschaften bei

Hertha BSC trainierte. Daneben gab er immer wieder Lehrgänge in der Heimat. Im Sportamt der Stadt Minden arbeitet er seit 2009 schließlich als Sachbearbeiter für Sportstätten und Sportförderung.

Dort hat er auch jetzt noch eine halbe Stelle. „Ich bin dankbar, dass ich die halbe Fachkraftstelle mit zwei Jahren Berufserfahrung antreten konnte“, resümiert Philipp die Erfahrungen aus den ersten beiden Monaten. „Die Vermittlung zwischen Schulen und Vereinen und den dazugehörigen Personen erfordert nämlich viel Fingerspitzengefühl!“

Der Schwerpunkt seiner Tätigkeit liegt aktuell auf der Evaluation: Welche Kooperationen, Angebote und Ansprechpartner gibt es? Erste Projekte sind eine Tischtennis-Kooperation in Lübbecke und eine Fortbildung für 40 Mini- und F-Jugendtrainer aus Fußballvereinen. Den Stadtsportverband Rahden unterstützt der KSB-ML zudem bei der inhaltlichen Ausgestaltung der Sportangebote für alle Grundschulen im Stadtgebiet. „Mein Wunsch ist, einen partnerschaftlichen Umgang mit den Ehrenamtlichen hinzubekommen und deren Arbeit durch mein Engagement zu unterstützen.“

Text: Peer-Boris Weichsel, Foto: Andrea Bowinkelmann

„Ich bin dankbar, dass ich die halbe Fachkraftstelle mit zwei Jahren Berufserfahrung antreten konnte.“
Philipp Knappmeyer



KINDER- UND JUGENDARBEIT IM SPORTVEREIN:

VORBILDLICHER JC 71 DÜSSELDORF

VORWEG GEHEN

DIE KINDER- UND JUGENDARBEIT IN UNSEREN SPORTVEREINEN WIRD IMMER KOMPLEXER. DIE VEREINE MÜSSEN SICH ZUKÜNFTIG AUF EINE DOPPELROLLE VORBEREITEN: AUF DER EINEN SEITE SIND DIE TRADITIONELLEN SPORTANGEBOTE ZU SICHERN, DIE HERANWACHSENDE IN BEWEGUNG BRINGEN. AUF DER ANDEREN SEITE GILT ES, AUF DIE DYNAMISCHE BILDUNGLANDSCHAFT ZU REAGIEREN. DAS BEDEUTET AUCH, OFFEN FÜR KOOPERATIONEN MIT SCHULEN UND KINDERTAGESSTÄTTEN ZU SEIN.



Lukas Krautmacher

FSJ'ler im JC 71

„Ich absolviere mein Freiwilliges Soziales Jahr im Sport, weil ich Kindern den Spaß am Judo im Verein vermitteln will. Gut, dass der JC 71 so großes Engagement zeigt!“



Ein Verein, der die anspruchsvollen Aufgaben vorbildlich angeht, ist der JC 71 Düsseldorf. Der Judoverein aus der Landeshauptstadt stellt die Kinder- und Jugendarbeit in den Mittelpunkt. Für sein Engagement wurde der JC 71 im Rahmen des RWE-Wettbewerbs „Bildungspartner Sportverein“ ausgezeichnet.

Rund 350 Jungen und Mädchen gehen auf die Matten des Klubs. „Wir setzen unser erfolgreiches Konzept seit fast zehn Jahren in unserem Trainingszentrum in Hilden um. Dank guter Kooperationen mit dem SSB, dem Sportamt und dem Sportinternat ‚athletica‘ bringt unser Engagement auch hier in Düsseldorf schon den gewünschten Erfolg“, erklärt Harald Neuhaus. Der 54-Jährige ist nicht nur der sportliche Leiter des Klubs, sondern selbst zweifacher deutscher Judo-Meister und frisch gebackener Träger des sechsten Dan.

Das Düsseldorfer Konzept fußt auf drei wesentlichen Säulen:

» **Erstens** ist die starke Verankerung von Kinder- und Jugendarbeit im Verein eine Grundvoraussetzung. „Sie ist in unserer Satzung festgeschrieben“, betont Neuhaus: „Da es auch kleinere Gruppen anderer Sportarten in unserem Verein gibt, gestalten wir die Kinder- und Jugendarbeit abteilungsübergreifend.“ Auch die Partizipation der Jugendlichen wird groß geschrieben. „Zum Beispiel präsentieren Jugendliche unseren Verein beim jährlichen ‚Japan-tag‘. Selbst organisierte Projekte runden die aktive Mitarbeit unseres Nachwuchses ab“, so Neuhaus.

» **Zweitens** spielt die Kooperation mit verschiedenen Bildungsträgern eine Hauptrolle: Der JC 71 vermittelt den Kindern eines anerkannten Bewe-



STICHWORT „MITGLIEDSCHAFTSMODELLE“

Zeitgemäße Vereinsangebote für Kinder und Jugendliche fordern auch das Vereinsmanagement heraus, zum Beispiel müssen mögliche Mitgliedschaftsmodelle im Rahmen von Kooperationsprojekten (z.B. Sportverein/Schule) geklärt werden.

Es sind zunächst zwei Formen zu unterscheiden:

» **der Sportverein realisiert sein Sportangebot in der Schule im Rahmen der Nachmittagsbetreuung**

» **im Verein laufen quasi zwei Veranstaltungen parallel: Training der Vereinsmitglieder und das Sport-Betreuungsangebot für Schüler**

Beide Formen verfolgen das gemeinsame Ziel, den Schülerinnen und Schülern Spaß am Sport zu vermitteln, sie auf den Verein aufmerksam zu machen und sie als Mitglieder zu gewinnen. Dabei sollten sowohl sportartübergreifende als auch sportartspezifische (Vereins-) Angebote realisiert werden.



Harald Neuhaus,
sportlicher Leiter

„Kinder sind – nicht nur im Sport – unsere Zukunft! Deshalb bedeutet uns die Arbeit mit dem Nachwuchs sehr viel.“

gungskindergartens den Spaß am Sport und bringt die Schülerinnen und Schüler an einer Grundschule, einer Realschule, vier Gymnasien und einem Berufskolleg in Bewegung. Dabei stoßen unterschiedliche „Mitgliedschaftsmodelle“ (siehe auch den Info-Kasten) auf positive Resonanz. „Wir haben mit den verschiedenen Betreuungsangeboten sehr gute Erfahrungen gemacht. Wenn man als Verein viel Engagement zeigt, dann ziehen die Schulen auch voll mit“, weiß Harald Neuhaus. Ein wichtiger Aspekt ist die Qualifizierung von engagierten Jugendlichen im Verein: Beim JC 71 sind derzeit 16 selbst ausgebildete Juniortrainer und Trainerassistenten im Einsatz. Das ist die Hälfte aller im JC 71 tätigen Trainer. Sie sind sowohl im Verein als auch bei den Kooperationspartnern (als „junge Multiplikatoren“) im Einsatz. Außerdem erstreckt sich die Qualifizierung auf außersportliche Berei-

che: Die Jugendlichen bringen sich kreativ bei der Gestaltung der Homepage und Klubzeitung ein.

» **Drittens** steht auch die leistungssportliche Nachwuchsförderung im Fokus: Kinder, die durch Kooperationen zum Judo gekommen sind, kommen mit Vorkenntnissen zum Vereinstraining und erhöhen das Niveau. Besonders begabte Talente genießen die Förderung in der so genannten Olympiagruppe. Die Bildung von Schulmannschaften, die bei „Jugend trainiert für Olympia“ teilnehmen, dient als weiterer Einstieg in den Wettkampfsport.

Text und Fotos: Rüdiger Zinsel



Niemanden mehr ausschließen. Jedem die Möglichkeiten bieten, die für seine individuellen Voraussetzungen geeignet sind. Und das nicht in separaten Zonen, sondern im alltäglichen Leben. Das ist die Idee der Inklusion. Vision einer besseren Welt? „Wenn behinderte Kinder bemerken, dass sie nicht das Gleiche können wie die nichtbehinderten, verlieren manche die Lust“, beschreibt Alfred Beyer eine Klippe bei Anfängern in den Sportangeboten seines Vereins. Dort treiben Behinderte und Nichtbehinderte gemeinsam Sport „Aber die meisten, die kommen, bleiben“, ist er stolz.

Alfred Beyer ist Vorsitzender des Vereins für Bewegungsförderung und Gesundheitssport (VBGS) e.V. in Mülheim an der Ruhr. Unter dem Motto „Integration und Inklusion leben!“ bietet der VBGS insbesondere Bewegungsspiele und Gymnastik sowie Schwimmtraining. Als „Verein für alle“ finden hier Nichtbehinderte ebenso ihren Platz wie Menschen mit geistigen oder körperlichen Handicaps, Benachteiligte mit Lernschwierigkeiten, Interessierte mit Migrationshintergrund oder sozial Schwache.

Es sind aber nicht nur die Sportangebote, die den VBGS außergewöhnlich machen. Die VBGS „Beratungs- und Begegnungsstätte“ ist barrierefrei ausgebaut, es gibt einen Fahrdienst, ein Internetcafe mit Spezialtastaturen, ein reges Freizeitangebot. „Inklusion ist für den VBGS gelebte Realität“, so Beyer. Inklusion bedeutet sinngemäß Einbeziehung und Zugehörigkeit. In einer inklusiven Gesellschaft

wird jeder in seiner Individualität akzeptiert und hat die Möglichkeit, in vollem Umfang am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Dabei muss nicht der Einzelne bestimmte Normen erfüllen, sondern die Gesellschaft erarbeitet die Rahmenbedingungen, in denen er sich mit seinen Besonderheiten einbringt. Was Selbstbestimmung fördert, aber auch Eigenverantwortung fordert.

Inklusion heißt Teilhabe

„Inklusion wird meist in Verbindung mit Menschen mit Behinderung diskutiert, doch geht das Verständnis weit über den Behindertenbegriff hinaus“, differenziert Dr. Volker Anneken vom Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport, Köln. Im Grunde geht es um die gleichberechtigte Teilhabe aller benachteiligten Gruppen am gesell-

”

Durch Sport ist eine Menge möglich, weil ja gerade der Sport das stark verbindende Element hat.

Dr. Volker Anneken

“



Die Vielfalt der Sportaktivitäten für Behinderte ist groß. Auch Fußball und Volleyball gehören dazu. Bei vielen Sportarten können Behinderte und Nichtbehinderte auch gemeinsam aktiv sein.



Weitere Informationen:
Landessportbund NRW
Martin.Wonik@lsb-nrw.de
Telefon 0203 7381-852

schaftlichen Leben. Inklusion ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Daher ist auch der organisierte Sport aufgerufen, im Sinne der am 29. März 2009 in Kraft getretenen UN Behindertenrechtskonvention zu handeln, um ‚Menschen mit Behinderungen die gleichberechtigte Teilnahme an Erholungs-, Freizeit- und Sportaktivitäten zu ermöglichen‘. Dies machen LSB-Präsident Walter Schneeloch und Reinhard



Schneider, der Vorsitzende des BSNW, im Vorwort dieser Ausgabe klar. Das heißt, dass neben behinderungsspezifischen Angeboten künftig auch die Angebote des lokalen Sportvereins offen stehen müssen. Das erfordert Umdenken.

Dr. Volker Anneken ist zuversichtlich: „Durch Sport ist eine Menge möglich, weil ja gerade der Sport das

stark verbindende Element hat.“ Aus seiner Arbeit mit Vereinen, die keinen Bezug zum Behindertensport haben, stellt er fest: „Ich treffe auf Offenheit, aber es gibt ein großes Bedürfnis nach Information.“ Bewusstsein zu schaffen sei aus seiner Sicht der nächste, zentrale Schritt auf dem Weg zu inklusiven Strukturen.

Der Sport kennt viele erfolgreiche integrative Modelle, die als Wegweiser dienen können. Das DJK Franz Sales Haus in Essen e.V. setzt seit Jahren den Gedanken des integrativen Sports konsequent um. Besonders hervorzuheben ist das von der Tischtennis-Abteilung entwickelte Turnier „MitMenschen“. Hier spielen u. a. in Doppelpaarungen je ein geistig behinderter Spieler und ein nicht behinderter Spieler gemeinsam. Der Tanzsportclub „Die Residenz Münster e.V.“ beheimatet Trainingsgruppen für Tänzerinnen und Tänzer mit und ohne Handicap. Ein Highlight werden die gemeinsamen Jugendlager von LSB und BSNW, die während der Olympischen Spiele und den Paralympics im nächsten Jahr stattfinden. Die Liste ließe sich fortsetzen, dennoch sind die Beispiele nur Schritte auf dem Weg zu umfassend anderen Strukturen, die unser Bewusstsein im Umgang miteinander verändern werden. Für eine bessere Welt!

Text: Michael Stephan, Fotos: Andrea Bowinkelmann

DAS BILDUNGSWERK:

ERFOLGSMODELL MIT ZUKUNFT

DAS BILDUNGSWERK (BLSB) DES LANDESSPORTBUNDES NRW IST DIE ERSTE STAATLICH ANERKANNTE WEITERBILDUNGSEINRICHTUNG DES SPORTS. IN IHREM ÜBER 35-JÄHRIGEN ENGAGEMENT HAT DIE INSTITUTION IMMER WIEDER MIT INNOVATIONSKRAFT ÜBERZEUGT. AUCH JETZT, IN EINER ZEIT, IN DER DER LSB SEINE QUALIFIZIERUNGSGARANTIE NEU STRUKTURIERT, BLICKT MAN OPTIMISTISCH NACH VORNE. DIES WURDE AUF DER 37. MITGLIEDERVERSAMMLUNG IN OLPE AM 19. NOVEMBER DEUTLICH.

„Das Bildungswerk ist ein Erfolgsmodell. Das Bildungswerk hat Zukunft.“ BLSB-Präsident Manfred Peppekus stellte zwei deutliche Ansagen ins Zentrum seiner Rede und betonte die Gestaltungskraft der Institution. Für die Zukunft des Bildungswerkes spräche ihr gutes Fundament. So sei Bildung ein Megathema in der Gesellschaft und die Angebote des Bildungswerkes seien uneingeschränkt positiv besetzt. „Die Menschen kommen gerne zu uns“, hob Peppekus hervor.



Das Präsidium des Bildungswerkes (v.l.): Stefan Klett, Silke Stockmeier, Klaus Lang, Mona Küppers, Wolfgang Jost, Manfred Peppekus und Bert Gerken

Zum guten Fundament gehöre zudem die Zusage von LSB-Präsident Walter Schneeloch, so Peppekus. Dieser habe sich auch in Zeiten struktureller Veränderungen eindeutig zum Bildungswerk bekannt. Der LSB werde weiterhin einen Zuschuss zu dessen Ar-

beit leisten und das Bildungswerk in die künftige Entwicklung der Qualifizierungsarbeit mit einbeziehen.

Das Bildungswerk ist am Puls der Zeit, die enge Verzahnung mit den Außenstellen, eine motivierte Mitarbeiterschaft, gesunde Finanzen: Die Stärken der Institution liegen auf der Hand. Ein Meilenstein wurde 2009 gesetzt, als das Bildungswerk als erste Sportorganisation von der Deutschen Gesellschaft für Qualität das Zertifikat „Comitted to Excellence“ erhielt. Doch auf den Lorbeeren ausruhen möchte man sich nicht. „Recognised for Excellence“, die nächst höhere Qualitätsstufe steht auf der Agenda. „Wir sind sicher, auch diese Hürde zu nehmen“, betonte der BLSB-Präsident.

„WERDEN DIE HÜRDE NEHMEN“

Und noch ein Meilenstein wird gesetzt. Ein neues Marketing- und Kommunikationskonzept wird umgesetzt. Mona Küppers, das zuständige BLSB-Vorstandsmitglied, definierte: „Beim Marketing geht es um die konsequente Ausrichtung des Unternehmens Bildungswerk auf die Bedürfnisse des Marktes.“ Und Manfred Peppekus machte klar: „Die Erkennbarkeit des Wesentlichen, das uns ausmacht, ist eine Basis für den weiteren Erfolg.“ Für diesen werden sich die Bildungswerker ins Zeug legen, daran besteht kein Zweifel.

Text: Michael Stephan, Foto: Andrea Bowinkelmann

ONLINE-PORTAL FÜR SPORTVEREINE

VEREINSMANAGEMENT 2.0

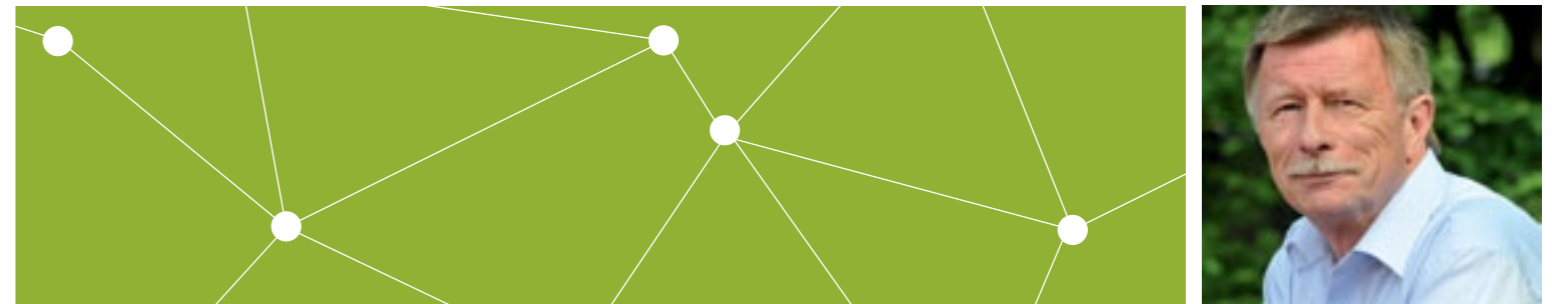
Ein Sportverein lässt sich längst nicht mehr nebenbei leiten. Profundes Know How in Steuer- und Vereinsrecht, Fundraising, Marketing und Mitarbeiterführung und vieles mehr sind gefragt. Wie hilfreich es für Ehrenamtler doch wäre, einen Ansprechpartner zu haben, der zu diesen Themen stets auf dem Laufenden ist, anschaulich erklärt, immer und von überall aus erreichbar ist und noch nicht einmal Geld verlangt. Gibt's nicht? Gibt's wohl: Vibss.de ist sein Name, oder in Langform „Vereins-, Informations-, Beratungs- und Schulungssystem“ des Landessportbundes NRW.

Seit mehr als zehn Jahren informiert der LSB auf diesem Internetportal täglich Tausende aus dem organisierten Sport. Anlässlich des kleinen Jubiläums sprach die „Wir im Sport“ mit Manfred Peppekus, LSB-Vizepräsident „Bildung“. Peppekus beantwortet die wichtigsten Fragen zum Angebot.

WAS NICHTS KOSTET, TAUGT NICHTS, HEISST ES. AUF VIBSS.DE KÖNNEN SICH VEREINE GRATIS ÜBER VERSCHIEDENSTE THEMEN DES VEREINSMANAGEMENTS INFORMIEREN. WIE STEHT'S DENN UM QUALITÄT UND QUANTITÄT DER SEITENINHALTE? Wir haben rund 2.000 Artikel im System und versuchen, alle relevanten Bereiche des Vereinsmanagements abzudecken. Unsere Stärken sind Aktualität, Vielfalt und Relevanz. Wir bemühen uns, mit unseren Themen sehr schnell zu sein. Wo bei manche Gebiete wie Vereinsrecht und Marketing recht statisch sind, während sich bei Finanzen und Steuern fast wöchentlich etwas ändert.

SCHNELL SEIN IST DAS EINE. GUT RECHERCHIERT UND RECHTLICH BELASTBARE INFOS ZU BIETEN, DAS ANDERE. Als wir unseren Content 2010 technisch neu aufgesetzt haben, wurde jeder Beitrag lektoriert, aktualisiert und verbessert. Darüber hinaus haben wir einen Autorenpool mit Experten aus den einzelnen Fachgruppen des LSB. Die Autoren haben Detailkenntnis in den verschiedenen Bereichen und liefern uns Fachtexte zu Steuern, Vereinsrecht, Finanzbuchhaltung und anderen Themen. Die jeweiligen Fachreferenten, also die Leiter der Fachgruppen, geben die Texte sachlich frei, bevor sie in die Redaktion kommen.

DIE DANN EINEN LAIEN IM REGEN STEHEN LASSEN, WEIL SIE IN BESTEM JURISTENDEUTSCH VERFASST SIND? Grundsätzlich haben wir ein modulares System. Das heißt, wir bieten alles, vom sehr leicht gehaltenen Grundlagenbeitrag bis zum Text, der sich an Leser mit Vorwissen richtet. Die



Artikel – wo nötig – so aufzubereiten, dass sie jeder verstehen kann, ist die Herausforderung für die Online-Redakteure von VIBSS. Wir wollen, dass die Infos stimmen – aber natürlich auch, dass sie gelesen werden. Was Form und Inhalt betrifft, haben wir daher mindestens ein Vier-Augen-Prinzip. Natürlich sind komplexe Themen nicht immer ohne Weiteres allgemeinverständlich darstellbar, das ist manchmal ein schwieriges Geschäft. Wir arbeiten aber ständig daran, uns zu verbessern und sind für Kritik und Anregungen unserer User dankbar.

NUN IST DAS INTERNET KEIN REINES TEXTMEDIUM. VOR ALLEM ANGESICHTS IMMER SCHNELLERER WEB-VERBINDUNGEN UND DER STEIGENDEN VERBREITUNG VON SMARTPHONES SIND MULTIMEDIALE INHALTE INZWISCHEN PFLICHT. WIE SIEHT ES BEI VIBSS.DE AUS? Wir haben schon jetzt sehr viele Inhalte – und wollen künftig noch stärker mit ihnen jonglieren. Seit einiger Zeit widmen wir uns über das Vereinsmanagement hinaus dem Bereich Vereinspraxis. Die Übungsleiter bedienen wir mit den Stundenentwürfen „Praktisch für die Praxis“ und nutzen dafür multimediale Möglichkeiten wie Erklärvideos und Download-PDF. Komplizierte Übungen können mit Text und Skizzen allein

nie so gut vermittelt werden wie in einem Video. Außerdem bieten wir sogenannte Webinare. Dabei spricht ein Referent aus einem virtuellen Klassenzimmer zu den Teilnehmern, die das am heimischen Rechner über das Netz verfolgen. Derzeit bieten wir einmal im Monat ein Webinar zum Vereinsmanagement an, bald auch zu Praxisthemen.

WAS KOMMT NOCH? Wir werden kurzfristig sicher die Brücke zu sozialen Netzen wie Facebook schlagen und wollen versuchen, eine Vibss-Community aufzubauen. Außerdem planen wir eine Smartphone-App, mit der sich Übungsleiter unsere Praxisvorlagen in die Halle mitnehmen können.

Interview: Axel von Schemm, Foto: Andrea Bowinkelmann

Gefördert durch:



SERVICECENTER DES LANDESPORTBUNDES NRW

Weitere Informationen:
WWW.VIBSS.DE

Servicenummer:
0203 7381-777

NAHRUNGSERGÄNZUNGS- MITTEL UND SPORT



**SPORTKLINIK
HELLERSEN**

SPORTLERINNEN UND SPORTLER MEINEN, ODER WERDEN DURCH DIE WERBUNG VERFÜHRT ZU GLAUBEN, DASS NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL FÜR STARKE LEISTUNGEN UNERLÄSSLICH SEIEN. DOCH STIMMT DAS? DR. ERNST JAKOB, CHEFARZT DER ABTEILUNG SPORTMEDIZIN DER SPORTKLINIK HELLERSEN, WEISS ANTWORT.

Zu Nahrungsergänzungsmitteln zählen sekundäre Nährstoffe als antioxidative Substanzen oder Schutzstoffe wie Caratinoide, Sulfide oder Polyphenole. Sie sollen positiv auf das Immunsystem wirken und antientzündliche Eigenschaften besitzen. Diese Schutzstoffe kommen in Gemüse und Obst vor. Der gesundheitliche Nutzen scheint in epidemiologischen Studien nachgewiesen. Nicht bekannt ist ein positiver Effekt auf die sportliche Leistungsfähigkeit.

Eine Erklärung für eine verbesserte sportliche Belastbarkeit durch antioxidative Substanzen (Vitamin C, E, Carotin u.a.) könnte eine mögliche Wirkung auf den bei körperlicher Aktivität entstehenden oxidativen Stress sein. Die auftretenden freien Radikale schädigen biologische Strukturen, z.B. die Muskelzelle. Dadurch wird die Leistungsfähigkeit reduziert oder bei wiederholten Belastungen vorzeitige Ermüdung provoziert. Wissenschaftlich gesichert ist dieser Effekt nicht.

Trotz eines erhöhten Energieumsatzes bei regelmäßigem Sport kann der Vitaminbedarf durch eine ausgewogene Ernährung ausgeglichen werden. Möglicherweise trifft dies bei notwendiger hochkalorischer Energieaufnahme im Profisport (Radsport,

Triathlon, Marathonlauf, >6000 Kcal/Tag) nicht mehr zu. Denn neben der großen Menge an Energieträgern (Kartoffeln, Nudeln, Fleisch, Fisch) können natürliche Nahrungsergänzungsmittel (Obst, Gemüse, Salate) nur noch in kleineren Portionen gegessen werden.

AUSGEWOGENE NAHRUNG REICHT MEISTENS

Müdigkeit, Unlust, vorzeitige Erschöpfung, Appetitlosigkeit beim regelmäßig trainierenden Sportler sind selten auf einen Vitaminmangel zurückzuführen, vielmehr sind sie Ausdruck einer hohen Trainingsbelastung, vielleicht durch Überforderung. Die richtige Reaktion wäre also eine Trainingsreduktion. Wert gelegt werden sollte auf eine ausgewogene Ernährung, nicht auf die Zufuhr von Nahrungsergänzungsmitteln in Form käuflicher Zusatzpräparate. Diese sind in knapp 15 Prozent der Fälle sogar mit dopingrelevanten Substanzen verunreinigt. Sinnvollerweise sollten aber diese weiter oben erwähnten Zustände auch durch einen Sportmediziner abgeklärt werden.

SPÖZ

NRW-SPORT-TALENTE:
Ben Leuwer, 19 Jahre
Sportart: Reiten
Größte Erfolge:
2006: Pony EM Mannschaftsgold / DM 4. Platz
2007: Pony EM Mannschaftsilber / DM 1. Platz
2008: Pony EM Mannschaftsgold / DM 4. Platz
2010: EM Junioren Mannschaftsgold / Preis der Besten 3. Platz
Verein: RJC Rodderberg



JUGENDTAG

INTERVIEW RAINER RUTH

SPORTJUGEND
LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN





RAINER RUTH FÜHRT SPORTJUGEND NRW

ES WAR EIN SPANNENDER JUGENDTAG – VIELLEICHT DER SPANNENDSTE IN DER GESCHICHTE DER SPORTJUGEND NRW. DENN MIT RAINER RUTH UND SABINE NELLEN GAB ES ZUM ERSTEN MAL ZWEI BEWERBER UM DEN VORSITZ DER SPORTJUGEND NRW. MIT ENGAGIERTEN REDEN VERSUCHTEN RUTH UND NELLEN DIE DELEGIERTEN VON SICH ZU ÜBERZEUGEN. LETZTLICH SETZTE SICH RAINER RUTH AUS ESSEN DURCH.

Der 56-jährige Sportlehrer versteht sich als Lobbyist der Kinder- und Jugendarbeit und hob die Eigenständigkeit der Sportjugend NRW hervor. Er wurde am 24. November in Mülheim/Ruhr mit deutlicher Mehrheit gewählt. Ruth wird sein Amt nach der Mitgliederversammlung des Landessportbundes NRW Ende Januar 2012 antreten. Bis dahin bleibt der jetzige Vorstand der Sportjugend mit Sabine Nellen als kommissarische Vorsitzende im Amt. Rainer Ruth ist Vizepräsident des Westdeutschen Tischtennis-Verbandes und Schulleiter der Hauptschule „Hans Tilkowski“ in Herne. Ruth war u. a. Vorsitzender der Sportjugend Essen und ist Mitglied in der Kommission Lehrpläne Sport. In den Jugendausschuss der Sportjugend NRW wurden mit Kornelia Wolfertz (Solingen, untere Reihe 1.v.l.) als stellvertretende Vorsitzende sowie Daniel Skakavac (Bielefeld, obere Reihe l.), Lisa Druba (Hagen, 2.v.l.), Katrin Gehlich (Herzogenrath, 1.v.r.) und Isabelle

Schulte (Borken, 2.v.r.) fünf junge Leute unter 27 Jahren gewählt. Cedric van Beek (Essen, oben r.) wird bei der Sportjugend für Finanzen zuständig sein.

VERJÜNGTER VORSTAND

Daniel Skakavac und Lisa Druba verantworten in Zukunft die Kinder- und Jugendverbandsarbeit, Katrin Gehlich und Isabelle Schulte die Kinder- und Jugendsportentwicklung. „Der Vorstand der Sportjugend NRW ist sehr verjüngt. Das ist ein positives Beispiel und Signal für alle Jugendorganisationen des Sports in NRW. Wir kommen damit unserer neuen Jugendordnung nach, die ebenfalls auf dem Jugendtag verabschiedet wurde. In der neuen Ordnung wird besonderer Wert auf die Beteiligung von jungen Menschen im Jugendausschuss und den



Auf dem Jugendtag wurde u.a. eine neue Satzung der Sportjugend NRW verabschiedet

Kommissionen gelegt“, so Rainer Ruth. LSB-Präsident Walter Schneeloch stellte in seinem Grußwort fest, dass sich die Sportjugend NRW mit Ihrem Organisationsentwicklungsprozess auf der Zielgeraden befinde. „Mit Ihren Beschlüssen werden Sie neue, grundlegende Weichenstellungen für die Gestaltung des organisierten Jugendsports einleiten. Dies ist ein wegweisender Schritt, auf den Sie alle stolz sein können! Sie signalisieren Ihren Partnern, dass Sie nach vorne gehen und Ihre gesteckten Ziele umsetzen“, so Schneeloch.

EHRUNGEN

Auf dem Jugendtag wurde Dirk Mays, ehemaliger Vorsitzender der Sportjugend NRW, der Ehrenamtspreis der SJ NRW verliehen. Moritz Belmann, u. a. Jugendsprecher des NRW Judoverbandes, hielt die Laudatio: „Dirk Mays hat die Arbeit der Sportjugend NRW geprägt. Er hat immer großes Vertrauen in den Nachwuchs gehabt, ihn unterstützt und gefördert.“ Der Vorsitzende der Deutschen Sportjugend, Ingo Weiss, hielt eine Lobrede auf Elke Struwe, der die Ehrengabe der Deutschen Sportjugend für ihr ehrenamtliches Engagement verliehen wurde. Elke Struwe ist bis zum Ende der Amtsperiode stellvertretende

Vorsitzende der Sportjugend NRW und leitet dort das Ressort Kinder- und Jugendpolitik. Weiss: „Sie kämpft für die Sache und das ist überaus wichtig. Diesen Einsatz brauchen wir im Sport.“ Ein positives Resümee zog der frischgebackene Sportjugend-Vorsitzende Rainer Ruth (siehe auch Interview nächste Seite)



Bild links: Sabine Nellen und Moritz Belmann gratulieren Dirk Mays (v.l.)
Bild rechts: Ingo Weiss und Sabine Nellen ehren Elke Struwe

zum Abschluss des Jugendtags: „Die Sportjugend NRW befindet sich im Umbruch. Die Weichen sind gestellt und wir werden konsequent die Stärkung der Kinder und Jugendlichen in unserem Land vorantreiben.“

Text: Theo Düttmann, Fotos: Andrea Bowinkelmann

„DYNAMISCHER JUGENDVERBAND“

RAINER RUTH IST NEUER VORSITZENDER DER SPORTJUGEND NRW. „WIR IM SPORT“ BEFRAGTE IHN ZU SEINEM FÜHRUNGSVERSTÄNDNIS IM NEUEN JUGENDAUSSCHUSS SOWIE ZU AUFGABEN UND PERSPEKTIVEN DER SPORTJUGEND NRW.



ERST EINMAL HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH ZUR WAHL. ZUM ERSTEN MAL GAB ES MIT SABINE NELLEN UND IHREN ZWEI KANDIDATEN. DAS HAT SICHER EINIGE NERVEN GEKOSTET. Es war ein spannender Abend. In der Bewertung möchte ich eines hervorheben: Die Partizipation junger Menschen bei demokratischen Prozessen ist sehr wichtig. Insofern war der Jugendtag ein wunderbares Lernfeld. Es war gelebte Demokratie! Und von Politikverdrossenheit kann bei uns keine Rede sein. Im Gegenteil!

DER JUGENDAUSSCHUSS BESTEHT BIS AUF SIE UND DEN FÜR FINANZEN ZUSTÄNDIGEN CEDRIC VAN BEEK AUS JUNGEN MENSCHEN, DIE NOCH ALLE UNTER 30 JAHRE ALT SIND. Darüber bin ich sehr froh. Aber es ist nicht so, dass die Ausschussmitglieder keine Erfahrungen mitbringen würden. Im Gegenteil, alle haben sich bereits über Jahre in der ehrenamtlichen Arbeit in Vereinen, Verbänden und Bündeln Meriten erworben. Kornelia Wolfertz beispielsweise ist schon vier Jahre stellvertretende Vorsitzende der Sportjugend NRW. Kurzum: wir haben ein sehr schlagkräftiges, junges und motiviertes Team. Und so soll es auch sein: Die Sportjugend NRW soll in angemessenem Umfang von jungen Menschen repräsentiert werden – so steht es ja auch in der Präambel unserer neuen Jugendordnung.

WIE VERSTEHEN SIE SICH IN DIESEM JUGENDAUSSCHUSS? Als Moderator, Coach und Unterstützer der Jüngeren. Ich möchte meine Erfahrung und mein Wissen einbringen. Wir wollen

gemeinsam die Sportjugend NRW voranbringen im Dienste unserer Mitgliedsorganisationen. Wichtig ist mir die Eigenständigkeit der Sportjugend. Da sind Erfahrung, Kontinuität, Kreativität und auch viel jugendliche Frische und Dynamik gefragt.

WAS SIND DIE WICHTIGSTEN ECKPUNKTE DER NÄCHSTEN LEGISLATURPERIODE? Wir stehen vor großen gesellschaftlichen Herausforderungen, die sich natürlich auch in der Arbeit der Sportjugend NRW widerspiegeln werden. Ausdruck davon ist natürlich das Programm **NRW bewegt seine KINDER!**. Hier kommt sehr viel Arbeit auf uns zu. Ein anderes Stichwort ist z. B. die demografische Entwicklung mit dem Rückgang der Zahlen bei Kindern und Jugendlichen sowie der Zunahme von Jugendlichen mit Migrationshintergrund. Die Frage ist hier: Wie binden wir diese jungen Menschen an die Sportvereine?

NACH DER LSB-MITGLIEDERVERSAMMLUNG WERDEN SIE AUTOMATISCH ALS VORSITZENDER DER SPORTJUGEND NRW IM LSB-PRÄSIDIUM SEIN. WELCHE AKZENTE SIND IHNEN IN DIESER FUNKTION WICHTIG? Bei allen Entscheidungsfindungen müssen die Interessen der Kinder und Jugendlichen immer mitgedacht werden. Dafür werde ich auch im LSB-Präsidium stehen.

Interview: Theo Düttmann, Foto: Andrea Bowinkelmann

WERDEN SIE ABONNENT

Bestellen Sie jetzt die „Wir im Sport“ für Ihre Vereinsmitarbeiterinnen und -mitarbeiter. Oder abonnieren Sie die Zeitschrift selbst. Zehn Ausgaben: Zehnmal jährlich druckfrische Infos für Ihre Vereinsarbeit für nur 1,50 Euro pro Ausgabe!

Die „Wir im Sport“ erhalten Sie im Abonnement nur noch per Lastschriftverfahren!



Ja, ich bestelle „Wir im Sport“ ab der nächst erreichbaren Ausgabe im Jahresabonnement für 15 Euro. Das Abonnement kann zum Ablauf des Jahres gekündigt werden.

Sie können die Abo-Bestellung auch unter www.lsb-nrw.de/lsb-nrw/aktuelles/lsb-zeitung/wir-im-sport-abo/ vornehmen.

NAME, VORNAME*

VEREIN

STRASSE/NR.

PLZ/ORT

TELEFON

E-MAIL

ANZAHL DER ABO'S

„Wir im Sport“ zahle ich bequem bargeldlos per Bankeinzug (jährlich).

KONTO-NR.

BLZ

GELDINSTITUT

DATUM/UNTERSCHRIFT

* Bei Bestellungen im Namen des Vereins muss der Vertretungsbeauftragte nach §26 BGB unterschreiben

Bitte senden Sie diesen Abschnitt an:
L. N. Schaffrath NeueMedien – Abonnentenbetreuung „Wir im Sport“
 Postfach 14 52, 47594 Geldern
 per Fax: 02831 925-610

IMPRESSUM

HERAUSGEBER
Landessportbund Nordrhein-Westfalen e. V.

Hausadresse:
Friedrich-Alfred-Straße 25, 47055 Duisburg

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

REDAKTION
Dr. Christoph Niessen (V.i.S.d.P.)
Joachim Lehmann (Leitung),
Andrea Bowinkelmann (Foto), Theo Düttmann
(geschäftsführender Redakteur), Stefan Formella,
Gerhard Hauk, Ludwig Heudtlaß, Petra Zimmermann
(Redaktionsassistentin)

Titelfoto, Spoz-Titelfoto und Editorialfoto
Andrea Bowinkelmann

LSB-Fotos
Andrea Bowinkelmann (1), Theo Düttmann,
Stefan Formella, Gerhard Hauk

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

ABONNEMENT
jährlich 15 EUR für 10 Ausgaben

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

Bestellung per Internet:
www.lsb-nrw.de/lsb-nrw/aktuelles/lsb-zeitung

GESTALTUNG
Entwurfswerk*, Düsseldorf
www.entwurfswerk.de

DRUCK
Druckerei L. N. Schaffrath, Geldern

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

Ansprechpartner
Jörn Bickert, bickert@luxx-medien.de

Redaktionsschluss 15.01.2012
Anzeigenschluss 15.01.2012

ISSN: 1611-3640

Schicken Sie Ihre Mitglieder ruhig auf die Straße.



MACHT STARK.



**Die ARAG Kfz-Zusatzversicherung
mit Rechtsschutz.**

Umfassender Unfallschutz für alle zu
Vereinszwecken genutzten privaten PKW.

**Infos unter www.ARAG-Sport.de
oder (0 23 51) 94 75 40**