

S P O R T

05
2023

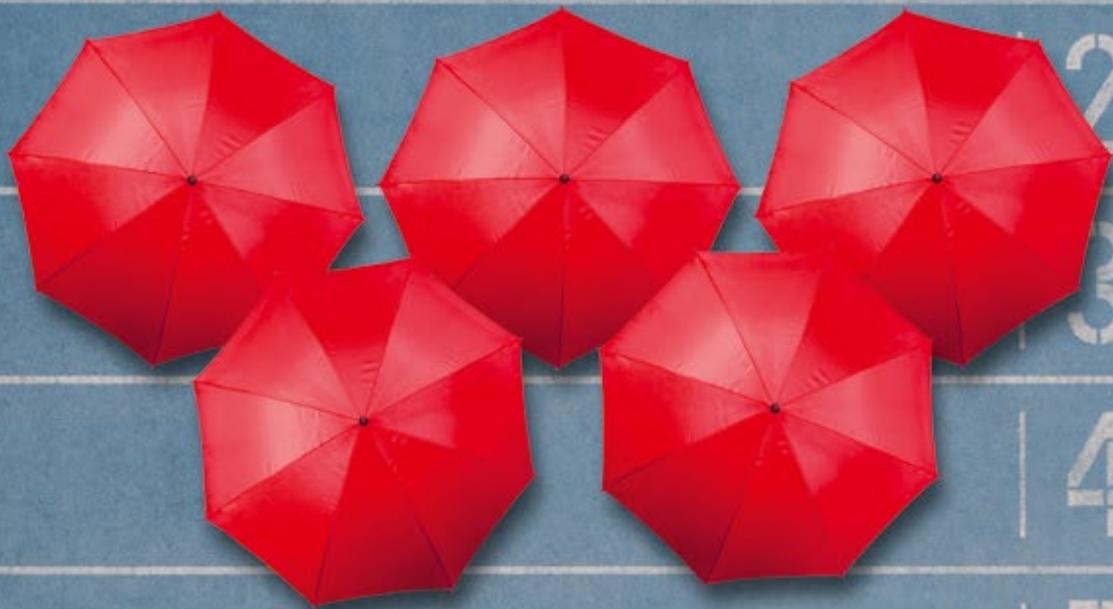
B E R L I N

TRENDSPORT

Was „in“ ist und wie er
Vereine bereichert

→ Seiten 8 – 22





FEUERSOZIETÄT
BERLIN BRANDENBURG

VERSICHERUNGEN SEIT 1718

Unser Schutzschirm für Ihre sportlichen Erfolge

Wir sind da, wo Sie sich zu Hause fühlen. Und überall dort am Start,
wo Berliner und Brandenburger sportlich unterwegs sind.
Denn beruhigender Schutz ist Gold wert. Seit 300 Jahren. Und in Zukunft.



Tolle Erfolge für das Berliner Kanu-Team bei der WM in Duisburg: Tim Hecker vom SC Berlin-Grünau wurde Weltmeister im Zweier-Canadier über 500 Meter – gemeinsam mit Peter Kretschmer aus Leipzig. Lena Röhlings (SC Berlin-Grünau) gewann Gold im Kajak-Mixed-Rennen über 500 Meter – mit Jacob Schopf aus Potsdam. Lisa Jahn (Müggelheimer SC) fuhr im Vierer auf den Silberrang. Felicia Laberer (SC Berlin-Grünau) holte sich im Parakanu Bronze.

„Ich trainiere“



**Alexander Finger,
U23-Weltmeister 2023 im
Doppelvierer, Berliner
Ruder-Club:**

„... hart, um mal bei Olympischen Spielen an den Start gehen zu können. Vielleicht in fünf Jahren in Los Angeles, das ist mein großer Traum. Dafür trainiere ich täglich drei bis vier Stunden und steige dafür mindestens sechsmal in der Woche ins Ruderboot, damit mein großer Traum wahr wird.“
(siehe auch Seite 26/27:
„Mein Traum von Olympia“)



**Anne Pöhl, Lehrerin
an der Ellef-Ringnes-
Grundschule in
Berlin-Heiligensee**

„... mit meinen Schülerinnen und Schülern für die Bundesjugendspiele, damit sie ihre bestmöglichen Leistungen zeigen können, auf sich stolz sind und merken: Übung macht den Meister.“

(siehe auch Seite 32/33)



**Vida Shahamivand,
34 Jahre, aus dem Iran,
Wassersportclub
Blau-Weiß Tegel e.V.,
Absolventin der
DOSB-Übungsleiter*in-C- und B-Lizenz
sowie der Schwimmtrainer*in-Ausbildung
beim LSB mit dem
Berliner Schwimm-
Verband:**

„... für meine Gesundheit und weil es mir wirklich guttut, weil ich immer fit bleiben möchte und weil es mir richtig viel Spaß macht.“



34.500 Fans feiern beim ISTAF im Berliner Olympiastadion die Leichtathletik – und sehen zahlreiche sportliche Highlights. Die äthiopische Ausnahme-Athletin Letesenbet Gidey schrammt haarscharf am Weltrekord vorbei und stellt einen neuen 5000-Meter-Meetingrekord (14:08,79 Minuten) auf, Diskus-Olympiasiegerin Valarie Allman (Foto) wirft zum dritten Mal beim ISTAF über 70 Meter (70,47 Meter) – Weltjahresbestleistung. Und die glänzend aufgelegten deutschen Starter*innen jubeln über zahlreiche persönliche Bestleistungen und drei deutsche Jahresbestleistungen.
www.istaf.de



Die Wasserspringerinnen Lena Hentschel (z.v.r.) und Christina Wassen vom Berliner TSC erkämpften im Teamwettbewerb bei der WM in Fukuoka/Japan gemeinsam mit Timo Barthel und Moritz Wesemann aus Halle/Saale die Bronzemedaille. Den Sieg sicherte sich China vor Mexiko.



Die Berlinerinnen Linnea Weidemann (Foto) vom Berliner Hockey-Club und Charlotte Stapenhorst von den Zehlendorfer Wespen haben mit der deutschen Hockey-Nationalmannschaft Bronze bei der Europameisterschaft in Mönchengladbach gewonnen.

EDITORIAL



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

vielleicht wird in diesen Tagen irgendwo in dieser Stadt ein neuer Trend geboren, eine Spielform etwa oder gleich eine ganze Sportart, etwas ganz Neues oder eine geniale Verbindung aus zwei bestehenden Elementen. Denn auch im Sport ist Berlin eine vitale Stadt, die ständig neue Ideen hervorbringt. Das liegt wie in der Kultur nicht zuletzt an der Ungezwungenheit Berlins, an einem besonderen urbanen Freiheitsgefühl, das auch die Bewegungskultur befördert.

In einigen Parks zum Beispiel bietet sich gerade an wärmeren Tagen ein unglaublich lebendiges und kreatives Bild von Menschen, die ganz vielfältigen Sportarten und Bewegungsspielen nachgehen. Es geht um Neugier, ums Kennenlernen

eines Trends und auch von sich selbst. Berlin zeigt immer wieder, dass es einerseits eine Stadt der Traditionen ist und andererseits ein Labor.

Manche Bewegungstrends bleiben unorganisiert, spontan, informell. Gleichzeitig ist es spannend zu sehen, dass sich auch Trends aus der Jugendkultur in unseren Vereinen wiederfinden, ob das Ultimate Frisbee ist, Crossminton oder Jigger. Was das aussagt? Auf jeden Fall, dass unsere Vereine offen sind für Neues – und erstaunlich attraktiv. Denn die Vereine bieten einen Entwicklungsraum für Trends. Hier können sich Menschen mit einem gemeinsamen Ziel zusammentun und finden eine Basis, um aus dem Trend mehr zu machen. Dabei kann die kostenfreie Nutzung einer Sporthalle helfen, die Förderung von Übungsleitenden und Sportmaterial, der Versicherungsschutz und auch die Tatsache, dass Vereine Orte der Bildung und Weiterbildung sind.

Und manche reizt es auch, sich in ihrer Sportart immer weiter zu verbessern, sich zu messen mit anderen, ob in derselben Stadt oder auch einmal auf nationaler und internationaler Ebene bei organisierten Wettbewerben und Meisterschaften. So finden auch immer wieder Trendsportarten den Weg zu den Olympischen und Paralympischen Spielen wie zuletzt Skateboard oder im nächsten Jahr in Paris Breaking. Trends halten beweglich – auch die olympische Bewegung.

Thomas Härtel, LSB-Präsident



8

*Über Trendsport-
von A wie
Aqua-Fitness
bis Z wie Zumba
und noch mehr*



3	Aufwärmen	26	„Mein Traum von Olympia“ – „Deine Ideen, Deine Spiele“	40	50 Jahre Eliteschule im Olympiapark – Poelchau-Schule „Hut ab vor den Lehrkräften“
4	Editorial	28	Berliner Sportstätten Serie: In dieser Ausgabe geht es um das Horst-Korber-Sportzentrum	43	In Feierlaune 125 Jahre TuS Makkabi e. V.
6	Start Neue Zusammenarbeit von BERLIN HAT TALENT und Humboldt-Uni, Bilanz der Schwimm-Intensivkurse, 25 Jahre SportJugendClub Buchholz, Integration durch Sport, Amateursportpreis, Ansprechstelle Safe Sport	30	Agenda Verein PingpongParkinson – Tischtennis für Betroffene	44	Agenda Antisemitismus im Sport heute/ Sportgeschichte(n)
8	Titelthema Trendsport: Wie entwickelt sich Trendsport? Was haben Vereine davon? Trendsport in Berlin von A bis Z; Quiz	32	Agenda Bundesjugendspiele – Interview über Veränderungen	45	Agenda Was der Verein Seglerhaus am Wannsee mit dem Vereinsinvestitionsprogramm modernisiert
25	5 Fragen an... Dr. Catrin Gocksch, Bezirksstadträtin in Lichtenberg	35	Sportquartett Am Puls der Zeit – die kleinsten Vereine, die direkte LSB-Mitglieder wurden	46	Auslaufen
		37	Talent & Trainer Turner Luis Lenhart und Steffen Jahn	46	Impressum



BERLIN HAT TALENT UND HUMBOLDT-UNIVERSITÄT STELLEN NEUE ZUSAMMENARBEIT VOR

Institut für Sportwissenschaft der HU übernimmt wissenschaftliche Begleitung der Bewegungsinitiative für Schüler*innen

LSB, Senat und Humboldt-Universität (HU) wollen im Rahmen von BERLIN HAT TALENT wissenschaftlich noch enger zusammenarbeiten: Das Institut für Sportwissenschaft der HU hat die wissenschaftliche Begleitung des Programms unter Leitung des anerkannten Sportmediziners, Univ.-Prof. Dr. med. Bernd Wolfarth, übernommen. Mit dem Programm BERLIN HAT TALENT existiert seit 2011 eine Initiative zur nachhaltigen Bewegungsförderung von Berliner Grundschulkindern. Am Anfang werden die motorischen Fähigkeiten der Kinder in den dritten Klassen mit dem Deutschen Motorik-Test ermittelt. Der Test wird von der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie koordiniert. Auf der Grundlage der Ergebnisse erhalten die Schüler*innen zielgerichtete Bewegungsempfehlungen und Zugänge zu konkreten Sportangeboten durch den LSB. Dazu zählen Gutscheine für Probetrainings, Teilnahme an Talenttagen oder Bewegungsfördergruppen und spezielle Angebote für Kinder mit Behinderungen, z. B. ParaTalentTage oder inklusive Sportfeste.

Ab dem Schuljahr 2023/24 schließt sich die HU dem institutionsübergreifenden Programm BERLIN HAT TALENT an. „Bewegung und Sport sind förderlich für Schülerinnen und Schüler, verbessern die Fitness, stärken das Selbstvertrauen und verhindern Krankheiten. Gerade nach der Pandemie sind individuell passende und wirksame Bewegungsangebote für Kinder und Jugendliche wichtig



Die Kooperation wurde bei einer Pressekonferenz in der HU Berlin verkündet. Über die Inhalte des Forschungsprogramms informierten (v.l.) Thomas Härtel, Katharina Günther-Wünsch, Prof. Dr. med. Bernd Wolfarth und Gabriele Freytag.

ger denn je“, sagt Bildungssenatorin Katharina Günther-Wünsch.

„Bei BERLIN HAT TALENT geht es einerseits um mehr Bewegung und Sport als Präventionsmaßnahme zur Vermeidung von Zivilisationskrankheiten. Andererseits geht es um mehr Bewegung und Sport als Voraussetzung für sportliche Erfolge. Wir wollen mit unserer Expertise aus sportwissenschaftlicher und gesundheitlich-medizinischer Sicht BERLIN HAT TALENT weiter voranbringen“, sagt Prof. Dr. med. Bernd Wolfarth.

Iris Spranger, Senatorin für Inneres und Sport: „BERLIN HAT TALENT macht so besonders, dass es ein Programm für alle Grundschul Kinder – sowohl mit als auch ohne Beeinträchtigungen – ist. Sie alle werden beraten und erhalten die Möglichkeit, sich dem Sport im Verein anzunähern.“

LSB-Präsident Thomas Härtel: „Unser Dank gilt der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport, die mit ihrer Arbeit das Fundament für die bundesweit beachtete Bewegungsinitiative gegeben hat. Mit dem Wechsel zur HU bietet sich die Möglichkeit, noch deutlicher die gesundheitlich-medizinische Wirkung von regelmäßiger Bewegung zu untersuchen sowie im Rahmen ihrer Ausbildung von Sportlehrerinnen und Sportlehrern auch neue Impulse für den Schulsport zu geben.“

BERLIN HAT TALENT ist ein Programm für alle. Inhaltliche Schwerpunkte sind:

- » allgemeine Bewegungsförderung von Kindern (u. a. durch Vermittlung in/an den organisierten Sport)
- » Talentsuche
- » Förderung von Kindern mit motorischem Förderbedarf
- » Förderung von Kindern mit Behinderung.

Weitere Infos: bit.ly/BHT-HU-23

Doppelter Grund zum Feiern im SportJugendZentrum Buchholz:

Am 5. Juli feierten Team und Gäste zwei Ereignisse: Die einzige generationenübergreifend arbeitende Jugendfreizeiteinrichtung der GSJ gGmbH beging ihr 25-jähriges Bestehen. Gleichzeitig wurde die Kletterwand eingeweiht, die mit einer 24.000-Euro-Spende von CHECK24 errichtet wurde. Neben sportbetonten und soziokulturellen Angeboten gibt es am Standort Buchholz dadurch wieder die Möglichkeit, über das Klettern auch Vertrauen, Verantwortungsbewusstsein und soziale Handlungskompetenzen zu fördern.



Lockdown hat motorische Entwicklung von Kindern um ein Jahr verzögert

Die motorische Entwicklung von Berliner Kindern ist durch die Corona-Lockdowns um ein Jahr verzögert. Das geht aus einer Studie hervor, die auf den Daten des Programms BERLIN HAT TALENT beruht. Die Verschlechterung der motorischen Gesamtleistung der Berliner Kinder nach den Lockdowns im Vergleich zum vorherigen Stand um vier Prozent entspricht etwa einem Jahr in der motorischen Entwicklung. Untersucht wurden die Daten von 70.000 Kindern der 3. Klassen in Berlin.

Weitere Infos: bit.ly/LockdownFolgen23



Positive Bilanz der Schwimm-Intensivkurse

Mehr als 2.000 Schüler*innen haben teilgenommen

Der LSB hat mit der Sportjugend Berlin in den Sommerferien wieder Schwimm-Intensivkurse angeboten – für Schüler*innen ab der dritten Klasse, die noch kein Schwimmabzeichen in Bronze hatten. In den ersten drei Ferienwochen haben genau 2.048 Kinder teilgenommen. Davon haben 440 Kinder das Seepferdchen, 811 Kinder das Bronze- und 251 Kinder das Silber-Abzeichen abgelegt.

Diese positive Zwischenbilanz zogen Katharina Günther-Wünsch, Senatorin für Bildung, Jugend und Familie, LSB-Präsident Thomas Härtel, Sportjugend-Vorsitzender Christian Krull, und Henry Peukert, Leiter Betrieb der Berliner Bäder-Betriebe bei einer Pressekonferenz im Kombibad in der Gropiusstadt.

Der LSB bot die Kurse gemeinsam mit der Sportjugend und sieben Vereinen an. An zwei Standorten (Fischerinsel und Gropiusstadt) gab es inklusive Kurse. Insgesamt standen in den Sommerferien über 3.000 Plätze zur Verfügung. Die Schwimmkurse werden von der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie gefördert und von den Berliner Bäder-Betrieben unterstützt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Weitere Infos: bit.ly/Schw-kurse-Sommer-23



Freude beim 1. Herren-Hockey-Team des Zehlendorfer TSV 1888 über den Amateursport-Preis 2023. Der Preis wurde von der Deutschen Olympischen Gesellschaft Berlin und dem LSB ausgelobt – mit Unterstützung von LOTTO Berlin. Ausrichter der feierlichen Preisverleihung war der Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund. Das Team des Zehlendorfer TSV 1888 hatte in der Saison 2022/23 den Aufstieg in die 1. Bundesliga geschafft.



Ein Projekt der sportorientierten Jugendsozialarbeit im Prinzenbad hat die Sportjugend Berlin durchgeführt, finanziert von den Senatsverwaltungen für Bildung, Jugend und Familie sowie für Inneres und Sport und mit Unterstützung der Bäderbetriebe. Anknüpfend an Maßnahmen der Gewaltprävention in den Sommerbädern betreuten Übungsleitende sportliche Angebote während des regulären Badebetriebs. Kinder und Jugendliche konnten sich kostenfrei in verschiedenen Sportarten austoben.



Bundesinnenministerin Nancy Faeser (2.v.l.) hat gemeinsam mit Berlins Innen- und Sportsenatorin Iris Spranger (2.v.r.) im Juli 2023 die unabhängige Ansprechstelle Safe Sport e.V. eröffnet – auf dem Foto mit Angela Marquardt (li.), Vertretung der Betroffenen, und Ilse Hartmann-Tews (re.), Vorstand bei Safe Sport e. V.



Das Ehepaar Hiba Eter und Youssef Chlone aus dem Libanon gehört zu den 30 Fußballbegeisterten mit und ohne Fluchterfahrung, die an der Gerhard-Schlegel-Sportschule des LSB die **C-Lizenz- für Übungsleitende im Fußball gemacht haben.** „Wir hatten den Lehrgang extra geöffnet, damit hier nicht nur Geflüchtete zusammenkommen“, erklärt Khaled Gharbi, Pädagogischer LSB-Mitarbeiter bei „Integration durch Sport“. „Es geht um Integration – und dafür ist es gut, wenn auch Einheimische mit dabei sind.“ Mehr Infos gibt es hier: bit.ly/LSB-C-Lehrgang23



Ein Sommercamp für Mädchen, die in den Ferien Fußball spielen wollen – der LSB mit seinem Programm-Team von „Integration durch Sport“ hat das auch in diesem Jahr wieder auf die Beine gestellt. Ein Bericht steht hier: bit.ly/LSB-Camp23



INTERVIEW

„MACHT TRENDSPORT COUCH-POTATOES ZU AKTIVEN MENSCHEN?“

Fotos: Jürgen Engler

**Mit Prof. Dr. Christoph Breuer
von der Sporthochschule Köln sprach
Dominik Bardow über Trendsport:
Was ist im Trend?
Was ist das Faszinierende daran?
Wie gesund ist er?
Wie können Vereine davon
profitieren?**

► Nächste Seiten



► Fortsetzung von Seite 9

Herr Breuer, starten wir mit einer ganz einfachen Frage, die wahrscheinlich überhaupt keine einfache Frage ist. Was ist denn Trendsport aus Ihrer Sicht?

Grundsätzlich muss man sagen, dass Trendsport nicht genau definiert ist. Wir bezeichnen mit „Trendsport“ Sportformen, die neu sind und ein schnelles Wachstum durchlaufen. Viele Menschen verstehen darunter alternative Sportformen, die es bis dato noch nicht gegeben hat, wo das Erlebnis und Abenteuer im Mittelpunkt stehen. Und da ist es beispielsweise fraglich, ob der Trendsport-Begriff sich auch anwenden lässt auf neue Trends im Bereich des Gesundheits- und Fitness-Sports.

Hätten Sie ein Beispiel, was jetzt gerade aus Ihrer Sicht ein Trendsport ist?

„Parkour“ würde ich als Trendsport bezeichnen [moderner Hindernislauf; d. Red.]. Man könnte diskutieren, ob „Gravel-Biking“ Trendsport ist [Querfeldein-Fahrradfahren; d. Red.], ob Stand-Up-Paddling [Stehpaddeln; d. Red.] noch Trendsport ist oder in welcher Phase sich der Sport befindet. Wenn man auf den Markt der Fitnessangebote blickt, sieht man gerade oft das „Schlingentraining“.

Sie haben versucht, Trendsport wissenschaftlich zu erfassen und als Forscher viel Literatur zu dem Phänomen publiziert. Wie kamen Sie dazu? Was fasziniert Sie am Thema Trendsport?

Mich interessiert Sport-Entwicklung und wie klassische Organisationen wie Vereine und Verbände mit dem Puls der Zeit mithalten können. Da kommt man relativ schnell auf Fragen des Trendsports: Ist es eine Voraussetzung, dass ein Trendsport außerhalb klassischer Sportstrukturen stattfindet? Sollten sich Vereine und Verbände modernisieren, indem sie entsprechende Angebote integrieren?

Indoor Klettern boomt – in einer Stadt wie Berlin ohne Berge.



Prof. Dr. Christoph Breuer, Institut für Sportökonomie und Sportmanagement: „Für Sportvereine kann es durchaus lohnenswert sein, über Trendsportarten nachzudenken.“

Ist denn Trendsport im Trend? Wächst also insgesamt das Bedürfnis nach neuen Sportarten?

Der gesamte Sportmarkt entwickelt sich weiterhin positiv. Die Sportarten differenzieren sich immer weiter aus, werden teils extremer. Nehmen wir Skateboarding, da gibt es nicht mehr nur Half-Pipes, sondern auch Downhill und Longboards. Es gibt immer wieder ganz neue Entwicklungen, teilweise verpuffen die schnell. Vor einigen Jahren gab es Sprungschuhe mit Federn zum Herumhüpfen. Das hat sich offensichtlich nicht durchgesetzt. Andere Dinge schon, sie durchlaufen einen Lebenszyklus.

Wie sieht dieser Lebenszyklus aus?

Zunächst einmal wird eine neue Bewegungsform erfunden. Dann kommt ein starkes Wachstum, das den Sport erst zu einem Trend macht. Dann erfolgt oft eine Sättigung oder ein leichter Abfall der Kurve. Dann entscheidet sich, ob sich eine Sportart etablieren kann oder ob sie nur eine Mode war. Inline-Skating zum Beispiel gibt es zwar noch, aber hat stark abgenommen im Vergleich zu früher.

Wie endet der Zyklus? Sterben Sportarten irgendwann aus?

Er endet idealerweise damit, dass ein Trendsport zur normalen Sportart wird, in die Vereinsangebote übernommen wird oder sogar zu Olympischen Spielen, wie BMX, Beachvolleyball oder Snowboarding, die man teils noch Trendsport nennt. Aber spätestens ab dem zweiten Auftritt bei Olympia würde ich einen Sport nicht mehr als Trendsport bezeichnen. Dass Sportarten völlig verschwinden, sehen wir kaum, höchstens in der Breite der Nachfrage, wie beim Feldhandball etwa.

Woran liegt es denn, ob ein Trendsport sich durchsetzt? Ob der Erfinder besonders kreativ war, die Masse es annimmt oder dass es Vorreiter gibt, die es besonders cool aussehen lassen?

Damit es überhaupt eine Chance zur Massenverbreitung hat, sind schon die Szenen um die Erfinder herum wichtig. Da haben mittlerweile Influencer und soziale Medien große Bedeutung. Durch diese Aufmerksamkeit wird es auch für andere interessant, etwa Sponsoren oder die Deutsche Sporthilfe, die mittlerweile auch Talente in neuen Sportarten fördert. Das geht hin bis zum Vertrieb: Gibt es die Produkte nur in Szeneläden oder schon beim Discounter? Spätestens dann kann man nicht mehr von Trendsportart sprechen.

Gibt es noch mehr Kriterien, die besagen, welcher Trendsport erfolgreich werden kann? Etwa, dass die Sportart leicht und verständlich gefilmt und per Video geteilt werden kann?

Man muss da differenzieren zwischen medialer Reichweite und Sportarten, die tatsächlich in größerer Menge betrieben werden. Wenn ich „Wingsuit“-Fliegen nehme - das kommt ähnlich wie Skispringen eher nicht für die Masse infrage. Der Sport muss erlernbar sein für größere Teile der Bevölkerung. Aber es gibt schon einige Megatrends, die darüber entscheiden können, ob er erfolgreich ist oder nicht.

Welche Megatrends sind das?

Wir haben Megatrends einerseits im Bereich Outdoor-Erlebnis und andererseits im Bereich Fitness, Gesundheit. Urbanität ist wahrscheinlich noch eine dritte Säule. Wenn sich der Trendsport in keinen dieser Haupttrends integrieren lässt, wird es schwer, tatsächlich massenwirksam zu werden.

Gibt es auch Trendsport für bestimmte Zielgruppen? Der etwa speziell Menschen mit Migrationshintergrund anspricht oder Personen mit körperlichen Beeinträchtigungen?

Wenn man den Gesundheits- und Fitness-Markt außer Acht lässt, kommt Trendsport eher aus subkulturellen Szenen, die etwas kreativ ausprobieren. Ein Beispiel ist das Snowboarden. Das Subkulturelle ist dort wichtig: dass es modern ist, Leute dazu aufschauen, es nachahmen möchten. Diese Gemeinschaften verstehen sich oft als Gegenmodell zum etablierten Sport, wie Skifahren.

Sie haben Fitness- und Gesundheitssport ausgeklammert. Menschen mit Beeinträchtigungen kann man nicht einfach Bretter hinstellen, da gibt es wahrscheinlich mehr zu bedenken, oder?

Genau, der Fitnessbereich funktioniert anders. Da kommen die Neuentwicklungen oft nicht von Subkulturen, sondern von den Geräteentwicklern, die Neuigkeiten herstellen. Die kulturelle Andersartigkeit ist da nicht so wichtig, genauso im Gesundheitsbereich.

Kann man mit Trendsportarten Zielgruppen erreichen, die man sonst nicht erreichen würde?

Trendsportarten werden häufig von Menschen betrieben, für die die klassischen Sportangebote und -strukturen nicht so interessant sind. Aber ob sie jemanden, der inaktiv ist, eine echte Couch-Potato, durch ein Trendsport-Angebot zum aktiven Menschen machen - das würde ich eher bezweifeln.

Lässt sich sagen, wie lange ein Trend Trend bleibt und ab wann er ein normaler Sport ist?

Das lässt sich nicht in Jahren bemessen. Die Entwicklungszyklen von Trendsportarten sind unterschiedlich schnell. Man kann sagen: Je länger eine Trendsportart im subkulturellen Milieu bleibt oder scheinbar bleibt, desto länger wird die Sportart gemeinhin als Trendsportart bezeichnet.



Jumping bietet u. a. der Allgemeine Turn-Verein zu Berlin 1861 an – auch beim LSB-Ferienprogramm „Mein bewegter Sommer in Berlin“ (www.bewegter-sommer.de)

Subkulturen sprechen oft vom Ausverkauf an den Mainstream, aber letztlich profitiert der Trendsport ja, wenn er professioneller wird, noch mehr Menschen erreicht und gefördert wird. Oder profitiert nur der klassische Sport, der sich jünger und modern geben kann?

Ich würde das weder als positiv noch negativ sehen, das ist dann eben so. Je mehr Leute Cabrio fahren, desto weniger hebe ich mich in meinem Cabrio ab. Solche Mechanismen haben wir in vielen Bereichen der Gesellschaft und des Konsums. Aber wenn es einem um den Sport selbst geht und dass der möglichst viele Leute erfreuen soll, dann müsste man die Strukturen eigentlich wollen.

► Fortsetzung Seite 12



► Fortsetzung von Seite 11

Und wie sollten die Vereine und Verbände mit der Aufnahme von Trendsport umgehen?

Sportvereine müssen nicht schauen, welche Trends sich jetzt gerade in subkulturellen Milieus in der Anfangsphase befinden. Aber sie sollten schon wahrnehmen, wie in ihrem Umfeld Sport betrieben wird. Und sich die Frage stellen: Könnte das auch für uns als Verein interessant sein, auch wenn es zunächst ungewohnt wirkt? Das sollte man reflektieren. Ein Sportverein, insbesondere ein Mehrspartenverein, muss regelmäßig sein Angebotsstruktur überdenken, wenn er weiterhin erfolgreich sein will in der Bevölkerung, insbesondere im Hinblick auf Kinder und Jugendliche. Und ein Verband sollte offen sein, neue Sportarten auch in das Gesamtsystem Sport einzubinden.

Ist Trendsport also eine Bereicherung für Vereine und Verbände, was Nachwuchs angeht, neue Mitglieder, Zielgruppen, finanzielle Möglichkeiten, sich breiter oder besser aufzustellen? Oder auch ein Risiko, dass man etwas macht, wovon man keine Ahnung hat, das nicht passt?

Es gibt Trendsportarten, die sind gut kompatibel mit der Struktur und Philosophie von Vereinen, vor allem wenn es eine Art Leistungsvergleich im Wettkampf gibt. Wenn eine Sportart eher eine Gegenbewegung zu bestehenden Sportstrukturen sein will, ist es schwieriger, sie im Verein zu integrieren. Relativ einfach ist es im Fitnessbereich, wo ich keine kulturelle Gegenbewegung habe, da kann ich relativ schnell über ein Kursangebot neue Fitness-Trends anbieten als Gesundheitssport.

Wo macht eine Aufnahme von Trendsport keinen Sinn?

Oft bei Sportarten, die aus dem Abenteuer- und Erlebnisbereich kommen. Das muss für mich als Verein nicht relevant sein, wenn ich im Outdoor-Bereich nie präsent bin. Als Radsportverein kann es aber interessant sein, eine BMX- oder Gravel-Bike-Abteilung zu eröffnen. Für Volleyballvereine haben Beachvolleyball-Abteilungen Sinn gemacht. Kleine Sportarten wie Skateboarding gründen oft lieber eigene Vereine. Das Vereinswesen ist auch deswegen so lebendig, weil es Neugründungen zulässt



Trials – Geschicklichkeitsprüfungen im natürlichen schweren Gelände und in Bereichen mit künstlich geschaffenen Hindernissen, die mit verschiedenen Techniken überwinden werden. Trial wird mit Rädern ohne Federung und ohne Sattel gefahren – auf zwei Arten von Fahrrädern: auf 20-Zoll-(Rad-durchmesser) und 26-Zoll-Trial-Bikes. Bei einem Wettkampf gibt es Parcours mit verschiedenen Hindernissen. Tore geben die Fahrspur vor. Weitere Infos gibt es beim Berliner Radsport Verband: www.berlincycling.com

und ihnen leicht Zugang gewährt zu Sportstätten, steuerlichen Vorteilen oder Fördermitteln.

Sind Trends immer neue Sportarten? Es gibt ja Trends, die schon wieder „out“ waren und nun wieder „in“ sind, eine Renaissance erleben.

Es wird gemeinhin als Trendsport bezeichnet, wenn man deutliche Nachfragesteigerungen pro Zeiteinheit hat. Man kann sich das als Kurve vorstellen, die hinunterführt und dann durch neue Impulse wieder nach oben. In dem Moment habe ich erneut einen Trendsport, der muss aber nicht völlig neu sein. Laufen, Wandern und Radfahren waren rückläufig, aber haben durch Corona einen Schub erhalten.

Wie nachhaltig, umweltfreundlich und inklusiv ist Trendsport aus ihrer Sicht? Der Mode wird ja vorgeworfen, dass sie viel produziert, was dann schnell wieder weggeworfen wird.

Das hängt auch davon ab, wer der Motor der Trendsport-Entwicklung ist: eine subkulturelle Szene oder ein Unter-

nehmen. Firmen wollen natürlich wachsen, viele Leute ansprechen und Produkte verkaufen, die Erfinder nicht immer. Inklusion, Nachhaltigkeit und Umweltfreundlichkeit hängen meist von den Personen ab, die den Sport betreiben. Für manche Sportarten braucht man gar keine Ausrüstung. Bei Outdoorsportarten wissen wir aus der Forschung: Den größten Teil des ökologischen Fußabdrucks macht die Autofahrt zur Sportausübung aus, bei vielen Sportarten übrigens.

Haben Sie denn Tipps oder Beispiele, wie es gelingt, Trendsport erfolgreich zu integrieren?

Ich habe keine Beispiele griffbereit, aber es gibt Vereine, die erfolgreich eSport- oder Skateboard-Abteilungen aufgenommen haben. Das müsste man eigentlich aus wissenschaftlicher Sicht noch viel besser analysieren, die Gelingensbedingungen dafür herauszuarbeiten. Dazu wurde noch nicht viel geforscht.

Der Eindruck ist ja oft, dass ein Verein über persönliche Kontakte mitkriegt, dass jemand da etwas Neues macht und das Angebot leiten würde. Dann wird einfach geschaut, wer kommt.

Das ist tatsächlich so. Wir wissen, dass die Offenheit der Vereinsführung für neue Entwicklungen, auch mal Mitglieder oder Übungsleiter etwas ausprobieren zu lassen, entscheidend ist für die Innovationskraft eines Vereins.

Gilt das auch für Trends innerhalb von Sportarten? Fußball ist ja quasi schon immer populär gewesen in Deutschland und wird es immer sein. Muss auch der sich wieder neu erfinden?

Auch im Fußball gibt es Trends und Bewegungen zur kulturellen Abgrenzung, auch Fußballvereine müssen auf Demographie reagieren und neue Wege gehen, etwa im Kinderfußball das Spielfeld anpassen, im Fußball der Älteren neue Regeln einführen oder neue Varianten anbieten wie Futsal oder Beachsoccer. Auch dort, wo man eigentlich keinen Trendsport vermutet, wie Fußball, gibt es bei näherer Hinsicht Erfordernisse und Lösungen für Innovationen.

Sie haben 2003 das Buch „Trendsport : Modelle, Orientierungen, und Konsequenzen“ veröffentlicht. Gibt es eine zentrale Erkenntnis, die Sie zu Trendsport gewonnen haben?

Ja. Dass Trendsport und Sportverein nicht zwangsläufig gegenteilige Welten sein müssen. Aber dass es eben auf das Wie ankommt und dass es für Sportvereine durchaus lohnenswert sein kann, über Trendsportarten nachzudenken. Dies ist zwanzig Jahre nach der Veröffentlichung des Buches noch immer hochaktuell.

TRENDSPORT IN BERLIN – VON A BIS Z

AQUAFITNESS

z. B. beim GST Beweggrund.
Weitere Vereine und Infos: www.berliner-schwimm-verband.de

BLASROHRSPORT

z. B. beim TSV Spandau 1860: „Das Blasrohrschießen hat eine lange Tradition. Ursprünglich war es die Jagdwaffe von Ureinwohnern Südamerikas. Nachdem Hobbysportler aus Japan diese Blasrohre aus Stahl, Aluminium, Bambus oder Kohlefaser nachbastelten und auf Ziele von bis zu 15m Entfernung schossen, entwickelte sich rasch eine neue Trendsportart. Bei regelmäßigem Training erweitert sich das Lungenvolumen merklich, wodurch sich auch die Kondition verbessert. Blasrohrsport ist auch für Menschen mit Beeinträchtigungen sehr gut geeignet.“
(aus: www.tsv-spandau-1860.de)
Infos: Burkhard Mirus, Referent für Blasrohrsport beim Schützenverband Berlin/Brandenburg, blasrohr@tsv-spandau-1860.de



CROSS FIT

ein Kraft- und Konditionstraining



DISC GOLF

z. B. beim TuS Lichterfelde von 1887. Versucht wird mit möglichst wenigen Würfeln eine Disc (Frisbee) in einen Korb zu werfen. Der 1. Lichterfelder Disc Golf Park hat elf Bahnen. Er wurde mit Mitteln des LSB-Vereinsentwicklungsprogramms finanziert –
Infos: bit.ly/VEP23.
Kontakt: Manuel Franz: manuel.franz@tusli.de



E-SPORT

z. B. bei Hertha BSC. „Hertha BSC eröffnete 2018 die erste eSport-Akademie der Bundesliga. Neben dem Spieltraining gehören auch Ernährungscoachings, mentales Training, Fitnesssessions und die Schulung von Medien- und Social-Media-Kompetenz mit zum Ausbildungsprogramm.“ (aus www.herthabsc.com/de/mannschaften/esport/esport)
Foto: Spieltag der Berliner eFootball-Liga bei einem Familiensportfest im Olympiapark Berlin.

FREESTYLE FRISBEE

Kreative, artistische und athletische Bewegungen mit einer Frisbeescheibe. Der Wettkampf verbindet Elemente aus Gymnastik und Tanz mit dem simplen Spiel des Werfens und Fangens.

Mehr Infos gibt es auf der Homepage des Frisbeesport-Landesverbands Berlin: www.frisbee.berlin/sportarten/freestyle

GO JUMPING

Hoch hinaus beim Sport und hüpfend in Form, das geht mit Jumping Fitness. Was dieser Trendsport wirklich bringt, für wen er sich eignet, steht hier:

bit.ly/GoJumpingAOK23

Jumping bietet u. a. der Allgemeine Turn-Verein zu Berlin 1861 an – auch beim LSB-Ferienprogramm „Mein bewegter Sommer in Berlin“ (www.bewegter-sommer.de)

HOCKERN

Der Hocker ist nicht nur zum Sitzen da. Zwei Brüder aus Kiel haben einen besonderen Sporthocker aus Kunststoff entwickelt. Der QR-Code führt zu einem kurzen Video:

bit.ly/Hockern



INDOOR KLETTERN

z. B. beim Deutschen Alpenverein Sektion Berlin in der Kletterhalle Seydlitzstraße in Mitte: www.dav-berlin.de



LACROSSE

z. B. bei Victoria Lacrosse c/o BSC Rehberge 1945 e. V. Es sei „die schnellste Ballsportart in Berlin“, schreibt der Verein auf seiner Homepage

www.victoria-lacrosse.com

JUGGER

verbindet Elemente aus Individualsportarten wie Fechten und Stockkampf mit Teamsportarten wie American Football oder Rugby zu einem hoch-taktischen, technisch anspruchsvollem sowie schnellen Mannschaftstrendsport. (siehe auch Seite 21)



KUBB

Mit einem Wurfholz werden auf einem Spielfeld die Holzklötze umgeworfen.

JAZZ UND MODERN/ CONTEMPORARY

eine Tanzsport-Disziplin mit kreativen Choreographien und passenden Stylings auf schwingenden Hallenböden, z. B. die Formation „Twilight“ vom TSV Rudow 1888 e.V.

Weitere Infos auf der Homepage des Landestanzsportverbands Berlin: www.ltv-berlin.de (Angebote)



NORDIC WALKING

schnelles Gehen mit speziellen Stöcken. Die Ausdauersportart kann in vielen Berliner Sportvereinen betrieben werden. Infos gibt es auf www.lsb-berlin.de unter Angebote: „Sport der Älteren“ oder „Gesundheitssport“ – oder einfach die gleichnamigen Broschüren mit den Angeboten der Berliner Sportvereine kostenfrei beim LSB bestellen: gesundheitsport@lsb-berlin.de



PARKOUR

z. B. bei Fußgänger e. V. Die Läufer*innen überwinden Hindernisse rennend, kletternd, balancierend oder springend.

Mehr Infos: www.fussgaenger.org/parkour



ROLLSPORT

auch in Kombination mit anderen Sportarten, z. B. als Skate-Biathlon bei der DJK Spandau: www.djk-spandau.de

SLACKLINING

– Balancieren auf einem Band, u. a. beliebt bei den LSB-Familienportfesten (Foto), die am 10. September wieder in den Kiezen stattfinden: www.familienportfest-berlin.de

OUTDOOR-FITNESS

Sport an frischer Luft ist besonders beliebt. (Foto: Regenbogenwiese des Vereins Vorspiel SSL Berlin e. V.) „Sport im Park“ mit Berliner Sportvereinen ist ein Förderprogramm der Senatsverwaltungen für Sport und Gesundheit. 2023 wird das Programm inklusiv. Alle Angebote werden von geschulten Übungsleitenden insbesondere auch für Menschen mit (geistiger) Behinderung durchgeführt. Infos: bit.ly/SiP-inklusive

QUERFELDEIN-LÄUFE

unterschiedliche Formen von Fitness-Training und zwischendurch mit Dehnungs- und Koordinationsübungen (Foto: Sport beim TSV Berlin-Wittenau 1896).





TRIALS

Disziplin im Radsport

UNIHOKEY – ODER FLOORBALL

ist eine Mannschaftssportart der Stockballspiele. Sie vereint Elemente traditioneller Hockeysportarten wie Eis- oder Hallenhockey.

Weitere Infos auf der Homepage des Floorball Verbands Berlin-Brandenburg: www.floorballbb.de und in diesem kurzen Video: (siehe QR-Code)



VOLTIGIEREN

turnerische und akrobatische Übungen auf einem Pferd, das sich an einer Longe im Kreis bewegt, z. B. beim Reit- und Fahrverein Kleeblatt Berlin:

www.reitverein-kleeblatt-berlin.com/voltigieren



SUP-YOGA

auf dem Stand-Up-Paddling-Board

WALKING FOOTBALL

Fußball im Gehen. Laufen ist nicht erlaubt. Z. B. beim Berliner Sport-Club für über 50-Jährige. „Die Regeln sind so gestaltet, dass Verletzungen vermieden werden.“
(aus: www.bscwalkingfootball.de)

EXTREMSPORT

z. B. Ultramarathons wie der Berliner 100-Meilen-Mauerlauf entlang der früheren Grenze rund um das westliche Berlin. Wo früher eine Mauer stand, sind jetzt einmal im Jahr Hunderte Läufer*innen und Läufer unterwegs. In diesem Jahr fand der Lauf am 12. und 13. August statt:
www.100meilen.de

ZUMBA

kombiniert Aerobic mit internationalen Tänzen und steht bei vielen Berliner Vereinen auf dem Programm, u. a. beim SC Siemensstadt mittwochs von 18 bis 19 Uhr.



Gelbes Trampolin im Park macht neugierig

Wie der über 100 Jahre alte Turn- und Sportverein Berlin 1911 mit Roundnet neue Mitglieder gewinnt.



„Roundnet“ ist vieles: Ein Trendsport, der um ein Trampolin-Netz herum gespielt wird und Ähnlichkeit zu Beachvolleyball hat. Eine Ballspielform, die Agilität und Koordination fördert, die immer öfter in Parks und an Stränden zu sehen ist und auch „Spikeball“ genannt wird. Aber eines ist Roundnet sicher nicht: Eine Aktivität, die im strömenden Regen Spaß macht.

So fällt ein Besuch bei der Roundnet-Abteilung des TuS Berlin 1911 e.V. im wahrsten Sinne ins Wasser. Wegen eines plötzlichen Sommergewitters brechen die beiden Abteilungsleiterinnen Ariane Ritter und Mareike Karn das Training kurzerhand ab und flüchten für das Interview in einen nahegelegenen Spätkauf, zusammen mit Jannik Riedler, dem früheren Abteilungsleiter.

Ein alkoholfreies Bier unter einem Späti-Vordach passt auch zur Jugendlichkeit von Roundnet. „Dass wir eher jung sind, ist kein Zufall. Das Durchschnittsalter ist bei uns ungefähr 26 Jahre“, sagt Ritter, die selbst 27 ist, ein Jahr jünger als Co-Leiterin Karn. Vorgänger Riedler ist erst 24 und erklärt: „Roundnet kam vor gut sieben Jahren aus den USA nach Deutschland, über die Unis. Es wurde im Hochschulsport angeboten und wächst dort gerade raus. Viele, die spielen, sind Studierende oder Exstudierende, die gerade fertig sind. Das spiegelt sich im Alter wider.“

Für manchen alteingesessenen Sportverein mag das wie ein Traum klingen: Eine Riege junger und hochmotivierter Nachwuchsmittglieder, die ganz neue Zielgruppen in den

Verein bringen. Die Generation Instagram und Tik-Tok ist also doch für Sport zu begeistern, nur eben anders. Wie ist das im Weddinger Turn- und Sportverein 1911 gelungen, eher für Handball bekannt?

„Ich habe Roundnet zum ersten Mal im Park gesehen, nach der Uni der zweithäufigste Ort, an dem man damit in Berührung kommt. Dort wurde ich direkt zum Verein eingeladen“, berichtet Karn, die mit Ritter seit Oktober die 2020 gegründete Roundnet-Abteilung leitet.

„Mir hat gefallen, dass es sehr spielerisch und aktivierend ist. Man wird die ganze Zeit mit einbezogen und nicht so schnell im Spiel übersehen. Man spielt Zwei gegen Zwei, gefühlt aber miteinander. Man kann es auf jedem Niveau, mit mehr oder weniger Einsatz spielen.“

„Es gibt keine Spielfeldbegrenzung, man kann Bälle aus 15 Metern zurückholen“, schwärmt Riedler. „Das macht es dynamischer, man deckt 360 Grad ab und alle müssen sich bewegen.“

Die Community war also schon da, man brauchte nur den Verein. Der TuS 1911 hatte bereits eine Sparte für „Ultimate Frisbee“, auch ein Trend-Teamsport, mit Frisbee-Scheiben als „Ball“.

„Unser Hauptgründer Ben spielte Ultimate Frisbee und kannte die Abteilung dort. Er hat dem Tus dann eine neue Roundnet-Abteilung vorgeschlagen“, erinnert sich Riedler. „Im Vorstand saßen viele ältere Leute, aber sie waren offen und sagten: Wir leben für Sport und freuen uns, wenn neue, junge Menschen kommen. Sie haben uns mit offenen Armen empfangen.“

Mittlerweile umfasst die Roundnet-Abteilung 109 Personen, bis zu 30 kommen regelmäßig zum Training, das dreimal die Woche stattfindet, auf Kunstrasenplätzen und in Parks. „Wir haben ein Team in der Bundesliga, jeweils zwei in der zweiten Liga und in der Regionalliga“, sagt Ritter und Co-Leitern Karn ergänzt: „Neben Ligen gibt es Turniere an Wochenenden, wo sich Leute aus ganz Deutschland sehen. Viele nehmen es sehr ernst, für mich ist es eher Fun.“

Oft werde die bestehende Struktur unterschätzt, sagt Riedler, der im Vorstand des Verbands Roundnet Germany saß. „Es gibt in Deutschland jedes Wochenende Turniere, wo mindestens 100 Leute rumhüpfen, deutsche Meisterschaften, Europa- und Weltmeisterschaften, eine Bundesliga mit Auf- und Abstieg. Viele Leute denken, das könne man nur im Park spielen.“

Kritik, das sei nur Mode, kein richtiger Sport, höre man nie, sagt Ritter, eher Neugier: Was ist das für ein gelbes Trampolin dort im Park? Für Vereine lohne es sich, Roundnet anzubieten, glaubt sie, „weil es etwas komplett Anderes ist, man

Menschen, egal auf welchem Level, für Bewegung begeistert. Der Spaßfaktor ist von Anfang an hoch.“ Und Co-Leiterin Karn führt an, dass es nicht viel Platz und Ausrüstung benötige. „Gute Roundnet-Sets gibt es für 100 Euro.“

Aber man muss mit Fußball- und Hockeyteams um knappe Kunstrasenplätze konkurrieren.

Insofern war es ein Glück, einen etablierten Verein gefunden zu haben, der sich mit den Sportstrukturen in Berlin auskenne, sagt Rieder. Eine Win-Win-Situation. Der Tus 1911 freute sich über neue, junge Mitglieder, die wenig kosten, aber keinen Vereins- und nur einen geringen Abteilungsbeitrag zahlen, die eine eigene Kasse führen wie andere Sparten auch.

Roundnet muss sich selbst finanzieren, was schwierig ist ohne Sponsor und mit vielen Reisen, auch wenn sich die Szene gegenseitig einlädt und noch enormes Wachstumspotenzial sieht.

„Soziale Medien haben großen Einfluss. Ein Tik-Tok-Video von Roundnet Germany hatte über sechs Millionen Aufrufe“, sagt Rieder. Das sei wichtig, um Aufmerksamkeit zu generieren. Rieder selbst hatte Roundnet einst auf Instagram entdeckt und sich gefragt, wo er das kaufen könne.

Eine neue Art Sport, mit neuen Verbreitungswegen. Nur das Späti-Bier, wenn ein verregnetes Training im Freien ins Wasser fällt, bleibt wohl ein immer fortwährender Vereins-Klassiker.

Dominik Bardow



Mareike Karn (li.) und Aiane Ritter haben die Roundnet-Abteilung vor drei Jahren gegründet.

GETANZTER FREIGEIST GOES OLYMPIA



Es sind Bewegungen, die sich schwer mit Worten beschreiben lassen: Drehungen um die eigene Achse, Übergänge in den Handstand, 360-Grad Rotationen kopfüber, dazu rhythmische Schritte und alles zu basslastigen Hip-Hop-Beats – das ist Breaking, die neue olympische Sportart. Die beste Deutsche, die Berlinerin Jilou Rasul träumt von einem Olympia-Start.

Jilou Rasul ist noch immer begeistert. Anfang Juni ist sie wieder Deutsche Meisterin im Breaking geworden. Zum zweiten Mal nach 2021. Die Wettkämpfe in diesem Jahr waren jedoch für sie ein besonderes Erlebnis. Das Championat fand im Rahmen der FINALS in Duisburg statt. Nicht wie üblich in einer Halle, sondern auf einer Bühne unter freiem Himmel. Mit jeder Menge Zuschauern, nicht nur Insidern, sondern vielen Neugierigen, die den Tanzsport zum ersten Mal hautnah erlebten. Das Fernsehen war live dabei. „Ich habe viele positive Reaktionen erlebt“, erzählt die 30-Jährige, „die Menschen haben sich mitreißen lassen, auch wenn sie sicher nicht im Detail verstehen, wie unsere Darbietungen bewertet werden.“ War das also der Durchbruch für diese Tanz-Disziplin? Wird Breaking jetzt zum Trendsport? Das Potenzial dafür ist anscheinend vorhanden, ähnlich wie beim Klettern, das seit ein paar Jahren das Publikum begeistert. „Wir kommen langsam an in Deutschland“, findet Jilou, die seit 17 Jahren aktive Breakerin ist. „Ich kann mir absolut vorstellen, dass wir überall große Resonanz finden würden mit Veranstaltungen an öffentlichen Orten.“

Damit würde Breaking sich seinen Ursprüngen annähern. Entstanden ist es in den 1970er Jahren in New York als Teil der Hip-Hop-Bewegung, als afroamerikanische Jugendliche sich in den Straßen Manhattans und der Bronx zu sogenannten Tanzbattles trafen. Die danach weltweit zunehmende Popularität dieser dynamischen Kombination von Tanz, Musik und

Athletik führte auch innerhalb der Community zur Frage: Ist Breaking eine Form von Kunst oder ist es Sport? Das IOC hat diese Frage beantwortet mit seiner Entscheidung, Breaking nach dem Test bei den Olympischen Jugendspielen 2018 in Buenos Aires, ins Programm von Paris 2024 aufzunehmen. Die bis dato freie unabhängige Szene musste dafür jedoch kompatibel werden mit den Regeln des organisierten Sports, wurde deshalb organisatorisch in den Deutschen Tanzsportverband eingegliedert. „Die Lebenskultur des Breakings mit ihrer Kreativität und Spontanität mit diesen Anforderungen zu verbinden, ist ein großer Spagat“, sagt Thorsten Süfke, der Präsident des Berliner Verbandes. So musste für den sportlichen Wettstreit die Entscheidung transparenter werden. Während bisher Juroren mittels Handzeichen über den Sieger entschieden, wird jetzt öffentlich gewertet – nach den Kriterien Kreativität, Persönlichkeit, Technik, Vielseitigkeit, Darstellung und Musikalität

In der französischen Hauptstadt dabei zu sein, wäre für Jilou Rasul etwas ganz besonders. Schon als kleines Kind träumte sie von Olympia. Da war sie Kunstturnerin. Durch die genau vorgeschriebene Ausführung immer gleicher Elemente fühlte sie sich in ihrer Kreativität zu sehr eingeschränkt. Den nötigen Freiraum fand sie schließlich beim Breaking. „Als angekündigt wurde, dass es olympisch wird, fing mein Traum wieder an lebendig zu werden.“

Nur 16 Starterinnen (B-Girls) können im nächsten Sommer bei der olympischen Premiere im Zentrum von Paris auf der Place de la Concorde dabei sein. Die erste Möglichkeit zur Qualifikation verpasste Jilou im Juni bei den Europaspielen in Krakau. Sie unterlag im Viertelfinale der späteren Siegerin aus den Niederlanden, die sich das Ticket sicherte. „Mein Vater war gestorben und ich hatte privat auch mit einigen anderen Dingen zu kämpfen“, erklärt sie, „und weil Tanz etwas sehr Persönliches ist, hat sich das auch auf meine Performance ausgewirkt.“ Diese schwere Phase sieht sie jetzt als überwunden. „Ich glaube, dass ich eine sehr realistische Chance habe, mich für die Spiele zu qualifizieren.“ Die nächste Chance dazu: Die WM Ende September in Belgien. Auch hier löst nur die Siegerin die Paris-Fahrkarte. Zwei Mal war die 1,60 große Tänzerin schon WM-Dritte. Kann es jetzt mit dem Titel klappen? „Darüber nachzudenken, ob das realistisch ist, sehe ich als pure Zeitverschwendung“, erklärt sie selbstbewusst, „ich konzentriere mich darauf, das Beste abzuliefern.“ Dafür hat Jilou, die sonst allein trainiert, in den letzten Wochen intensiv mit einem Coach aus London gearbeitet. Sollte es mit WM-Gold dennoch nicht klappen, bleibt ihr die olympische Qualifikationsserie im Frühjahr 2024. Dort werden die letzten Teilnehmerinnen für Paris ermittelt.

Herbert Schalling

ZAHLEN UND FAKTEN

Beachvolleyball – vom Trend zu Olympia

- » „Erfindung“ 1915 durch den US-Amerikaner George David Center am Strand von Waikiki.
- » Schnelle Ausbreitung an vielen Stränden der Welt.
- » 1922 gab es schon viele „Beachclubs“, die Wettkämpfe austrugen.
- » Zu Beginn hat Beachvolleyball nur einen anderen Untergrund – Spieleranzahl und Regeln wie im Hallenvolleyball.
- » 30er Jahre: Eigene Regeln bilden sich heraus. Die Spielerzahl verringert sich auf zwei.
- » 1927 erstmals in Europa (Frankreich), vorwiegend in FKK-Anlagen und Nudistencamps
- » Seit 1947 gibt es Turniere.
- » 1965: Veröffentlichung erster Vorschriften durch die California Beach Volleyball Association, da sich Turniere häufig zu riesigen Partys entwickelten.
- » Olympia-Biermeisterschaften 1976 in State Beach mit 30.000 Zuschauern. Das Turnier gilt als Ursprung des Eventkonzepts für Beachvolleyball.
- » 1983: Gründung des Verbands der Volleyball-Profis
- » 1987 gründete der internationale Volleyballverband FIVB die World Tour.
- » 1992 fand als Gegenstück zu den Olympischen Spielen ein Demonstrationsturnier statt. Das große Interesse führte zu einer Nominierung als Olympiadisziplin bei den Spielen in Atlanta 1996.
- » 1996: Aufnahme bei Olympischen Spielen
- » 1997: erste offizielle Weltmeisterschaft
Mehr Infos: bit.ly/historie-bv
Zusammengestellt von Ronja Scholz

Die Broschüre „Trendsport in Berlin – Außergewöhnliche Sportarten im Fokus“ unterteilt die Sportarten in Outdoor, Spiele, Ausdrucksstark, Gesundheit & Fitness, Einst Trend – heute etabliert. Sie ist online – unter

„Trendsport in Berlin“. Weitere Trendsportarten werden hier vorgestellt.
bit.ly/Trendsport-Berlin-23



Claudia Zinke, LSB-Vizepräsidentin:

„Trendsport belebt die klassischen Sportarten und lässt sie anschlussfähig für verschiedene Zielgruppen bleiben. Vereine sehen in der Einführung dieser Sportarten einen Mehrwert für Ihre Mitgliederentwicklung. Dies wird auch deutlich in steigenden Mitgliederzahlen. Der LSB fördert neue Sportarten – mit dem Vereinsentwicklungsprogramm können sie verwirklicht und passende Sportgeräte angeschafft werden.“
Infos: www.lsbberlin.de/angebote/foerderprogramme

Lasse Sauerteig (18) ist Stand-Up-Paddler (SUP) beim Kanuverein Blau Gelb Köpenick, wo er über den LSB als FSJ-ler eingesetzt ist. Er gehört zum Berliner Team bei der SUP-WM im November in Pattaya/Thailand. Er erklärt seinen

Sport: „Long Distance sind zwischen zehn und 16 km lang – mit wenigen Bojen-Turns. Sie fordern vor allem Durchhaltevermögen, Ausdauer und Strategie. Im Technical Race wird bis fünf Kilometer ein technisch anspruchsvoller Kurs abgefahren. Sprintrennen sind 180 bis 250 Meter lang. Die Aktiven lassen auf einer zugewiesenen Spur so schnell wie möglich ihr Brett geradeaus über das Wasser „fliegen“. Rennboards sind in der Regel nicht aufblasbar, lang, schmal und spitz zulaufend. Dadurch sind Spitzengeschwindigkeiten von über 20 km/h möglich. Im Rennsport wird zwischen Flat Water (Seen und Flüsse) und Open Water (Ozeane und Meere) unterschieden. Flat Water Boards haben in der Regel einen geraden Bootsrumpf und eine schneidende Spitze. Open Water Boards haben einen gebogenen Bootsrumpf und eine eher rundere Spitze, um in den Wellen nicht einzutauchen.“



Eine Abteilung Pickleball gibt es beim Berliner Turnverein Olympia.

Die Sportart vereint Elemente aus Badminton, Tischtennis und Tennis. Gespielt wird mit einem Paddle, einer Art übergroßen Tischtennisschläger im Einzel oder im Doppel. Der meist gelbe Kunststoffball ist hohl und durchlöchert. Dadurch fliegt er langsamer als z. B. Tennisbälle. Das Spielfeld ist kleiner als ein Tenniscourt. So wird Pickleball schnell dynamisch.



Jugger-Schnupperworkshop im SportJugendClub (SJC) Lichtenberg:

19 Jugendliche aus mehreren Jugendfreizeiteinrichtungen im Bezirk machten sich in den Sommerferien mit der Trendsportart vertraut. Es gab einen Einblick ins Regelwerk, in die Bedeutung und Handhabung der Pomphen (mit Schaumstoff ummantelte Spielgeräte). Sie entwickelten dann bei ihrem ersten Jugger-Turnier schnell ein Gefühl für den fairen Umgang miteinander, hatten Spaß und gewannen Vertrauen in ihre Kompetenzen. Seit mehr als zehn Jahren wird Jugger im SJC Lichtenberg als eine bewegungsorientierte Methode zum Einüben von prosozialem Verhalten eingesetzt. Das Angebot ist in einen pädagogischen Prozess eingebettet, der u.a. Fairness, Empathie, Kreativität, Selbstwahrnehmung, Teamfähigkeit, Bewegungsdrang sowie Erlebniswunsch und Selbstvertrauen der Teilnehmer*innen in die eigenen Stärken fördert. Zweimal in der Woche können sich die Jugendlichen nachmittags in der Arbeitsgemeinschaft „Jugger“ ausprobieren.
(Siehe auch Seite 14)

Wie fördert mein Verein Trendsport?

Der große Schnelltest für Vereinsvorstände

1. Welche Erfahrungen haben Sie mit Trendsport gemacht?

- Was „in“ ist, kann schnell wieder „out“ sein.
- Persönlich noch keine.
- Ich bin immer wieder begeistert, auf welche Ideen manche Menschen kommen und wie sie einzelne Sportarten weiterentwickeln

2. Sind Sie offen für Trendsport?

- Ja
- Ja, ich glaube aber, dass mein Verein schon gute Angebote macht.
- Ja, ich glaube aber, dass mein Verein schon gute Angebote macht und die Mitglieder zufrieden sind.
- Eher nicht.

3. Würden Sie es – trotzdem – unterstützen, eine Trendsportart in Ihrem Verein fest zu etablieren?

- Das hängt davon ab, wie viele Menschen das Angebot nutzen wollen und ob es dafür Übungsleitende gibt.
- Ich würde Mitglieder und Übungsleitende mal etwas ausprobieren lassen.
- Nein, das Risiko ist mir zu groß: viel ehrenamtlicher Aufwand, Geld womöglich in den Sand gesetzt.

4. Kann Trendsport den Verein voranbringen?

- Woher soll ich das wissen?
- Auf jeden Fall. Es gibt doch Beispiele dafür.
- Nicht automatisch.

5. Wann ist es sinnlos, Trendsport in den Verein aufzunehmen?

- Gute Frage, ich überleg mal.
- Immer. Die Haupt- und Ehrenamtlichen in den Vereinen haben schon genug zu tun.
- Nie. Wenn sich die Menschen immer gegen Veränderungen gewehrt hätten, würden sie heute noch wie die Urmenschen in Höhlen wohnen.

6. Passt Trendsport in das Portfolio aller Vereine – auch der Einspartenvereine?

- Ja. Für alle Vereine gilt: Immer up to date sein.
- Überhaupt nicht.
- Wenn ich das wüsste! Kommt wahrscheinlich auf die Sportart an.

AUSWERTUNG

Beantworten Sie die Fragen und addieren Sie Ihre Punkte.

	-	1	0	3	6
	-	3	-1	1	5
	-	1	3	0	4
	-	0	2	1	3
	-	1	3	-1	2
	-	2	0	1	1
Frage	a	b	c	d	Σ

Bis 5 Punkte: Sie sind Trendsportmuffel – desinteressiert und altmodisch. Wollen Sie das auf sich sitzen lassen? Wenn Sie diese Ausgabe von SPORT IN BERLIN wirklich bis zu dieser Seite durchgeblättert haben, müssten Sie Trendsport ein bisschen cooler finden als bisher – oder wir von der Redaktion haben schlecht gearbeitet.

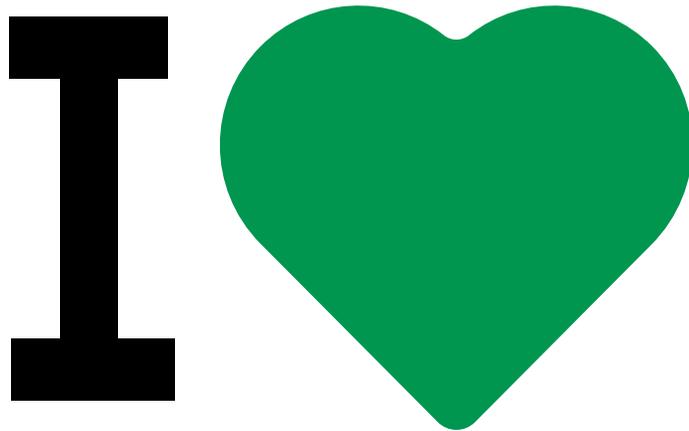
6 bis 11 Punkte: Sie sind ein Ja-klar-äh-nein-ich-mein-jein-Typ! (siehe Songtext Fettes Brot) – unentschlossen, entscheidungsschwach. Wenn Sie das ändern wollen – unsere Gerhard-Schlegel-Sportschule und die Bildungstätte unserer Sportjugend bieten tolle Seminare mit Trendsport-Inhalten an. Das Bildungsprogramm steht auf: <https://lsb-berlin.net/angebote/sportschule/> oder fragen Sie die LSB-Referentin für Vereinsentwicklung, Kim Gödeke, Tel. 030 – 300 02 102, kim.goedeke@lsb-berlin.de

12 bis 16 Punkte: Wow, Sie sind modern, zukunftsgerichtet und flexibel. Versuchen Sie auch andere zu überzeugen. Je mehr so denken wie Sie, desto attraktiver sind unsere Vereine.

Angela Baufeld, Katja Sotzmann

Die besten Geschichten aus jedem Bezirk.

Täglich auf morgenpost.de, in der App und in der Zeitung.



Und Ihr
Liebling?

- Friedrichshain-Kreuzberg
- Mitte
- Neukölln
- Tempelhof-Schöneberg
- Lichtenberg
- Charlottenburg-Wilmersdorf
- Marzahn-Hellersdorf
- Pankow
- Steglitz-Zehlendorf
- Reinickendorf
- Spandau
- Treptow-Köpenick

Einfach mal ausprobieren:
morgenpost.de/ausprobieren



Berliner
Morgenpost

Eine Marke der **FUNKE** Mediengruppe



Weitere Infos und
Registrierung hier:



www.gh-vereinswelt.de

Getränke rein für dein' Verein!

Das sportliche Bonusprogramm
von Getränke Hoffmann



Eure Vorteile



Sofort starten
Einfache und kostenlose
Teilnahme



Prämien sichern
Hochwertige Markenartikel
für verschiedene Sportarten



Teamgeist stärken
Gemeinsam Punkte sammeln
für tolle Teamprämien



Personalisierte Teambekleidung
Euer Logo auf eurer Prämie

MIT DIGITALER SPORTFLÄCHENVERGABE BESSERE AUSLASTUNG ERREICHEN

Dr. Catrin Gocksch, Bezirksstadträtin für Kultur, Schule und Sport in Lichtenberg, über Lösungen für Sportstättenprobleme und mehr inklusive Angebote

1 **SPORT IN BERLIN**
Wo landet der Sport in Ihrer politischen Themenrangliste?
Das Thema Sport ist in meiner politischen Themenrangliste oben angesiedelt. Sport begeistert, macht fit und gesund und steigert das Gemeinschaftsgefühl. Das gemeinsame Sporttreiben im Verein ist für viele Menschen ein wichtiger Pfeiler im Alltag. Die Zusammenarbeit mit dem Bezirkssportbund und dem Landessportbund ist mir eine Freude. Auch der Schulsport ist für meine Arbeit als Bezirksstadträtin für sowohl Bildung als auch Sport eine große Chance. Synergieeffekte durch Sportangebote im schulischen wie außerschulischen Bereich sind großartig nutzbar, indem sie unsere Kinder und Jugendlichen neue Sportarten ausprobieren lassen. So bekommen die Vereine Nachwuchs und die Kinder und Jugendlichen haben Spaß und sind ausgelastet.

2 **Was sind die Schwerpunkte Ihrer sportpolitischen Arbeit und warum genau diese?**
Ich möchte die Vereinstätigkeit in mehrfacher Hinsicht fördern. Zum einen möchte ich die inklusive Sportpolitik weiter forcieren. Aber auch die Unterstützung von Kindern und Jugendlichen in ihrer Vereinstätigkeit, ebenso wie der Ausbau von Angeboten im Frauen- und Mädchensport, sind mir wichtige Anliegen. Wir arbeiten an einer inklusiven Gesellschaft. Körperliche Betätigung ist für alle gut und das Sportmachen im Verein ist in vielerlei Hinsicht förderlich und eine Bereicherung. Es stärkt das Gemeinschaftsgefühl, fördert die Gesundheit und ist ein wichtiger Faktor im Kiezleben, indem es ein generationsübergreifendes Miteinander schafft.



Bezirksstadträtin
Dr. Catrin Gocksch hat Sport ganz oben auf ihrer Agenda.

...

Wo liegen die größten Schwierigkeiten der Sportvereine in Lichtenberg und was tun Sie dagegen?

Viele Vereine haben Schwierigkeiten, ihre gewünschten Sportflächen bzw. Hallenzeiten zu bekommen. Wir versuchen, über die digitale Sportflächenvergabe eine bessere und breiter gefächerte Auslastung zu ermöglichen. Außerdem versuchen wir stetig, neue Sportflächen zu schaffen bzw. bestehende zu erweitern, wo es möglich ist. Dies berücksichtigen wir auch bei der Erstellung des neuen Sportentwicklungsplanes. Zudem prüfen wir perspektivisch die Mehrfachnutzung schulischer Sportanlagen, um diese ggf. auch für den Vereinssport nutzbar zu machen.

3

4 **Lichtenberg hat sich sehr aktiv im Host Town Programm der Special Olympics World Games Berlin 2023 engagiert. Wie können Sie dazu beitragen, dass der Gedanke der Inklusion über die Weltspiele hinaus im Sport und in der ganzen Gesellschaft verankert wird?**

Das Verwaltungshandeln nimmt die inklusive Ausrichtung von Sportangeboten in den Blick. Das bedeutet zum einen die Schaffung von mehr inklusiven Angeboten im Freizeitsportbereich, wie z.B. das Sportband am Zoschke-Stadion. Zum anderen wird im Rahmen der Erstellung des Sportentwicklungsplanes vermehrt darauf geachtet, den Bedürfnissen von Menschen mit Behinderung gerecht zu werden, etwa durch die Anschaffung von geeigneten Sportgeräten. Auch das Ausrichten von inklusiven Wettkämpfen, Turnieren und Sporttagen ist ein weiterer Schritt in Richtung inklusiver Gesellschaft.

Welches Sportereignis hat Sie am meisten geprägt?

Als Kind, Schülerin der 4. Klasse in der Grundschule, hatte ich das große Glück, die damalige Welt- und Europameisterin im Eiskunstlauf, Christine Errath, live beim Training kennenzulernen. Im Rahmen des Schulsports hatten wir Eislauferunterricht im Eisstadion in Hohenschönhausen im heutigen Bezirk Lichtenberg. Dies war die Trainingshalle von Christine Errath. Sie gab mir ein Autogramm auf meinen Schlittschuh. Diesen besitze ich heute noch. Natürlich war ich als Kind und junges Mädchen jahrelang Fan dieser Sportart.

5

„Mein Traum von OLYMPIA“

Was den Sport ausmacht, wofür er steht, das wird gerade auch bei den LSB-Veranstaltungen deutlich. Deshalb hat der LSB gemeinsam mit der Deutschen Olympischen Gesellschaft Berlin eine neue Reihe begonnen: „Mein Traum von Olympia“. Es geht darum, die Olympischen und Paralympischen Spiele, die selbst in der Sportwelt manchmal abgehoben wie ein Raumschiff wirken, wieder an der Basis landen zu lassen. Das kann vor allem über die beeindruckenden Athletinnen und Athleten gelingen, die von ihren olympischen und paralympischen Momenten erzählen. Die



Verbindung lebt aber auch andersherum von der Begeisterung der Kinder und Jugendlichen für Vorbilder und Ziele und von den Ideen der Menschen, wie wir Olympische und Paralympische Spiele künftig als Gewinn für alle gestalten wollen. Es geht uns dabei nicht zuerst um eine mögliche Bewerbung Berlins. Vor allem wollen wir zusammen erreichen, dass Olympische und Paralympische Spiele viele Menschen aller Generationen inspirieren – nicht nur vor dem Fernseher, sondern bei Begegnungen bei ihnen vor der Haustür.

Friedhard Teuffel

Der Nachwuchs beim Berliner TSC hat große Vorbilder im eigenen Verein. „Mein Traum von Olympia“ ist dort schon für viele Aktive wahr geworden – u. a. im Radsport, Eisschnelllauf, Wasserspringen, Boxen, Gewichtheben, Eiskunstlauf, Turnen, Schwimmen. 60 Jahre Berliner TSC ist eine 60-jährige olympische Erfolgsgeschichte – mit Olympiasiegen und -medaillen. Mehr über das **Sportfest beim Berliner TSC steht hier:** www.berlin-hat-talent.de/mein-traum-von-olympia



„Mein Traum von Olympia“ **zu Gast beim Sporttreff Karower Dachse:** Ali Lacin vom Paralympischen SC Berlin, Bronzemedailengewinner 2021 bei den Paralympics im 200-Meter-Lauf, und die Leichtathletin Caterina Granz von der LG Nord gaben für zahlreiche Läufe und Sprints das Startsignal. Die kleinen 30-Meter-Sprintbegeisterten reckten hinterher stolz ihre Urkunden nach oben. **Weitere Infos und Fotos** von diesem Sportfest gibt es hier: www.karowerdachse.de/regen-sonne-heiterkeit

Laura Vargas-Koch vom Ersten Berliner Judo Club gewann bei den Olympischen Spielen 2016 in Rio de Janeiro die Bronzemedaille. Beim gemeinsamen Training mit jungen Aktiven des Vereins KAIZEN Berlin gab sie ihre Begeisterung für die olympische Idee weiter. Ihre Bronzemedaille gab's zum Anfassen – sie brachte sie mit ins Horst-Korber-Sportzentrum. Die Kinder und Jugendlichen machten Erinnerungsfotos mit ihr und schrieben ihren ganz persönlichen „Traum von Olympia“ auf die „Traumwand“ – zahlreich und offen: „Unbedingt in Berlin“, „2036 in Berlin“, „Völker-

verständnis“, „Fairplay – kein Doping“, „Man könnte jetzt schon Athleten für Olympia suchen und die Kinder schon in der Kita für Sport begeistern“, „Gemeinsam inklusiv“, „Olympia für alle – für Sportler, für Zuschauer, für Berliner, für Gäste“, „Berlin ist eine offene Stadt“, „Bezahlbar. Geringe Steuerbelastung. Bevorzugung der Berliner beim Kartenerwerb“, „Mehr Trainer durch zusätzliche Förderung“, „Bau neuer Sportanlagen“, „Dass der Sport wieder mehr im Vordergrund steht und kein kommerzieller Gewinn“, „Ohne Olympia-Boykott und Sperren“.



DEINE IDEEN. DEINE SPIELE.

„DEINE IDEEN. DEINE SPIELE.“
 Unter diesem Namen hat der DOSB eine **Dialog- und Informationsinitiative** zu einer möglichen Bewerbung um Olympische und Paralympische Spiele gestartet. Ziel des Prozesses ist es, gemeinsam mit der Gesellschaft Rahmenbedingungen zu definieren, die als Grundlage für ein innovatives und von einer Mehrheit der Bevölkerung akzeptiertes Bewerbungskonzept dienen.

Sportgroßveranstaltungen in Deutschland, das haben nicht zuletzt die European Championships in München und die Special Olympics World Games in Berlin gezeigt, werden vor allem dann von der Bevölkerung mitgetragen, wenn sie urban, maximal nachhaltig, transparent und unter frühzeitiger Einbindung anderer gesellschaftlicher Bereiche geplant werden. Es sollen ausschließlich bereits existierende oder temporär ertüchtigte Sportstätten genutzt werden, nicht nur in einer Stadt.

Der DOSB hat die interessierten und geeigneten Städte und Länder Hamburg, Berlin, München, Leipzig und Nordrhein-Westfalen in den Prozess eingeladen – um gemeinsam und nicht gegeneinander zu definieren, welches Konzept das Beste für Deutschland ist und international die höchsten Erfolgchancen hat.

Um den Dialog mit der Bevölkerung zu ermöglichen, schafft der DOSB verschiedene analoge und digitale Beteiligungsformate. Dazu gehören Fachtalks. Sie werden als Livestreams ausgestrahlt und stehen im Anschluss auf Abruf zur Verfügung: www.deine-spiele.de/deine-ideen/fachtalks. Außerdem veranstaltet der DOSB im Herbst in den interessierten Städten öffentliche Dialogforen.

Für eine Bewerbung infrage kommen die Olympischen und Paralympischen Spiele 2036 und 2040 beziehungsweise die Winterspiele 2038 oder 2042.
 Mehr Informationen: www.deine-spiele.de

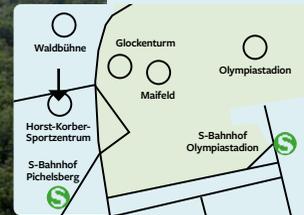
Nathalie Köhn, Teilnehmerin an den Olympischen Spielen 2016

in der Rhythmischen Sportgymnastik, erinnert sich gut daran, was es heißt, Vorbilder im Sport zu haben: „Ich weiß, dass ich einige Vorbilder hatte. Und wenn man sie sieht, dann gibt es so einen Funken und man will es unbedingt auch können und das spornt einen so richtig an.“ Deshalb ist sie gern dabei – bei „Mein Traum für Olympia“ in ihrem Verein, dem 1. VfL FORTUNA Marzahn. Ebenso Anna Anastasija Khmelnytska. Sie war auch Olympiateilnehmerin 2016 in Rio: „Sehr, sehr aufregend, viele Emotionen. Ich glaube, das war das größte Highlight, das ich als Sportlerin hatte.“ Heute geben beide Sportlerinnen ihr Wissen an den Nachwuchs weiter, der von Olympia träumt, Selfies mit seinen Vorbildern macht, Medaillen für die „Traumwand“ malt und entschlossen schreibt: „Olympia. Ja!“. Ein kurzes Video ist online: bit.ly/OlympiaMarzahn – oder einfach den QR-Code scannen.



Im **TEAM BERLIN** ist knapp ein Jahr vor den Olympischen und Paralympischen Spielen in Paris die Vorfreude groß. Rund 100 Athletinnen und Athleten aus der Hauptstadt haben in 27 olympischen und paralympischen Sportarten die Chance, sich zu qualifizieren. Zu ihnen gehören (auf dem Foto v.l.n.r.) Robert Förstmann und Thomas Ulbricht (Vize-Weltmeister im Pararadsport), Lena Hentschel (Olympia-Bronze 2021 im Wasserspringen), Ali Lacin (Para-Leichtathlet, Bronze Paralympics 2021) Tim Hecker (Welt- und Europameister sowie Olympia-Bronzemedaillengewinner 2021 im Kanu) sowie Paralympics-Siegerin Elena Semechin (Schwimmen), die Kanu-Weltmeister Conrad Scheibner, BMX-Fahrerin Lara Lessmann, Diskus-Olympiasieger Christoph Harting, Sprint-Europameisterin Gina Lückenkemper, Skateboarderin Lilly Stoephasius und Breakerin Sanja Jilwan Rasul. Mit Annika Zillekens (ehemals Schleu) und Marvin Dogue (beide Moderner Fünfkampf) haben die ersten beiden Sportler*innen ihr Paris-Ticket in der Tasche.

Horst-Korber-Sportzentrum



Das Horst-Korber-Sportzentrum (HKS) wird vom Landes-sportbund Berlin verwaltet. Es wurde 1990 fertiggestellt und nach Horst Korber benannt – ehemaliger Präsident des Landessportbunds Berlin (1977 bis 1981) und Senator für Familie, Jugend und Sport. Das HKS ist Landesleistungszentrum für die Sportarten Leichtathletik, Handball und Hockey. Zum HKS gehören drei Gebäude: eine Großsporthalle (oben

auf dem Foto), ein Büro- und Übernachtungsgebäude (rechts auf dem Foto) und die Rudolf-Harbig-Halle (unten auf dem Foto) – benannt nach dem Mittelstreckenläufer und Deutschen Meister von 1936. Er gewann bei den Olympischen Spielen 1936 Bronze mit der 4x400-Meter-Staffel. Seit einem Kampfeinsatz 1944 als Fallschirmjäger im Zweiten Weltkrieg gilt er als gefallen oder vermisst.



In dem Bürogebäude ist die Geschäftsstelle des Handball-Verbands Berlin und der BR Volleys, die in der Großsporthalle ihr Trainingszentrum haben. Es gibt außerdem 34 Einzelzimmer: Dort wohnen zurzeit 39 aus der Ukraine geflüchtete Frauen und ihre Kinder – die älteren Kinder trainieren Modernen Fünfkampf, Rhythmische Sportgymnastik oder Rudern. Großsporthalle und Bürogebäude sind unterirdisch miteinander erreichbar. Es gibt dort Krafraum, Sauna, Entmüdungsbecken, Physiotherapie- und Seminarräume und eine gastronomische Einrichtung. Die Räume stehen vor allem den Sportverbänden für Handball, Hockey, Volleyball und Leichtathletik zur Verfügung. Sie können bei freien Kapazitäten von anderen Organisationen genutzt werden.

Die Großsporthalle ist 88 Meter lang, 48 Meter breit, 14m hoch hat – wenn die Zuschauertribünen ausgefahren sind – 3.500 Sitzplätze.

Die Teilungsmöglichkeiten der Halle ermöglichen zwei oder drei Veranstaltungen zur selben Zeit. Bei den Special Olympics World Games 2023 fanden hier die Handballspiele statt. Im nächsten Jahr wird hier vom 8. bis 11. Februar die Hallenhockey-Europameisterschaft der Damen ausgetragen.





Lotta Edzards (16) und Fritz Völkel (17) trainieren in der Rudolf-Harbig-Halle, dem Landesleistungszentrum der Leichtathletik. Sie ist Bundeskaderathletin im Dreisprung. Er ist Landeskaderathlet im Weitsprung. Beide besuchen die Eliteschule im Olympiapark – Poelchau-Schule.



Training im Krafraum der Rudolf-Harbig-Halle. Fritz Völkel gehörte zum Berliner Team beim 17. European Youth Olympic Festival vom 23. bis 29. Juli in Maribor (Slowenien). Mit einer Medaille hatte er nicht gerechnet: „Ich wollte vor allem Wettkampferfahrung sammeln und mich weiterentwickeln.“ Seine Bestweite im Weitsprung ist 7,05 Meter.



Trainingspause: An der verglasten Seitenwand ist es hell und freundlich – Lotta Edzards und Fritz Völkel mit Landestrainerin Hrvoislava Starcevic (Mi).



Bei gutem Wetter lässt es sich auch draußen vor der Rudolf-Harbig-Halle gut chillen.



Konzentration. Lotta Edzards Bestweite im Dreisprung ist 12,17 Meter.



Vor der Rudolf-Harbig-Halle: Denkmal für Son Kee Chung – erster Koreaner, der beim Olympia-Marathonlauf 1936 Gold gewann. Da Korea zu dieser Zeit Teil des Japanischen Kaiserreichs war, musste er für Japan starten. Er wird bis heute in Südkorea als Nationalheld verehrt.

4 FRAGEN AN LOTTA EDZARDS UND FRITZ VÖLKE

Wie oft trainiert Ihr in der Rudolf-Harbig-Halle?

Fritz Völkel: In der Saison einmal täglich: Dienstag bis Donnerstag immer vormittags, Montag und Freitag anderthalb bis zwei Stunden am Nachmittag. In der Aufbauphase habe ich zusätzliche Trainingseinheiten an ein bis zwei Tagen in der Woche. Im Sommer sind wir natürlich seltener in der Halle.

Lotta Edzards: Ich trainiere sechs bis siebenmal in der Woche. Die Einheit geht dann ungefähr zwei Stunden. Manchmal länger, manchmal kürzer – kommt ganz drauf an, wann der nächste Wettkampf ansteht.

Macht Euch das Training in der Halle Spaß?

Fritz Völkel: „Ja, sehr. Die Anlage ist gut, in einem Topzustand. Ich trainiere sowieso lieber in der Halle, weil man witterungsunabhängig ist.“

Lotta Edzards: „Die Sportstätte ist gut ausgestattet – mit Hochsprung- und Weitsprunganlagen. Wir sind hier eine gute Gruppe, zwischenmenschlich funktioniert es gut.“

Was würdet Ihr in der Halle verändern, wenn ihr es könntet?

Lotta Edzards: „Eigentlich nichts. Aber wenn ich etwas sagen soll, dann vielleicht das: Man könnte den Kraftraum etwas vergrößern – dort ist es ein bisschen eng. Ein besseres Lüftungssystem wäre auch gut. Bei Wettkämpfen und wenn dann noch Zuschauer dabei sind, wird die Luft schnell stickig.“

Wo in der Halle ist Euer Lieblingsplatz?

Beide: „An der Weitsprunganlage – dort, wo wir unsere Disziplin ausüben, wo wir die Trainingseinheiten machen, bei denen wir am meisten Spaß haben.“

ADRESSE

Horst-Korber-Sportzentrum (HKS), Glockenturmstraße 1 - 5, 14053 Berlin

KONTAKT

Harry Arndt, Leiter des HKS, Tel. 030 - 300 06-150, Harry.Arndt@lsb-berlin.de



Spieler und Stützpunktleiter am Olympiapark, Andreas Moroff (li.), und Trainer Dimo Bilic (re.) feierten gemeinsam schon viele Erfolge.

„Mach Sport, Sport, Sport!“

Beim Verein PingPongParkinson spielen Betroffene Tischtennis und trainieren Bewegungsabläufe, die den Symptomen der Krankheit entgegenwirken.

Frank Elstner hat viele Fernsehformate erfunden, nicht bloß „Wetten dass...?“ Aber als der mittlerweile 81 Jahre alte Moderator im vergangenen Mai bei einem Turnier in Düsseldorf zum Tischtennis-Schläger griff, ging es um keinen Wetteinsatz, sondern die eigene Gesundheit. Elstner, der 2019 seine Parkinson-Erkrankung öffentlich machte, wollte auch Vorbild sein.

„Es gibt einen Tipp, den ich jedem Betroffenen geben kann: Mach Sport, Sport, Sport!“, sagte die TV-Legende, die 2021 das Buch „Dann zitter‘ ich halt“ schrieb, dem MDR. Das Turnier, an dem er und 199 andere Erkrankte teilnahmen, veranstaltete der Verein PingPongParkinson (PPP), der mittlerweile auch an 13 Standorten in und um Berlin Tischtennis-Training anbietet.

Dienstags und donnerstags etwa treffen sich Erkrankte und Angehörige im Turnhaus des Olympiaparks in der Hanns-Braun-Straße 1, betreut vom früheren Landestrainer Dimo Bilic. Dort, wo draußen Fußballer von Hertha BSC auf Rasenplätzen am Olympiastadion trainieren, arbeiten drinnen Parkinson-Betroffene spielerisch daran, beweglich und agil zu bleiben.

Experten zufolge schule Tischtennis - wie Tanzen oder Boxen - Ausdauer, Konzentration und Reaktion, ermögliche Bewegungsabläufe, die Symptomen der Krankheit entgegenwirken. Wer das Training in der Turnhalle am Olympiapark verfolgt, sieht auf den ersten Blick keine Einschränkungen, nur ein Dutzend Männer und Frauen, die an Platten die Schläger schwingen.

Bei genauerem Hinsehen fällt doch auf, dass einige Teilnehmer hier mit Problemen kämpfen. Wolfgang Hoelscher-Obermaier etwa bewegt sich auffällig ruckartig, dreht sich bei

Schlägen bisweilen um die eigene Achse. Er ist Landesleiter Berlin beim Verein PPP, der sich erst 2020 gegründet hat und bereits über 1.200 Mitglieder verfügt, wie er in einer Spielpause berichtet.

„Wir versuchen möglichst vielen Parkinson-Betroffenen Tischtennis zu ermöglichen, weil es viele gute Effekte für sie hat“, sagt Hoelscher-Obermaier und zeigt einen Flyer: Tischtennis als Bestandteil der Parkinsontherapie. Der Verein lädt, unabhängig von Vorkenntnissen, Alter oder Stadium der Erkrankung, zum Schnuppertraining mit Voranmeldung in Stützpunkte ein.

In Berlin gibt es Stützpunkt-Standorte auch in Spandau, Lichterfelde, Reinickendorf, Marienfelde, Friedrichshain, Lichtenberg, Köpenick und bald auch Kreuzberg. In Brandenburg kann man in Potsdam, Trebbin, Oranienburg und Stahnsdorf trainieren.

Mehr Infos zu den genauen Trainingszeiten und -orten findet man unter www.pingpongparkinson.de/berlin.

„Ich finde es gut, dass Leute aus der Isolation geholt werden“, sagt Hoelscher-Obermaier. „Viele fallen nach der Diagnose in eine Isolation, bei mir war es auch so.“ Der 60-Jährige erfuhr bereits mit 44 davon, arbeitete noch bis 58 als Beamter im Auswärtigen Amt. Nach dem Ruhestand vor zwei Jahren musste er sich aber auch erstmal neue Freundeskreise suchen.

Über das Tischtennis lernte er viele Gleichgesinnte kennen, mit denen er sich auch über die Krankheit austauschen kann. Wie Andreas Moroff, den Stützpunktleiter am Olympiapark. „Ich hatte zuletzt als Kind am Schulhof Tischtennis gespielt“, erzählt er, auch kurz pausierend. „Es hilft schon wahnsinnig, ich habe den Tremor linksseitig stark ausgeprägt, aber sobald ich an der Platte stehe und Bälle schlage, geht das fast weg, man merkt es beim Spielen kaum.“

Das sei eine enorme Erleichterung für Erkrankte, denen die Konzentration auf den Ball helfe. „Man muss sich auch viel bewegen, es wird viel angesprochen, Tischtennis ist zum Beispiel super fürs Herz, eine gleichmäßige Bewegung, aber

keine Überbelastung oder Inaktivität.“ Die PPP-Community sei daher stark wachsend. „Es verbreitet sich wie ein positiver Virus.“

Ein Virus gegen eine Nervenkrankheit, an der bis zu 400.000 Personen in Deutschland leiden. Einer von ihnen ist Wolf Beyer. „Ich bin vermutlich der Älteste hier, mit 81 Jahren.“ Seit einem halben Jahr spielt er hier. „Es macht mir unheimlich Spaß.“ Obwohl die Krankheit noch nicht weit fortgeschritten ist, hat er sie seit 15 Jahren. „Beim Tischtennis merke ich fast nichts.“

Den ein Jahr älteren Trainer lobt Beyer, der finde immer den richtigen Ton, sei kein Schleifer. Dabei ist Dimo Bilic eine Art lokale Legende. Der gebürtige Jugoslawe, seit 1973 in Berlin, spielte einst bei Hertha BSC Tischtennis-Bundesliga, gewann als Senior 24 EM- und WM-Medaillen. Seit Oktober vergangenen Jahres leitet der Pensionär ehrenamtlich das Training.

„Ich kann natürlich keine schwierigen Übungen machen, muss Rücksicht nehmen auf Einschränkungen und Vorerfahrung“, sagt Bilic, der schon Gefangene in der JVA Tegel trainierte. „Ich habe ein bisschen Helfersyndrom“, sagt er und lacht. Seit 40 Jahren arbeitet er ehrenamtlich in seiner Wahl-Heimat. „Mein Motto ist: Berlin, ich gebe dir etwas zurück.“

Bei den Parkinson-Betroffenen im Olympiapark kommt es gut an. „Ohne ihn wären nicht so viele Leute hier“, sagt Moroff, der selbst dank des guten Trainings schon viele Erfolge feierte. So erreichte er bei der ersten PingPongParkinson German Open 2021 das Einzel-Halbfinale. „Aber hier spielen auch Stärkere gegen Schwäche, wir helfen uns gegenseitig“, sagt Moroff. Nicht nur beim Tischtennis, sondern auch beim Umgang mit Parkinson: welche Medikamente helfen, wer verträgt was wie, wie es einem heute geht, was aktuelle Einschränkungen sind.

Und so vergehen schnell drei Stunden beim Training, in denen das Zittern für einige Zeit vergessen werden kann.

Dominik Bardow

Wolfgang Hoelscher-Obermaier ist Landesleiter Berlin beim Verein PPP und spielt selbst Tischtennis gegen Parkinson.



„WIR LASSEN DIE KINDER JA AUCH NICHT ÜBER EINE 1,06-METER-HÜRDE SPRINTEN“



Dominic Ullrich vom Deutschen Leichtathletik-Verband über die Änderungen bei den Bundesjugendspielen

INTERVIEW

Herr Ullrich, über die Bundesjugendspiele wird gerade öffentlich viel diskutiert. Was genau ändert sich im neuen Schuljahr 2023/24?

Der Ausschuss für die Bundesjugendspiele und die Kommission Sport der Kultusministerkonferenz haben Veränderungen in der Leichtathletik und im Schwimmen für die Klassen 3 und 4 beschlossen. Es ändert sich eine Umsetzungsform: Die Wettkampfform ist ab diesem Schuljahr für diese beiden Klassenstufen nicht mehr vorgesehen. Ab dem Schuljahr 2023/2024 gibt es in den Klassenstufen 3 und 4 in den Grundsportarten Leichtathletik und Schwimmen nur noch die Wettbewerbsform – so wie es bisher schon in Klasse 1 und 2 ist. Alles andere bleibt unverändert.

Warum sind die Änderungen notwendig?

Die Wettkampfform basiert auf internationalen Regeln und ist normiert. In der Leichtathletik kann man das gut deutlich machen. Zum Beispiel am Zeitfaktor: Wenn man beim Weitsprung zentimetergenau misst, dauern Weitsprungversuche ziemlich lang – eine Minute etwa pro Person. Kinder stehen relativ lange in der Schlange. Bei einer Gruppe von 25, 30 Kindern wartet ein Kind eine halbe Stunde bis zum nächsten Sprung. Ich nenne das Schlangenformationswarten. Das ist doch nicht kindgemäß.

Welche anderen Gründe gibt es?

50 Meter Sprint klingt für Erwachsene kurz. Für Sechs- bis Neunjährige ist die Strecke viel zu lang. Der Deutsche Leichtathletik-Verband sieht für Acht- und Neunjährige 40 Meter vor, für Sechs- und Siebenjährige 30 Meter – es geht ja beim Sprint vor allem um Schnelligkeit. Das hat mit dem Thema Energiebereitstellung zu tun. Maximale Schnellkraft-Bewegungen, die länger als 8 Sekunden dauern, haben eher einen Ausdauererfekt. In der 4. Klasse gibt es längere Sprintzeiten – 9 und 10 Sekunden. Deshalb müssen wir Sprintstrecken anbieten, die maximal acht Sekunden lang sind, eher kürzer, damit wir wirklich die Schnelligkeit messen. Für die Vereine im Deutschen Leichtathletik-Verband gilt das schon seit zehn Jahren.

Und noch ein Grund für die Änderung: Der bisherige Wettkampf besteht aus 50-Meter-Sprint, Schlagballweitwurf, Dreisprung. Die Disziplinauswahl ist also sehr eingeschränkt. Die Leichtathletik besteht aus viel mehr Disziplinen: Mehrfachsprüngen, Drehwürfen, Stoßen, Hürdensprints – um nur ein paar zu nennen. Gerade die Kinder im frühen und späten Schulkindalter – also bis zur 4. Klasse – sind im besten motorischen Lernalter. Deshalb ist es wichtig, dass sie die Disziplinvielfalt kennenlernen.

Welche Rolle spielt dann noch der Wettkampf in den Grundschulklassen bis Klasse 4?

Der Wettbewerb gewinnt zwar eine erhöhte Bedeutung. Das heißt aber nicht, dass es beim Wettbewerb keinen Wettkampf mehr gibt.

Für den 50-Meter-Sprint gibt es eine Zeit und eine Punkttabelle – sofort ablesbar. Bei 40- und 30-Meter-Sprints wird genauso die Zeit gemessen. Aber es gibt eben keine Punkttabelle. Deshalb müssen die Kinder anders miteinander verglichen werden: Anhand der Zeiten ergeben sich Platzierungen. Auf dieser Grundlage werden Sieger-, Ehren- und Teilnahmeurkunden vergeben. Der Vergleich erfolgt innerhalb einer Klassenstufe.

Auch beim Weitsprung wird Leistung ermittelt. Aber eben nicht auf den Zentimeter genau, sondern über Zonen – die Ergebnisse können einfacher und schneller abgelesen werden.

Wenn nicht mehr zentimetergenau gemessen wird, verwässert dann nicht doch der Leistungsgedanke?

Aus Sicht der Kinder: Was bringt der Zentimeter? Macht es Sinn, den besten Sprung zu werten? Oder ist es besser, die Bewegungsqualität, die auch eine Leistung ist, abzubilden? Nicht der eine, vielleicht beste Sprung zählt, sondern die drei besten werden addiert. Dadurch entsteht eine andere Form der Leistungsdarstellung. Die Zone darf natürlich nicht so breit sein, dass alle Kinder das gleiche Ergebnis haben. Wenn die Zonen 25 Zentimeter breit sind, heben sich die guten immer noch deutlich ab. Das heißt: Eine gröbere Auflösung zeigt weiterhin deutliche Leistungsunterschiede. Diese Wettbewerbsform ist kindgemäßer, weil sie schneller geht und Bewegungsqualität provoziert. Das ist wichtig, damit Kinder auch lernen, sich bei jedem Versuch anzustrengen. Das Prinzip des einen, besten Versuchs ist ein Prinzip in der Jugend- und Erwachsenenleichtathletik. Gerade bei Kindern ist diese andere Herangehensweise von ganz großer Bedeutung.

Ist es nicht gerade kindgerecht, sich zu messen? Ein Kind will immer besser, schneller sein, als das andere. Muss das nicht gefördert werden?

Ja. Kinder bekommen ein Regelwerk, mit dem sie sich messen können. Wenn wir Kinder verlieren, nur weil wir ein Regelwerk aus dem Erwachsenenbereich auf sie übertragen, ist niemandem geholfen. Die Kinder müssen das Gefühl haben: Sie springen wie Malaika Mihambo oder rennen wie Usain Bolt. Aber sie müssen es nicht genau nach dem gleichen Regelwerk machen. Wir lassen Kinder ja auch nicht über eine 1,06 Meter hohe Hürde sprinten. Wir geben ihnen auch keine 7,26 Kilo Kugel in die Hand.

Kann die aktuelle Diskussion um die Bundesjugendspiele dabei helfen, den Schulsport zu verbessern? Schließlich werden dort die Grundlagen für erfolgreiche Bundesjugendspiele gelegt – nach dem Motto: Übung macht den Meister.

In der Diskussion um die Bundesjugendspiele spiegelt sich natürlich wider, dass es bundesweit Probleme mit dem Sportunterricht gibt: der Lehrkräftemangel, der weiter zunehmen wird, und die Qualifikation der Lehrkräfte. Bundesweit unterrichten etwa die Hälfte der an den Grundschulen eingesetzten Lehrkräfte fachfremd Sport. Der Ausschuss der Bundesjugendspiele und die Spitzenverbände bringen sich aktiv ein, machen Qualifizierungsangebote.

Das Interview führte Angela Baufeld.

Über die Bundesjugendspiele

Die Bundesjugendspiele gibt es seit 1951. Sie finden einmal im Jahr an Schulen statt. Die Teilnahme bis zur zehnten Klasse ist Pflicht. Sie können seit 2001 in drei Angebotsformen und drei Sportarten (Leichtathletik, Schwimmen, Turnen) durchgeführt werden. Neben dem Wettkampf gibt es den Wettbewerb und den Mehrkampf. Der Mehrkampf vereint alle drei Sportarten mit jeweils einzelnen Übungen. Für alle drei Angebotsformen gibt es Ehren-, Sieger- und Teilnahmeurkunden.

Über Dominic Ullrich

Er ist Lehrertrainer und Leistungssport-Koordinator an der Carl-von Weinberg-Eliteschule des Sports in Frankfurt/Main. Ehrenamtlich ist er Vizepräsident Jugend beim Deutschen Leichtathletik-Verband, Vertreter der DOSB-Spitzensportverbände im Vorstand der Deutschen Schulsportstiftung und Mitglied im Ausschuss der Bundesjugendspiele. Er war ein international erfolgreicher Leichtathlet: In der Altersklasse 35 gewann er 2004 WM-Gold mit der 4x200 m Staffel. Vizeweltmeister wurde er über 200 m und Bronze holte er bei den „World Masters Athletics Championships“ im 60 m Sprint.

▼ Anzeige



Michael Möhr Geschäftsführer defendo Asseuranzmakler

GLÜCKWUNSCH; DU BIST VERSICHERT!

Mit der Mitgliedschaft bezahlt: Unfall- und Haftpflicht-Basischutz für Vereinssportler in Berlin und Brandenburg.

diesportversicherung.de

präsentiert von **defendo**
Asseuranzmakler GmbH



GUTSCHEIN
für ein kostenloses
**ERWEITERTES
BLUTLABOR**
IM WERT VON 30,- EUR
bei Buchung einer
sportmedizinischen
Untersuchung*

Lizenziertes
Untersuchungs-
zentrum



Höher, schneller, gesünder!

Gesundheits- und Leistungs-Checks für Einsteiger und fortgeschrittene Sportler

Ob Sie Einsteiger sind oder schon lange sportlich aktiv – wir unterstützen Sie dabei, richtig, gesund und effektiv zu trainieren.

Unser spezielles Know-how in der gesundheitlichen Diagnostik bei Sportlerinnen und Sportlern jeden Alters und Leistungsniveaus hilft auch Ihnen, Trainingfehler zu vermeiden und Ihre Leistungsfähigkeit zu erhalten oder zu steigern.

Mit individuellen Checks ermitteln wir Ihren aktuellen Gesundheitszustand, gesundheitliche Risikofaktoren sowie versteckte Potenziale.

In einem ausführlichen Beratungsgespräch geben Ihnen unsere Sportmedizinerinnen und -mediziner individuelle Hinweise zur Trainingssteuerung sowie weitere Gesundheitstipps. Außerdem erhalten Sie einen schriftlichen Bericht mit den wesentlichen Ergebnissen Ihrer sportmedizinischen Untersuchung.

Spezielle Untersuchungen für Laufanfänger und -profis

- Computergestützte Lauf- und Ganganalyse
- Lauf-Check
Gesundheits-Check und Laufband-Ergometrie mit Laktattest
- internistisch-kardiologischer und orthopädischer Status
- Ruhe- und Belastungs-EKG
- Ultraschall-Untersuchungen
- Blutlabor
- Feldtests
- Trainings- und Ernährungsberatung
- Sonderkonditionen für Gruppen

Trainingsangebote im Sport-Gesundheitspark

- Gesundheits- und Rehasport für jedes Alter und Fitnesslevel
- Ausgleichs- und Athletiktraining für leistungsorientierte Sportler
- Training bei qualifizierten Sportwissenschaftlern an unseren fünf Berliner Standorten

Betriebliches Gesundheitsmanagement

- sport- und präventiv-medizinische Untersuchungen und Beratungen
- unterstützende Maßnahmen wie Vorträge und Schulungen

Zentrum für Sportmedizin

Charlottenburg (Olympiapark) ☎ 030 81 81 20
✉ charlottenburg@zentrum-sportmedizin.de

Hohenschönhausen (Sportforum) ☎ 030 72 626 720
✉ hohenschoenhausen@zentrum-sportmedizin.de

www.zentrum-sportmedizin.de



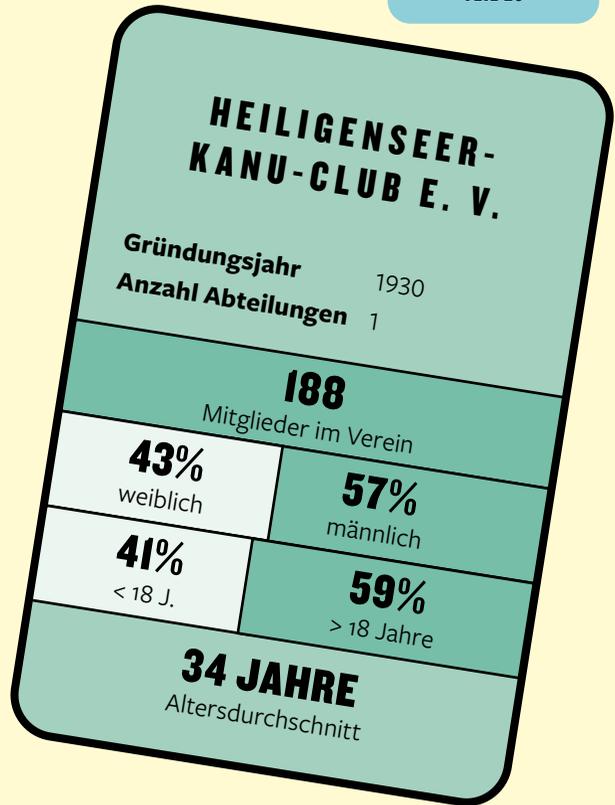
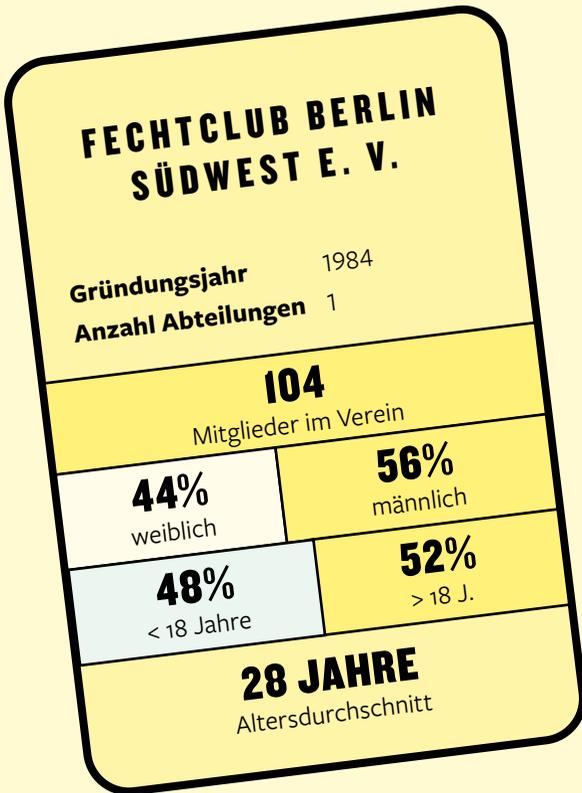
Unsere Standorte
und Trainingsvideos
auf YouTube

**Zentrum für
Sportmedizin**



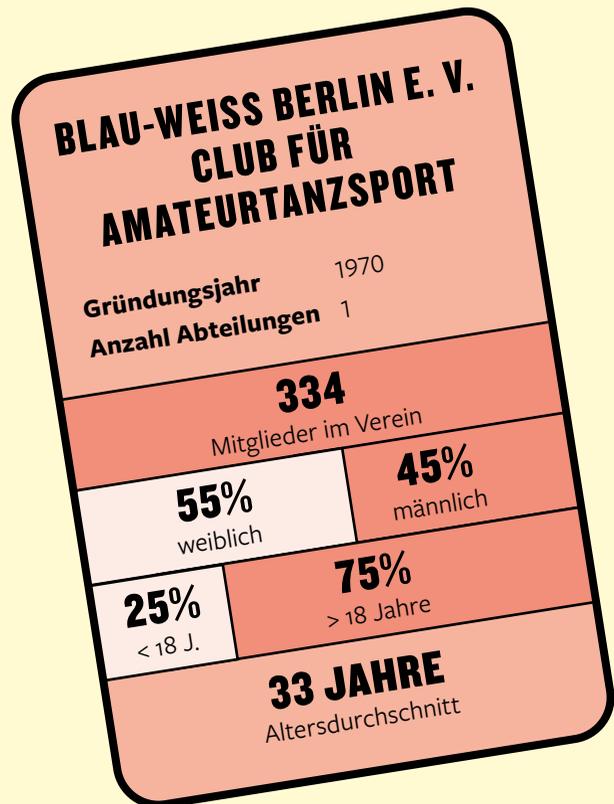
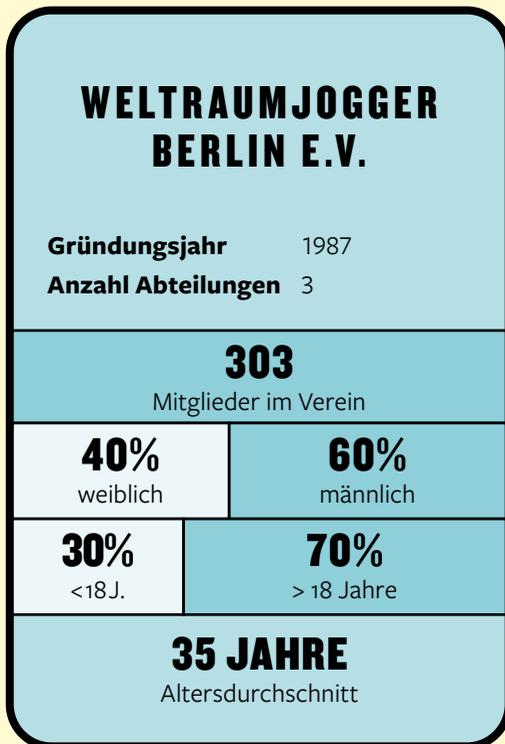
Sport-Gesundheitspark

Gesund bewegen.



Am Puls der Zeit

Das sind die kleinsten Vereine*, die in jüngster Zeit direkte** Mitglieder des LSB wurden:



* Das sind die kleinsten Vereine, die in jüngster Zeit LSB-Mitglied wurden – nach den kleinsten Vereinen, die in der letzten und vorletzten Ausgabe in dieser Rubrik vorgestellt wurden.
** Der LSB hat im vergangenen Jahr die ersten Vereine als direkte Mitglieder aufgenommen. Das war durch eine Satzungsänderung möglich geworden.
Informationen: www.lsb-berlin.de/aktuelles/direkte-mitgliedschaft-im-lsb

Athletic Sport Sponsoring
— ICH BIN DEIN AUTO

RUNDUM **SORGLOS!**

Deutschlands günstige **Auto-Flat**

ab mtl.
359 €



Scanne den QR-Code mit Deinem Smartphone
und entdecke unser Autoangebot.

Athletic Sport Sponsoring
0234 95 128 - 5800 | beratung@ichbindeinauto.de

LANDES
SPO
RT
BUND
BER
LIN

Kooperationspartner seit 2000

LUIS LENHART KOCHT FÜR DEN ERFOLG

Luis Lenhart hat in diesem Jahr schon zahlreiche Erfolge eingefahren. Bei einem internationalen Turnier in der Schweiz belegte er den dritten Platz im Mehrkampf und den zweiten Platz am Barren. Der 17-jährige Turner, der das Schul- und Leistungssportzentrum Berlin (SLZB) besucht, trainiert 26 Stunden pro Woche – und findet trotzdem noch Zeit für sein Hobby: Kochen.

TALENT UND TRAINER*IN



Luis Lenhart – sein langfristiges Ziel: an Olympischen Spielen teilnehmen.

• • •

Welche Turn-Geräte liegen Dir besonders?

LUIS LENHART: Grundsätzlich gefällt mir die Vielseitigkeit am Turnen sehr. Die Abwechslung bereitet mir viel Freude. Aber ich mag Pauschenpferd und Barren am meisten. Es liegt mir wahrscheinlich einfach am besten – und ich habe an diesen Geräten den größten Spaß. Ich denke, an diesen beiden Geräten wird auch langfristig viel möglich sein.

Was muss man als Turner mitbringen?

LUIS LENHART: Man muss ehrgeizig sein, man muss motiviert sein. Aber man muss auch physikalische Eigenschaften mitbringen: Man sollte nicht zu groß sein, man sollte nicht zu schwer sein. Man muss Kraft haben, aber gleichzeitig auch beweglich sein. Also, es braucht schon viele Dinge, um wirklich erfolgreich zu sein.

Wie viel trainierst Du? Und hast Du – neben der Schule – überhaupt noch Freizeit?

LUIS LENHART: Wir trainieren 26 Stunden in der Woche, die über zehn Einheiten verteilt sind. Freizeit ist da eher selten. Ich habe aber schon noch Zeit für meine Hobbys. Ab und zu fahre ich am Wochenende Motorrad. Ich koche auch selbst viel und gern, aber das gliedert sich eigentlich in meinen Alltag ein. Dieses Hobby hilft mir sogar bei meiner Hauptbeschäftigung, dem Turnen. Aber das Turnen macht mir einfach auch viel Spaß. Das allein motiviert mich auch jeden Tag aufs Neue, zum Training zu gehen.

Was ist Luis für ein Typ?

STEFFEN JAHN: Luis ist sehr ehrgeizig und sehr strukturiert. Er hat seine klaren Vorstellungen. Dadurch bekommt man aber auch immer gutes Feedback, was man wie angehen sollte. Aber seine ganz große Stärke, gerade in den vergangenen Monaten, war seine Zielstrebigkeit. Er hatte auch die ein oder andere Verletzungspause und keinen leichten Weg. Sein Charakter hilft ihm da.

Warum liegen Luis Barren und Pauschenpferd so gut?

STEFFEN JAHN: An den beiden Geräten hatte er in letzter Zeit wirklich sehr große Erfolge, auch in einem starken Starterfeld. Am Pferd braucht man eine schöne Hüftstreckung und muss die Beine gerade halten können. Längere Arme können auch nicht schaden. Das bringt Luis mit – und deswegen liegt ihm das wahrscheinlich auch ganz gut. Luis ist aber auch schnell und kann jetzt wieder mehr Akrobatik trainieren. Vielleicht kommt also noch das eine oder andere Gerät dazu.

Was wünschen Sie sich für die nähere Zukunft?

STEFFEN JAHN: Erst einmal soll Luis vor allem gesund bleiben, gerade nach den Verletzungen der letzten Zeit. Ich hoffe, er behält weiterhin die Freude am Sport. Dann bleibt auch langfristig die Motivation oben. Dann wird er seine eigenen Ziele und seinen eigenen Weg finden. Es wäre natürlich wirklich toll, wenn er es mal zu Olympia schafft und wir dann sagen können: Hey, da ist ein Berliner, den kennen wir! Das wäre schon cool.

Die Fragen stellte Johannes Heine.

Trainer

Steffen Jahn: „Cool, wenn es Luis mal zu Olympia schafft.“

• • •



Welche Eigenschaften schätzt ihr aneinander am meisten?

LUIS LENHART: Ich schätze seinen Humor. Aber gleichzeitig kann er auch echte Härte zeigen.

STEFFEN JAHN: Ich schätze seine Zielstrebigkeit und seine Offenheit, die er auch mir gegenüber mitbringt.

Die Aktion „Nachwuchssportler*in des Monats“ wird unterstützt von:



ERFOLGSGEHEIMNIS: VIELSEITIGKEIT UND EMPATHIE

Jan Bekurtz (2.v.r.) bildet als Landestrainer den Nachwuchs im BMX-Freestyle aus

Jan Bekurtz ist erst seit rund einem Jahr LSB-Landestrainer für BMX-Freestyle. Ein Neuling ist er dennoch nicht. Als Coach für junge Radfahrerinnen und Radfahrer, die im Bicycle Motocross (BMX) Rennen fahren wollen, ist er schon viel länger tätig. Über viele Jahre stand er in Diensten des Vereins Mellowpark, der im Berliner Ortsteil Köpenick einen großen BMX- und Skateboardpark betreibt – zugleich praktisch der einzige wirklich große BMX-Park in ganz Berlin.

Als Mitarbeiter beim Mellowpark profitierte Jan Bekurtz von seiner beruflichen Vielseitigkeit. Er ist auch ausgebildeter Zweiradmechaniker, sodass er bei technischen Problemen mit den BMX-Rädern selbst mal Hand anlegen kann. Zudem hat er sich in dieser Zeit zusätzlich die Kunst der Fotografie angeeignet und hatte mit Bildern von Action und Sportwettbewerben großen Erfolg. Schließlich absolvierte er ein Studium als Erzieher bzw. Pädagoge, was ihm bei der sportlichen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen natürlich zugute kommt.

Den Weg zum BMX fand der gebürtige Berliner zunächst als Aktiver: „Ich hatte als Kind und als Jugendlicher unheimlich viel Spaß, BMX zu fahren, habe da meine Freunde kennengelernt und dann auch an Wettbewerben teilgenommen.“ Er sei zwar eine Art BMX-Profi gewesen, aber eine Existenz habe er sich damit damals nicht aufbauen können. „Es war eher ein Zubrot, wie bei einem Studentenjob.“ Auch seien die Strukturen vor 20 Jahren keineswegs so professionell gewesen wie heute. „Rund um die Wettbewerbe gab es große Partys bis weit in die Nacht hinein und da wurde auch getrunken“, erinnert er sich. „So läuft das heute natürlich nicht mehr ab.“

Als Coach beim Verein Mellowpark kümmerte sich Jan Bekurtz lange Zeit um die Einsteiger, um Mädchen und Jungen im Alter von etwa acht bis 13 Jahren. „Es ging vor allem darum, die Eigenmotivation der Kinder zu stärken, dass sie mit viel Spaß bei der Sache sind, damit sie dabei bleiben und sich weiterentwickeln.“ Diesem Ansatz bleibt der Übungsleiter auch als Landestrainer treu, wo er nun in erster Linie die Zwölf- bis 18-Jährigen unter seinen Fitti-

chen hat. Er setzt auch bei den Jugendlichen auf eine hohe intrinsische Motivation, auf eine innere Motivation aus sich selbst heraus. „Ich will, dass die jungen Athleten Spaß beim BMX fahren haben, sich etwas zutrauen, ihre Chancen sehen und Herausforderungen suchen“, betont er.

Damit die Nachwuchsfahrerinnen und -fahrer dem Sport treu bleiben, komme es vor allem darauf an, sie über Erfolge zu motivieren, ist Jan Bekurtz überzeugt. „Start, Landungen, Kurvenfahrten, Drehungen, Rollen und Sprünge – das müssen sie ja alles erst lernen. Ich gestalte die Übungen so, dass die jungen Leute möglichst viele Erfolgserlebnisse haben und so ihren inneren Antrieb behalten, weiterhin den Sport zu betreiben“, erläutert der 42-Jährige. Es komme darauf an, das Trainingsprogramm Schritt für Schritt aufzubauen. Viele kleine Fortschritte und Erfolgserlebnisse seien am besten dazu geeignet, die Athleten voranzubringen und bei der Stange zu halten. Und gemeinsame Erfolge müsse man anschließend auch feiern, meint der Trainer.

Darüber hinaus hält Jan Bekurtz viele Gespräche mit seinen Schützlingen für ein wichtiges Instrument bei seiner Arbeit: „Ich spreche oft und intensiv mit den Mädchen und Jungen, um sie zum Beispiel aus einem Tief wieder herauszuführen, vor allem aber auch, um ein enges Vertrauensverhältnis aufzubauen.“ Besonders bei den Jüngeren sucht er zudem den Austausch mit den Eltern und erkundigt sich nach dem sozialen Umfeld. „Ganz zuvorderst kommt es aber auf Fun an. Wenn die Fahrerinnen und Fahrer keine innere Befriedigung beim BMX erleben, verlieren sie irgendwann die Lust und sind nicht mehr bereit, so viel Zeit in den Sport zu investieren, wie es nun einmal nötig ist“, ist sich Jan Bekurtz sicher.

Mit seiner Arbeit hat der Coach in jüngster Zeit dazu beigetragen, tolle Erfolge zu ermöglichen. Große Freude haben ihm die wundervollen Auftritte von Lara Lessmann gemacht. Die heute 23-Jährige ist 2017 wegen der besseren Trainingsbedingungen aus Schleswig-Holstein nach Berlin gekommen und hat bei der Olympia-Premiere des BMX-Freestyle 2021 in Tokio einen mehr als beachtlichen sechsten Platz geschafft. „Dabei hatte sich Lara Lessmann sieben Wochen vor Olympia bei der Weltmeisterschaft in Montpelier durch einen Sturz das Schlüsselbein gebrochen. Wir haben trotzdem zusammen weitergemacht, und sie hat in Tokio diesen schönen Erfolg eingefahren“, freut er sich noch heute.

Unter den aktuell von ihm trainierten Schützlingen sieht Jan Bekurtz ebenfalls ganz große Talente. Insbesondere der erst



13-jährige André Käster sowie Max Martin Gross und Jonathan Zachow, beide 16 Jahre alt, beeindruckten ihn. „Ich habe selten einen Nachwuchsfahrer gesehen wie Jonathan Zachow, der mit so viel Talent, aber auch Engagement und Durchhaltevermögen dabei ist.“ Der Coach ist überzeugt, dass deutsche BMX-Fahrerinnen und -Fahrer auch in Zukunft in der internationalen Spitze mitfahren können.

Dabei sieht er bei der BMX-Infrastruktur in Berlin und Brandenburg allerdings noch viel Luft nach oben. „Wir haben in Berlin

nur den Mellowpark als groß ausgebaute BMX-Anlage mit den entsprechenden Rampen, einer Einsatzmöglichkeit von Wasser und einer kleinen Halle. Für eine Millionenstadt wie Berlin ist das eigentlich zu wenig.“ Vergleichbare Anlagen, wie im Mellowpark, wo auch Hallen zur Verfügung stünden, gebe es dann erst wieder in Cottbus oder Neubrandenburg. Auf diesen Anlagen zu trainieren, sei demzufolge natürlich mit einem entsprechend großen Aufwand verbunden. „Wir sind dann einschließlich Anfahrt den ganzen Tag beschäftigt, müssen einen Kleinbus organisieren und es kostet auch noch Geld, das nicht jeder Schützling so einfach aufbringen kann“, gibt Jan Bekurtz zu bedenken. Nach Neubrandenburg könne man zwar auch mit der Bahn fahren. „Aber die BMX-Anlage in Cottbus ist abgelegen und weit weg vom Bahnhof.“

In anderen Ländern gebe es da mitunter völlig andere Möglichkeiten, berichtet Jan Bekurtz. In Australien zum Beispiel seien zahlreiche fantastische BMX-Trainingscenter vorhanden, obwohl das Land so dünn besiedelt ist. Auch die Fahrerinnen und Fahrer in Großbritannien sieht er im Vorteil. Besonders beeindruckt hat ihn die Adrenaline Alley im englischen Corby. „Dort stehen ausgezeichnete Bahnen und tolle Rampen zur Verfügung. Es gibt auch eine gigantische Halle fürs Training bei schlechtem Wetter oder im Winter“, sagt er. In Anbetracht dessen sei es schon erstaunlich, dass die Aktiven aus Berlin und Brandenburg international so gut mithalten könnten.

Sven Wierskalla

TRAINER*INNEN VORGESTELLT

▼ Anzeige

TRAININGSLAGER IN DRESDEN

TRAINIEREN WIE DIE PROFIS!

ab
119,- €

www.trainingslager-dresden.de



BallsportARENA
GEMEINSAM MEHR ERLEBEN!

„HUT AB VOR DEN LEHRKRÄFTEN!“



Lenya Große – auf der großen Treppe zwischen ihrer Schule und dem Landesleistungszentrum für Modernen Fünfkampf

50 Jahre Sportschule im Olympiapark-Poelchau-Schule: Wie sich die ehemalige Eliteschülerin Lenya Große als ausgebildete Trainerin um den Nachwuchs im Modernen Fünfkampf kümmert

Als ihre Schule eröffnet wurde, war Lenya Große (19) noch gar nicht auf der Welt. Die Sportschule im Olympiapark – Poelchau-Schule feiert dieses Jahr ihr 50-jähriges Bestehen. Im Jubiläumsjahr hat Lenya Große an der Eliteschule des Sports ihr Abitur gemacht. Wie sie haben auch spätere Olympioniken und Europachampions die Schule im Laufe der Jahre erfolgreich abgeschlossen. Lenya Große wird zwar nicht mehr in ihre Fußstapfen treten. Wegen einer Hüftverletzung musste die Moderne Fünfkämpferin ihre aktive Leistungssportkarriere beenden. Ob sie wieder an die Eliteschule gehen würde? „Auf jeden Fall.“ Warum? Darüber kann sie viel erzählen.

„Vom Babyschwimmen zum Leistungssport.“ So bringt sie ihre Karriere auf den Punkt. Als Schwimmerin bei den Wasserfreunden Spandau 04 hatte sie die Sportschule im Olympiapark -Poelchau-Schule quasi vor Augen – das Vereinsbad steht neben dem Schulgebäude. „Irgendwann war mir Schwimmen ein bisschen zu einseitig“, sagt sie, „und ich entdeckte den Modernen Fünfkampf für mich.“ In der siebenten Klasse wechselt sie an die Sportschule im Olympiapark-Poelchau-Schule. „Das Lernpensum ist hier auf den Sport abgestimmt. Wir haben mehr Zeit. Die Semester sind länger. Die Lehrer verstehen uns und sind darin ausgebildet, dass wir in der Schule mit dem Stoff mitkom-

men und nicht alles zu Hause machen. Sie kümmern sich individuell um jeden einzelnen Sportler – die manchmal einen Monat lang weg sind, in Trainingslagern oder bei Wettkämpfen. Sie fahren teilweise sogar mit ins Trainingslager, zum Beispiel in der Klausurphase, nehmen im Trainingslager sogar Klausuren ab.“ Die Erinnerungen an ihre Schulzeit sprudeln aus Lenya Große heraus. Von den Lehrkräften spricht sie mit Hochachtung: „Hut ab vor der Oberstufenkoordinatorin, Frau Weber. Sie war immer, wirklich immer, zu erreichen, fand für jedes Problem eine Lösung.“ Für Lenya Große ist klar: „Leistungssport ist nicht möglich, wenn man es nicht an so einer Schule macht – die unterstützt und mitmacht.“

Sie weiß, dass es Leistungssportler gibt, die nie an einer Eliteschule des Sports waren. Zum Beispiel Pele Uibel aus Berlin, WM-Dritter beim Team-Wettbewerb im Modernen Fünfkampf 2022. „Es war für ihn immer eine harte Sache. Für Training hat er nicht freibekommen, weil das an seiner Schule nicht ging“, sagt sie. Sie ist den Lehrkräften dankbar: Das Abitur legte sie in vier Semestern ab, nach 13 Schuljahren, musste kein Jahr aussetzen. Im Oktober beginnt ihr Studium zum gehobenen Dienst der Schutzpolizei. Sie hat den theoretischen und sportlichen Teil der Eignungsprüfung bestanden, ist erleichtert und stolz.

Sportlich lief es bei ihr in der Saison 2019/20 am besten – mit dem Deutschen U17-Meistertitel. Dann kam die Verletzung. Auch in solchen Situationen ist die Sportschule im Olympiapark -Poelchau-Schule für ihre Schü-

ler*innen da: Die Gerhard-Schlegel-Sportschule des LSB hat zu diesem Zeitpunkt erstmals ein Basislehrgang zur Übungsleiter*in-C-Lizenz für Eliteschüler*innen durchgeführt. In diesem Jahr haben weitere 43 Eliteschüler*innen der Schule den Lehrgang absolviert. Ende August erhielten sie ihre Zertifikate.

Lenya Große beginnt, den Trainerweg einzuschlagen. „Ich dachte, ich bin Sportlerin und weiß nicht, ob ich automatisch eine gute Trainerin bin. Ich will Kinder trainieren – aber nicht nebenbei. Trainerausbildung ist mehr: Allgemeinwissen über den Körper, was passiert beim Training, welche Trainingsmethoden gibt es und wann setzt man sie ein.“ Den sportartspezifischen Teil der Ausbildung hat sie über ihren Fachverband für Modernen Fünfkampf absolviert. Später kam die B-Lizenz für Modernen Fünfkampf dazu. „Ich habe viel mehr über den Sport gelernt und was der Sport mit einem macht, als wenn man nur Sport macht. Ich blicke viel besser durch. Ich habe auch deutlich mehr Respekt vor Trainern.“

Sie sieht als Übungsleiterin aber nicht nur die sportliche Seite – auch den sozialen Aspekt: „Die kleinen Kinder, die ich trainiere, sind voller Freude. Leider sitzen viel zu viele noch zu Hause. Wir können ihnen hier Freude und Abwechslung vermitteln.“ Jetzt gehört sie am Landesleistungszentrum Moderner Fünfkampf zum Trainerteam für die U11 bis U15. „Am Anfang hatte ich eher das Problem, von den Eltern ernstgenommen zu werden“, sagt sie. „Inzwischen haben die Kinder gemerkt, es ist einfacher zu einer jüngeren Person einen Draht zu haben. Ich bin so ein Zwischending zwischen guter Freundin und Trainerin. Die Jüngeren haben mehr Respekt, weil ich vom Alter her weiter weg bin.“ Auf dem kurzen Weg von der Schule zum Landesleistungszentrum kommen ihr einige Kinder entgegen. Sie grüßen ihre Trainerin und in dem „Hi“ steckt von beiden Seiten viel drin: Freude, Dankbarkeit, Anhänglichkeit, Vertrauen, Zutraulichkeit, Dazugehören, Zusammenhalt.

Was Lenya Große im Sport und an der Eliteschule gelernt hat, will sie als Trainerin für Modernen Fünfkampf weitergeben: mit Druck umgehen, bei Niederlagen nicht aufgeben, im Wettkampf etwas hinnehmen, zum Beispiel ein schlechtes Gefecht, und dann trotzdem weitermachen und alles geben. Wenn sie den Nachwuchs zu den ersten Wettkämpfen führt, freut sie sich: „Es ist schön zu sehen, wie sie sich durchkämpfen.“

Angela Baufeld



Lauf mit bei Deutschlands schnellstem Zehner.

15. Oktober 2023

- ★ 10km-Lauf
- ★ 2 x 5km Staffel
- ★ 800m- & 1,5km-Kinderlauf
- ★ Lauffestival für die ganze Familie

www.berlin-läuft.de

Jetzt anmelden!





Buche dein nächstes Abenteuer mit Europas Hostelkette Nr. 1

Deine Vorteile bei a&o:

- ✓ 24/7 Service, WLAN gratis
- ✓ eigenes Bad mit Dusche/WC
- ✓ zentrale Lage & gute Anbindung
- ✓ perfekt für alle Fans, Spieler & Trainer!
- ✓ Club-Mitglieder sparen bis zu 15%*

*mehr Infos unter www.aohostels.com/club



FOLGE UNS
UND GEWINNE!

@aohostels



MISSION ZERO EMISSIONS

aohostels.com/green

aohostels.com

1898

Der Philosophiestudent und spätere Rabbiner Wilhelm Lewy und 47 weiteren Anhänger gründen am 22.10. den ersten jüdischen Turnverein und benennen ihn nach einem Aufständischen zur Zeit des Römischen Reichs, Simon Bar Kochba.

1914

Als erster jüdischer Sportverein verfügt Bar Kochba über einen eigenen Sportplatz. Zur Einweihung kommen am 17.5. über 2500 Zuschauer nach Friedrichsfelde. 1926 erfolgt der Umzug nach Marienfelde

1925

Neben Turnen verfügt der Verein jetzt auch über Abteilungen für Leichtathletik, Gymnastik, Hockey und Ski, später kommt Tennis dazu. Die Mitgliederzahl ist auf 1100 gewachsen. Der Frauensport spielt zunehmend eine wichtige Rolle

1929

Mit 1600 Mitgliedern ist Bar Kochba der größte der 53 zionistischen (jüdischen) Vereine in Preußen. Im Jahr darauf erfolgt die Fusion mit dem SC Hakoah Berlin, der über eine große Fußballabteilung verfügt



Gymnastikgruppe des Bar Kochba Berlin beim Training in einer Sporthalle, ca. 1930

1938

Verbot aller jüdischen Sportvereine durch das NS-Regime



125 JAHRE TUS MAKKABI E. V

Hier die wichtigsten Stationen der langen Vereinsgeschichte:

1934

Nach dem Verbot, an offiziellen Wettkämpfen teilzunehmen, können jüdische Sportvereine nur gegeneinander antreten. Der SC Bar Kochba Hakoah gewinnt die Fußballmeisterschaft des Makkabi-Kreis. Vier Jahre später gelingt der Triumph erneut



Läufer am Start beim Sportfest der Berliner Leichtathleten, Berlin 4. Juli 1937

2006

Eine 35jährige Odyssee über verschiedenste Sportplätze Berlins findet ein Ende. Die Fußballer bekommen mit der Sportanlage Eichkamp eine feste Spielstätte – Im Jahr darauf wird sie in Julius-Hirsch-Sportanlage umbenannt



1986

Die Alte-Herren-Fußballmannschaft wird Berliner Meister und gewinnt den ersten Titel für den TuS Makkabi



1970

Auf Anregung der Jüdischen Gemeinde erfolgt am 26.11. die Neugründung als Turn und Sportverein (TuS) Makkabi Berlin, u.a. mit Abteilungen für Segeln, Boxen, Tischtennis, Schwimmen und Fußball. Der Verein ist für alle Konfessionen offen

2009

Die U-12-Mannschaft im Schach wird Deutscher Meister. Die Jugendspieler des Vereins gewinnen in den Folgejahren drei weitere Titel

2017

TuS Makkabi zählt mehr als 500 Mitglieder aus 18 verschiedenen Nationen. Sie sind in sieben Abteilungen aktiv: Fußball, Basketball, Volleyball, Schach, Tischtennis, Schießen, Rhythmische Sportgymnastik



2023

Die Fußballer gewinnen am 3.6. das Finale um den Paul-Rusch-Pokal. TuS Makkabi zieht als erster deutsch-jüdischer Verein in die erste Runde des DFB-Pokals ein

Weitere Infos auf Seite 44: „Antisemitismus im Sport bis heute“

Kontakt:

TuS Makkabi Berlin e. V.,
Passauer Str. 4, 10789 Berlin,
info@tus-makkabi.de
www.tus-makkabi.de

Die 125-Jahr-Feier beim TuS Makkabi Berlin – einem deutsch-jüdischen Sportverein – ist ein Anlass zum Feiern. Das Jubiläum ist jedoch keineswegs selbstverständlich, wenn wir uns die Vergangenheit und auch die Gegenwart vor Augen führen. In der Nazizeit verboten und unterdrückt, haben jüdische Sportler*innen den Verein erst 1970 wieder auferstehen lassen. Aktuelle Studien belegen den erschreckenden Zuwachs an Antisemitismus in Deutschland. Erst vor einem Jahr hatte das Allensbach-Institut eine Untersuchung zum Thema veröffentlicht: bit.ly/Studie-AntisemitismusGER

Eine weitere Studie mit dem Schwerpunkt Sport hat zudem offen gelegt, welche Antisemitismuserfahrungen speziell Menschen aus jüdischen/ jüdisch geprägten Sportvereinen in Deutschland in der heutigen Zeit machen – „Zwischen Akzeptanz und Anfeindung“ vom Projekt „Zusammen – Für das, was uns verbindet“: bit.ly/Studie_AntisemitismusImSport

Antisemitismus im Sport – bis heute



Vielen Menschen ist das Problem des weiterhin sehr verbreiteten Antisemitismus nicht bewusst. Vereinszugehörige von Makkabi erleben Anfeindungen und Beschimpfungen auch im Sport jeden Tag. In einem kurzen Video schildern sie deshalb diese ganz persönlichen Erfahrungen: www.zusammen1.de/verstehen

Der TuS Makkabi Berlin setzt sich aktiv mit Antisemitismus und Vorfällen im Sport auseinander. In seinem Selbstverständnis ist er „mehr als ein Sportverein“, wie auf seiner Homepage steht. Der Verein möchte insbesondere den Dialog zwischen jüdischen und nicht-jüdischen Menschen fördern – für ein friedliches Miteinander.

Ein besonderes Beispiel für dieses Miteinander, die Aufarbeitung und Verständigung sind die European Maccabi Games (EMG), die 2015 in Berlin stattfanden. Zentraler Wettkampfort war der Olympiapark mit dem Olympiastadion, wo 1936 unter Ausschluss jüdischer Sportler*innen Olympische Spiele ausgetragen wurden. Hier geht es zu einer Bildergalerie der EMG 2015: www.emg2015.de/medien/bildergalerie

Der Landessportbund Berlin setzt sich für eine vielfältige und diskriminierungsfreie Sportlandschaft ein und dankt dem TuS Makkabi Berlin für seine Arbeit. Weitere Infos und ein „Antisemitismus-Barometer“ gibt es hier: www.zusammen1.de
Benjamin Csonka
(siehe auch Seite 43)

Neue Sportarten nach 1945

Die Alliierten unterstützten erstmal staatliche Sportangebote durch den Kommunalisport. Ihre Instrukteure brachten der Jugend auch neue Sportarten neben Fußball, Laufen und Schwimmen bei. So durch die Briten Cricket und Polo, aber auch verstärkt Hockey und Rugby. Von den Amerikanern kam Unterricht im American Football, Baseball und Softball, natürlich auch Basketball und Volleyball. Die Franzosen unterstützten Pelota, Lacrosse und Squash, die Sowjets bemühten sich um Boxen und Sportakrobatik. Man nannte es Public Diplomacy, Erziehung zur Demokratie und zum Fair Play durch Sport. Zumindest bei den West-Alliierten. So trat der Sportverband Berlin 1949 in die Nachkriegsgeschichte ein.

Die Anfangsjahre

Weitere Verbände gründeten sich in den fünfziger und sechziger Jahren unter dem Dach des Sportverbandes: Badminton, Bahnengolf, Eissport, Fechten, Moderner Fünfkampf und Tanzsport. Neue Kampfsportarten beanspruchten eigene Verbände, so im Judo und Karate und asiatischen Spezialitäten. Gewichtheben und Ringen trennten sich. Der Turnerbund ‚erfand‘ Wettkampfgymnastik und Trampolinturnen und entließ

SPORTGESCHICHTE (N) WANDLUNGEN UND TRENDS IM SPORT

Volleyball in einen eigenen Verband. Auch der Betriebssport, der Behinderten- und Gehörlosensport kamen hinzu. In Ost-Berlin bildeten sich Betriebssportgemeinschaften für den Massensport und Sportclubs für die Spitze.

Die Trimm-Bewegung – eine Zeitenwende

Mit dem Anfang der siebziger Jahre verkündeten Aufruf „Trimm Dich durch Sport“ strömten Millionen von Sportbegeisterten in die Sportvereine. Sport für Alle, der „zweite Weg“ des Sports – neben dem Leistungssport – wurde eine einzigartige Erfolgsgeschichte.

Modern in die siebziger und achtziger Jahre

Hula-Hoop war eine Eintagsfliege, aber Aerobic mit Jane Fonda brach alle Rekorde. Hip Hop war in. In der DDR nannte man das Pop-Gymnastik.

Die Nach-Wendezeit

In Ost und West „vereinten“ sich 1989/90 auch die Sporttrends. Staatliche Hilfen

und das Berliner Programm „Jugend mit Zukunft“ katapultierten den Sport ins neue Jahrtausend. Kieznahe Bewegungsräume, BMX-Parcours, Skater-Rampen und Klettertürme entstanden. Die Streetball-Bewegung wurde zur neuen Jugendkultur. Mit den School-Finals revolutionierte sie den Schulsport. Auch der Fußball setzte auf die neue Bewegung und präsentierte sich zur WM in Berlin, während sich Street-Tennis nicht durchsetzte. Auch auf Sand wurde gespielt: Beach-Volleyball boomte und Beach-Handball begeisterte. Hockey, Fußball und Badminton implementierten ebenfalls den Beachsport. Der Hype der alten Sportart „Nordic Walking“ fand begeisterte Aufnahme. Auch das IOC hat weltweite Trends für Tokio und Paris für „olympisch“ erklärt, so Klettern, Skateboard, Surfen und Breakdance.

Mit dem Einstieg der Krankenkassen in den Gesundheitssport entstand ein neues Standbein der Vereine. Kurse vor und nach Herzinfarkt, ja jede Art von Prävention gegen Volkskrankheiten boomen. Sport als beste Medizin und lebenslanger Begleiter. Ein Stück „Zukunft“.
Manfred Nippe
(gekürzt – Langfassung: bit.ly/sib-5-23)

BARRIEREFREI TROTZ DENKMALSCHUTZ



In der Uferstraße Am Großen Wannsee fällt das schicke Gebäude mit der Nummer 22 schon von Weitem auf – Erker, Loggien, Gauben, Giebel, Klinker, heller Putz und Fachwerk. Es soll zu den schönsten Clubhäusern Europas gehören. Der Traditionsverein Seglerhaus am Wannsee (VSaW) ist hier zu Hause. Das Gebäude wurde 1910 errichtet und steht unter Denkmalschutz. Heute hat der Verein – über 150 Jahre alt – mehr als 1.000 Mitglieder, davon 120 Kinder und Jugendliche, auch Menschen mit Behinderungen. Alle finden hier gute Trainingsbedingungen. Mit Inklusion im Segelsport und mit der Förderung von inklusiven und Para-Segel-Wettbewerben hat sich der VSaW in den letzten Jahren einen Namen gemacht.

Allerdings gab es bis vor kurzem auf dem gesamten Vereinsgelände keine barrierefreie Toilette. „Aus Kostengründen konnten wir nur bei Regatten und anderen Veranstaltungen extra barrierefreie WC-Container aufstellen lassen“, berichtet Geschäftsführer Frank Butzmann. Kein Dauerzustand. Der Verein plante deshalb den Umbau einer Toilette und stellte dafür einen Antrag auf finanzielle Unterstützung durch das Vereinsinvestitionsprogramm.

Das Förderprogramm des Landes Berlin gibt es seit über 40 Jahren. Sportvereine können beim Bau, beim Kauf und bei Unterhalt von Sportanlagen finanziell unterstützt werden: 40 Prozent der Investitionssumme zahlt der Verein; das Land Berlin gibt 40 Prozent als zinslosen Kredit und weitere 20 Prozent dazu.

Im August wurde die neue, barrierefreie Toilette beim VSaW fertiggestellt – nach zwei Jahren Bauzeit wegen kalter Winter. Die Kosten betragen insgesamt 60.000 Euro. Frank Butzmann hat die genaue Aufteilung im Kopf: „24.000 Darlehen, 12.000 Zuschuss, 24.000 eigene Mittel.“ Die eigenen Mittel kamen aus Mitgliedsbeiträgen, Einnahmen über Boots- und Liegeplätze und Erträge einer vereinseigenen kleinen Werft. Auch die „Aktion Mensch“ will weitere Unterstützung geben.

Genutzt werden konnte die Toilette schon bei den Special Olympics World Games im Juni in Berlin. Der VSaW war Gastgeber für die Segelwettbewerbe der Weltspiele für Menschen mit geistiger und mehrfacher Beeinträchtigung. Ein Jahr zuvor bei den Nationalen Spielen von Special Olympics mussten noch behindertengerechte WC-Container bestellt werden.

Der VSaW hatte das Vereinsinvestitionsprogramm schon bei weiteren Baumaßnahmen angezapft: Zwischen 2019 und 2022 entstanden für insgesamt 1,4 Millionen Euro fünf neue Stege und ein Teil des Mastenkran. „Die Stege waren 50 bis 60 Jahre alt und komplett verrottet“, sagt Frank Butzmann. „Eine Reparatur war nicht mehr möglich. Nur noch ein Ersatz-Neubau. Sie wurden eins zu eins nachgebaut. Einziger Unterschied: Jetzt ist der Belag aus Holzbrettern, nicht mehr aus Beton.“

Eine der Steganlagen erweiterte der Verein auf eigene Kosten mit einer barrierefreien Plattform. Para-Aktive können dort in die Boote ein- und aussteigen, weil der Abstand zur Wasseroberfläche geringer ist – nur rund 40 statt 80 Zentimeter. Das Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf hatte diese Plattform aber zunächst nur bis zum Ende der Special Olympics World Games genehmigt. Es gab Proteste. Der Verein klagte. Inzwischen liegt eine Genehmigung für sieben Jahre bis 2030 vor. Gegen die befristete Genehmigung klagt der Verein. Der VSaW möchte sein inklusives Konzept weiter verfolgen. Auch die beiden anderen Toiletten – das Herren- und das Damen-WC – sollen barrierefrei umgebaut werden. Mit Hilfe des Vereinsinvestitionsprogramms.

Angela Baufeld

Wie der Verein Seglerhaus am Wannsee mit dem Vereinsinvestitionsprogramm die Zukunft gestaltet



VSaW-Geschäftsführer Frank Butzmann auf der neuen, barrierefreien Steganlage



Vereinsinvestitionsprogramm

Seit über 40 Jahren können Berliner Sportvereine finanzielle Zuwendungen vom Land Berlin für Kauf, Errichtung und Unterhalt von Sportanlagen bekommen.

Voraussetzung: Vereine sind als förderungswürdig anerkannt und die Sportanlagen dienen ihren satzungsgemäßen Zwecken.

Der Förderschlüssel ist:

- » **mindestens 40 Prozent Eigenmittel/-leistungen,**
- » **bis zu 40 Prozent rückzahlbare Zuwendung (zinsloser Kredit),**
- » **20 Prozent Zuschuss.**

Genauere Informationen zum Vereinsinvestitionsprogramm gibt es hier:

<https://lsb-berlin.net/angebote/sportinfrastruktur/vereinsinvestitionsprogramm/>



LSB-Ehrenmitglied Gudrun Doll-Tepper als Sportpädagogin porträtiert

Über die langjährige Sportwissenschaftlerin an der FU Berlin und dortige (Gründungs-)Leiterin des Arbeitsbereichs „Integrationspädagogik, Bewegung und Sport“, ist jetzt ein Porträt erschienen in einem Sammelband mit dem Titel „Gelebte Sportpädagogik“. Den Beitrag über die weltweit anerkannte Sportpädagogin hat eine ehemalige FU-Sportstudentin und spätere Kollegin, Prof. Dr. Heike Tiemann (heute Universität Leipzig, li), angefertigt: „Gudrun Doll-Tepper hatte eine ausgesprochen motivierende, zugewandte und offene Art auf Studierende zuzugehen, sie mitzunehmen und in die Lehrveranstaltung einzubinden“ (S. 46). Folgerichtig fand die Buchübergabe an die porträtierte Pädagogin jetzt am historischen Ort vor der Sporthalle Dahlem (FU-Sporthalle Königin-Luise-Str) statt, zu der auch Mit-Herausgeber Prof. Dr. Detlef Kuhlmann (Leibniz Universität Hannover, re.) und ebenfalls früherer FU-Kollege angereist war.

Eckart Balz & Detlef Kuhlmann (Hrsg.). Gelebte Sportpädagogik (Nr. 5 der Reihe „Gelebte Sportwissenschaft“, Band 299 der „Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft“). Hamburg 2023; Edition Czwalina im Feldhaus Verlag. 208 S.; 25 Euro

Save the date



Am 17. November 2023 führen der LSB und das Aktionsbündnis Fairer Handel Berlin den ersten Tag der Nachhaltigkeit im Sport durch.

In den drei Themenblöcken „Faire Beschaffung“, „Nachhaltigkeitszertifizierung“ und „Ideenwerkstatt“ wird es um konkrete Handlungsmöglichkeiten für ökologische und soziale Verantwortung in Berlin gehen, u. a.: Wie können mehr fair gehandelte Sportbälle, Textilien und Materialien in Sportvereinen genutzt werden? Was kann eine Nachhaltigkeitszertifizierung im Sport bewegen? Welche Ideen gibt es für Nachhaltigkeit auf und neben dem Platz? Zielgruppen sind Sportfachverbände, Sportvereine, Politiker*innen und Interessierte. Weitere Infos auf www.lsb-berlin.de



Stephanie Backhaus ging am bundesweiten Trikottag, dem 14. Juni, mit ihrem Vereinsshirt zur Arbeit.

Stolz machte sie Werbung für ihren Verein, die Schwimmgemeinschaft Neukölln, und für ihren Lieblingssport. Mit diesem Foto gehörte sie gleichzeitig zu den Gewinner*innen beim LSB-Fotowettbewerb.

Weitere Infos: bit.ly/Trikottag23



Der Bewegungsatlas Marzahn-Hellersdorf – die Suchmaschine für Bewegung und Gesundheit im Bezirk – ist online: Auf der Internetseite gibt es Infos für regelmäßige Angebote, Sportveranstaltungen und öffentliche Spielplätze, Angebote von Vereinen, Freizeiteinrichtungen und öffentlichen Trägern. Hier kann Bewegung im Kiez entdeckt werden: www.bsb-mahe.de/der-bewegungsatlas

Impressum

SPORT IN BERLIN Offizielles Verbandsorgan des Landessportbunds BERLIN
Friedhard Teuffel (verantwortlich)
www.lsb-berlin.de
www.facebook.com/LandessportbundBerlin
Twitter: @LSBBerlin
Instagram: lsbberlin

Redaktion:
Angela Baufeld (verantwortlich)
Anja Oswald
Oliver Weiß

Redaktionsadresse:
SPORT IN BERLIN, Jesse-Owens-Allee 2,
14053 Berlin (Postanschrift:
Brieffach 1680, 14006 Berlin)
Fon (030) 30 002 109
E-Mail: sib@lsb-berlin.de

Druck:
Oktoberdruck GmbH
Grenzgrabenstr. 4, 13053 Berlin,
www.oktoberdruck.de

Anzeigen:
Top Sportmarketing Berlin GmbH,
Hanns-Braun-Str./Friesenhaus, 14053 Berlin,
Fon. (030) 30 11 186-0,

Relaunch-Konzept: ZIEGLER.

Layout/Satz: www.designhaus-berlin.de

SPORT IN BERLIN erscheint sechs Mal pro Jahr. Der Bezugspreis ist im LSB-Mitgliedsbeitrag enthalten.
Nächster Redaktionsschluss: 16.10.2023



Das Papier ist mit dem Blauen Engel zertifiziert

In der nächsten Ausgabe von SPORT IN BERLIN geht es um Sport für Ältere:

Wir antworten auf Fragen wie diese:



Youssef Yahya, 61,
Übungsleiter mit C-Lizenz
Breitensport, Fußballtrainer
und Spieler beim FC
Karame e.V.

Wie finde ich ein
passendes Sportangebot
für mich?



Siegfried Lorenz, 88,
SC Berlin-Grünau,
Abteilung Freizeit- und
Gesundheitssport:

Welche Bewegung
empfehlen Ärzte im
Alter?



Monika Senftleben,
SG Neukölln:

Was bedeutet
Wettkampfsport
im Alter?

DIE BERLIN BEWEGUNG:

PACK DIE BADEHOSE EIN!

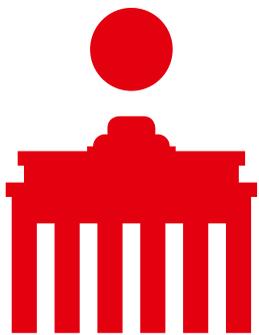
ÜBER
60 BÄDER FÜR
SPORT, SPASS UND
ERHOLUNG.

MEHR INFOS AUF
BERLINERBAEDER.DE





Gemeinsam für Berlin



... sportbegeistert.

Deshalb unterstützen wir Sportvereine und tragen so dazu bei, dass aus Nachwuchstalenten Spitzensportler werden.