

Frühjahr 2022

BREMER SPORT

MAGAZIN DES LANDESSPORTBUNDES FÜR BREMEN & BREMERHAVEN

Vereine und Verbände
Einblicke in die Bremer Sportwelt

Ausprobiert
Indoor-Bogenschießen

Ukraine-Solidarität
DOSB ruft zu Spenden auf

Lena Frerichs und ihr Traum von den Olympischen Spielen

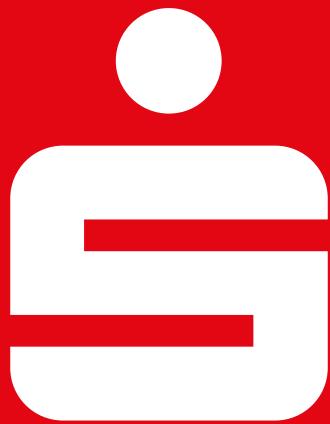
Nationalspielerin vom BHC



Das eigene Zuhause. Leichter als gedacht.

**Finanzieren Sie
mit uns einfach
und schnell Ihre
Wunschimmobilie.**

Jetzt beraten lassen.



Die Sparkasse
Bremen

Viele Menschen haben Sorgen und Angst

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

Die Herausforderungen werden nicht geringer und wir müssen lernen, mit ihnen umzugehen beziehungsweise mit ihnen zu leben. Dass wir uns an den Begriff „Frieden“ gewöhnt haben, will ich so nicht sagen. Schon vor Beginn des schrecklichen Krieges in der Ukraine haben wir nahezu täglich von Gewalt gehört – auch in unserer Nähe. Sei es in Form von Überfällen, Einbrüchen oder sogar Morden. Auch an Kriegsbildern aus fernen Ländern mangelte es leider nie, aber jetzt ist eine neue Dimension erreicht. Es herrscht Krieg mitten in Europa, Krieg auch gegen „unre“ Demokratie und Weltanschauung.

Die Satzung des Landessportbundes Bremen besagt in § 3.2:

„Der Landessportbund Bremen e.V. bekennt sich zu einem humanistisch geprägten Menschenbild, er dient der Wahrung und Förderung der ethischen Werte im Sport und fördert das bürgerschaftliche Engagement. Er vertritt den Grundsatz religiöser und weltanschaulicher Toleranz sowie parteipolitischer Neutralität. Er tritt rassistischen, verfassungs- und fremdenfeindlichen Bestrebungen sowie jeder Form von Gewalt, unabhängig davon, ob sie körperlicher, seelischer oder sexueller Art ist, entschieden entgegen ...“

Der russische Einmarsch in die Ukraine ist unentschuldbar und fürchterlich. Wir leiden mit den Opfern dieses Krieges und viele Menschen haben Sorgen und Angst. Vielleicht kann in so einer belastenden Situation die Bewegung in der Gemeinschaft helfen. Dazu ein weiteres Zitat aus der Satzung des Landessportbundes (§2.1./2.):

„Zweck des Landessportbundes Bremen ist die Pflege, Förderung und Entwicklung des Sports im Lande Bremen und die Förderung der Bildung. Der LSB verpflichtet sich der Sportausübung als Mittel der Lebensgestaltung mit dem Ziel des körperlichen, geistig-seelischen und sozialen Wohlbefindens des Menschen.“

Im Namen des LSB-Präsidiums möchte



Andreas Vroom, Präsident des Landessportbundes Bremen.

ich alle Sportlerinnen und Sportler ermuntern, nicht den Mut zu verlieren, sondern im oben genannten Sinne den Vereinssport attraktiv aufrecht zu erhalten und auszubauen. Es ist und bleibt ein guter und erfolgreicher Weg, etwas für die Bürgerinnen und Bürger und auch für alle Geflüchteten zu tun.

Der Landessportbund arbeitet zur Unterstützung seiner Mitgliedsorganisationen intensiv an der weiteren Verbesserung der Rahmenbedingungen für den organisierten Sport. Eine neue Kampagne zur Mitgliedergewinnung ist in Vorbereitung. Darauf hinaus bemühen wir uns insbesondere um eine weitere Stärkung des Ehrenamtes, die Gewinnung und Ausbildung von weiteren Übungsleitenden und die Förderung von Sport mit Geflüchteten. Zudem gibt es aktuelle Förderprogramme zum Auf- und Ausbau von Außensportanlagen.

Wir alle wünschen uns ein baldiges Ende des Krieges in der Ukraine und hoffen sehnlichst auf ein Ende der Coronapandemie. Auch wenn es momentan nicht immer leichtfällt, sollten wir versuchen, positiv zu bleiben. Eigene Aktivitäten können uns dabei neue Kraft und Zuversicht geben.

Euer Andreas Vroom

IMPRESSUM

BREMER SPORT

MAGAZIN FÜR BREMEN & BREMERHAVEN

Herausgeber & Verlag:

Landessportbund Bremen e.V. (LSB)
Hutfilterstraße 16-18
28195 Bremen
0421 / 79 28 70
info@lsb-bremen.de

WESER-KURIER Mediengruppe
Magazinverlag Bremen GmbH,

Martinistraße 43, 28195 Bremen
0421 / 36 71 49 90
info@magazinverlag-bremen.de

Redaktion:

Martin Märtens (V.i.S.d.P.),
Jennifer Fahrenholz, Zoé Rugen,
Boris Butschkadoff (LSB),
Lena Nissen (Lektorat)

Grafik/Layout:

B.O. Beckmann

Anzeigen:

Volker Schleich (verantwortlich),
Per-Uwe Baad, Anja Höpfner,
Dieter Kück, Anne Zeidler

Druck:

BONIFATIUS GmbH
Druck – Buch – Verlag
Karl-Schurz-Straße 26
33100 Paderborn

Urheberrechte:

Der Nachdruck von
Beiträgen ist nur mit
Genehmigung des Verlages
und mit Quellenangabe gestattet.

Titelbild:

Axel Kaste

Fotos im Innenteil:

LSB, BSJ, DOSB, BFV, Pixabay, Adobe Stock,
Axel Kaste, KS. Peter, Paracelsus Kliniken, F.T.
Koch, Vereine, Privat, Magazinverlag Bremen
GmbH



6



18



20

TITEL

- Lust auf Olympia** 14
BHC Hockeyspielerin Lena Frerichs
will sich einen Traum erfüllen

AKTUELLES

- Herausragende Leistungen** 6
Senatsehrung im Überseemuseum
- Ausdauer, Schnelligkeit und Kraft** 7
Sportabzeichtour kommt wieder nach Bremen

LANDESSPORTBUND

- Übungsleitende gesucht** 8
Trainer:innen in den Vereinen dringend benötigt
- Einrichtung der Weiterbildung** 11
Das Bildungswerk des Sports im Land Bremen

DOSB

- Dialogprozess** 12
Zum Schutz vor interpersonaler Gewalt
- Solidarität mit der Ukraine** 13
Fonds für ukrainische Sportler:innen

FRAUEN IM SPORT

- Vom Ehrenamt zum Beruf** 16
Monika Duncan – ein Leben für und um den Sport

AUSPROBIERT

- Einfach loslassen** 18
Indoor-Bogenschießen beim
Schützenverein Bremen Huchting

VEREINE & VERBÄNDE

- Senatsempfang** 26
Grün-Gold-Club im Rathaus

KREBS UND SPORT

4. BREMER
KREBSSPORTTAG

AM 23.04.2022
10 - 14 UHR

Vorträge

10.30 Uhr Fatigue-Syndrom – Abklärung, Behandlungsmöglichkeiten, und was man selbst dagegen tun kann (Dr. Christoph Sick)

11.45 Uhr „Den inneren Schweinehund an die Leine nehmen und sportlich aktiv zu werden – was Bremer und Bremerinnen alles können“ (Prof. Dr. Sonia Lippke)

12.15 Uhr Sport als Medikament? Optionen einer körperlichen Aktivität und Sport in der Onkologie (Dr. Thorsten Schmidt)

Unter der Schirmherrschaft des Präsidenten des Senats, Bürgermeister Dr. Andreas Bovenschulte

Es gelten die aktuellen Corona-Regeln. Bitte informieren Sie sich unter www.lsb-bremen.de/themen/breiten-und-gesundheitssport

Kwadrat

Wilhelm-Kaisen-Brücke 4
Haltestelle „Wilhelm-Kaisen-Brücke“



WIR FREUEN
UNS AUF SIE!





Herausragende sportliche Leistungen

Senatsehrung fand nach coronabedingter Pause im Bremer Überseemuseum statt

Nach zwei Jahren Coronapause fand am 9. März wieder die Senatsehrung für herausragende sportliche Leistungen im Land Bremen statt. Im Gegensatz zum gewohnten Umfeld in der Oberen Bremer Rathaus halle wurde die traditionelle Ehrungsveranstaltung coronabedingt im Bremer Überseemuseum abgehalten. Gastgeberin Anja Stahmann hat herausragende Sportlerinnen und Sportler ausgezeichnet, die im Jahr 2021 Spitzenplatzierungen bei Welt-, Europa- und Deutschen Meisterschaften errungen hatten. Im Überseemuseum vertreten waren Sportlerinnen und Sportler aus den Sportarten HipHop, Tischtennis, Linedance und Kanusport. Moderiert wurde die Veranstaltung von Roland Kanwischer.

Sportsenatorin Anja Stahmann sprach von einer „verdienten Ehrung für herausragende sportliche Leistungen sowie Verdienste um den Sport in Bremen und Bremerhaven“. Die Sportlerinnen und Sportler hätten sie „unter den schwierigsten Umständen“ errungen: „Im Leistungssport wirken sich Zeiten ohne angemessene Trainingsmöglichkeiten oder Wettkämpfe

radikal aus: Trainingslücken wieder aufzuholen bedarf großer Disziplin und Anstrengung.“ Stellvertretend für den Senat dankte Stahmann ausdrücklich auch den Teams hinter den Spitzensportler:innen, ohne die Höchstleistungen nicht möglich wären. „Wer Höchstleistungen erbringt, steht im Rampenlicht, aber aller Erfolg baut auf den Leistungen derer auf, die im Hintergrund den Boden für ihre Erfolge bereiten.“

Monika Wöhler, Vizepräsidentin des Landessportbundes Bremen, würdigte in ihrem Grußwort nicht nur die erfolgreichen Sportlerinnen und Sportler, sondern ebenfalls die vielen Helferinnen und Helfer im Hintergrund, die mit ihrem Engagement zu den Spitzenleistungen der Athletinnen und Athleten beitragen. In diesem Zusammenhang wies Wöhler auch auf die notwendige Unterstützung der Politik hin. „Für alle, die sich dem Leistungssport verschrieben haben, braucht es gute Trainingsbedingungen in und auf den Sportstätten, eine unterstützende Infrastruktur des Vereins und natürlich finanzielle Mittel aus der Politik. Dass gerade bei der letzteren Bedingung bei allen Leistungssporttreibenden der Wunsch nach

mehr vorhanden ist, ist nachvollziehbar und liegt in der Natur der Sache“, so Wöhler.

Rund 120 Personen haben die Senatsehrung im Überseemuseum begleitet. Neben den geladenen Sportlerinnen und Sportlern mit ihren Gästen waren auch Mitglieder der Deputation für Sport anwesend sowie Vertreterinnen und Vertreter des Landessportbundes und verschiedener Sportverbände und Vereine.

Neben der Würdigung sportlich herausragender Leistungen lenkt die Senatsehrung den Blick ganz bewusst auf die vielen Aktiven in den Vereinen, die das Umfeld für sportliche Spitzenleistungen überhaupt erst schaffen. Dazu gehören Trainer:innen, Jugendwarte und Übungsleiter:innen, aber auch Schatzmeister:innen. Die zum Großteil ehrenamtlichen Akteure, die unersetzliche Arbeit leisten, aber nur selten im Rampenlicht stehen, widmen oftmals den Großteil ihrer Freizeit ihrem Verein und dem organisierten Sport. Daher werden bei der Senatsehrung traditionell auch verdiente ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Sportvereine- und Verbände ausgezeichnet.

Ausdauer, Koordination, Schnelligkeit und Kraft

Sportabzeichtour kommt nach 2015 am 30. Juni erstmals wieder nach Bremen

Die Sportabzeichen-Tour startet in diesem Jahr zum 18. Mal durch Deutschland und macht dabei auch in der Stadt Bremen Halt. Veranstaltet wird die Tour vom DOSB, die Veranstaltung in Bremen am Donnerstag, 30. Juni 2022 wird vom Landessportbund und der Leichtathletikabteilung des SV Werder Bremen organisiert.

Erstmals seit 2015 wird die Sportabzeichtour wieder in Bremen zu Gast sein. Begleitet von einem umfangreichen Rahmenprogramm, prominenten Botschafterinnen und Botschaftern und diversen Aktivitäten können Menschen mit und ohne Behinderung am 30. Juni das Deutsche Sportabzeichen ablegen und ihre Fähigkeiten und Stärken in den Bereichen Ausdauer, Koordination, Schnelligkeit und Kraft erproben. Unter anderem können Kugelstoßen, Sprints sowie Weit- oder Hochsprung ausprobiert werden. Der Spaß an Bewegung und Sport stehen bei der Veranstaltung selbstverständlich im Vordergrund.

Die Sportabzeichtour in Bremen findet auf Platz 11 und 12 am Bremer Weserstadion statt. Beginn ist um 9.00 Uhr für Schulen. Von 14.00 Uhr bis 18.00 Uhr kön-



nen sich dann alle Sportbegeisterten aus Bremen in den unterschiedlichen Disziplinen versuchen.

Für die Großveranstaltung am 30. Juni werden noch jede Menge Helferinnen und Helfer benötigt. Infos dazu und zum Ablauf bei der Sportabzeichtour gibt

es unter Sportabzeichtour in Bremen (www.lsb-bremen.de).

Für weitere Fragen steht der Landessportbund Bremen unter sportabzeichen@lsb-bremen.de oder unter Telefon 0421/79287-30/16 zur Verfügung.

Kinder und Jugendliche für Sport und Bewegung begeistern

„Move“-Kampagne geht weiter / Die dsj unterstützt die Vereine hierbei mit Fördergeldern



Mit der Bewegungskampagne „Move“ sollen Kinder und Jugendliche für Bewegung und Sport in der Gemeinschaft, vor allem in Vereinen, interessiert und begeistert

werden. Die Deutsche Sportjugend (dsj) im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) hat die Offensive für den Kinder- und Jugendsport im Auftrag des Bundes-

ministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) umgesetzt.

Im Vordergrund der Kampagne stehen nationale Aktionstage. Ziel der dsj ist es, gemeinsam mit ihren Mitgliedsorganisationen möglichst viele Sportvereine zu motivieren, bundesweit Veranstaltungen rund um die Aktionstage durchzuführen, um viele Kinder und Jugendliche anzusprechen.

Damit sich Kinder und Jugendliche mehr bewegen und für den Vereinssport gewonnen werden können, sollen auch in diesem Jahr Aktionstage stattfinden. Das heißt, Sportvereine in ganz Deutschland sind dazu aufgerufen, innerhalb dieser Aktionsmonate eigene Veranstaltungen zum Beispiel in Form von Familiensportfesten, Tage der offenen Tür, Sportaktionen im Quartier oder Projekttagen durchzuführen. Die dsj unterstützt die Vereine hierbei sowohl mit Fördergeldern für diese Tage, als auch mit Aktionspaketen.

Weitere Informationen gibt es unter www.move-sport.de/foerderung.



Übungsleitende gesucht

Trainerinnen und Trainer in den Vereinen dringend benötigt

Vielen Sportvereinen im Land Bremen suchen händeringend nach Trainer:innen. Das Problem: Im Zuge der seit über zwei Jahren andauernden Coronapandemie und den damit verbundenen Auflagen und Einschränkungen haben sich etliche (ehrenamtliche) Übungsleitende zumindest vorübergehend aus dem Sport zurückgezogen.

„In allen Vereinen wird übergreifend in den Sportarten nach Übungsleitenden gesucht“, weiß Daniel Ritzel, Vorsitzender des TSB Osterholz-Tenever. „Besonders akut ist es beim Gesundheitssport, beim Fußball und beim Schwimmen.“ Laut Ritzel gibt es mehrere Problemfelder, die den Mangel an ehrenamtlichen Übungsleitenden noch verschärft haben. „Manche haben Sorgen und sind zurückhaltend, wieder in den Sport reinzugehen oder die Prioritäten haben sich geändert.“ Andere hätten sich vielleicht mit der Couch angefreundet oder andere schöne Dinge gefunden. Ein weiteres Problem sei, dass die ehrenamtlichen

Übungsleitenden lange Zeit unter die 2G-plus-Regel gefallen sind.

Sportstudium in Bremen

Um den Mangel an Übungsleitenden langfristig aufzufangen, wäre es aus Sicht von Ritzel wichtig, dass das Sportstudium wieder nach Bremen kommt. Eine Forderung, der sich LSB-Präsident Andreas Vroom anschließt. „Die Studierenden konnten sich, als es das Sportstudium noch gab, einbringen als Übungsleitende und waren immer sehr motiviert. Den Verlust der Sportausbildung in Bremen spüren die Vereine noch heute. Es gibt zwar den politischen Willen, das Sportstudium nach Bremen zu holen, jetzt muss das aber auch umgesetzt werden“, fordert Vroom.

Als sinnvolle Ergänzung zum Sportstudium sieht Vroom die Ausbildung von Schüler:innen zu Übungsleitenden im Zuge von Sportleistungskursen in Oberstufen. Dadurch lasse sich Bewegungskompetenz

mit sozialer Kompetenz vermitteln. „Und das lässt sich super in den Lehrplan integrieren“, so Vroom. Seinen Angaben nach fehlen derzeit besonders beim Kinderturnen und Rehasport Kursleiter:innen. Aber auch bei anderen Sportarten wie Handball, Fußball und Turnen. Positiv sei, dass es in den Vereinen seit einigen Monaten vermehrt Anmeldungen von Kindern und Jugendlichen gebe.

2018 kam das von Protesten begleitete Aus für die Sportlehrer:innenausbildung an der Bremer Universität. Die Entscheidung wurde von der Politik mittlerweile revidiert. Der Neustart verzögert sich allerdings durch die Coronapandemie. Statt zum Wintersemester 2022/2023 kann der Sportstudienangang voraussichtlich erst zum Wintersemester 2023/2024 starten. Schätzungen für die notwendige Sanierung der Uni-Sportstätten gehen von Kosten in Höhe von rund 15 Millionen Euro für Hallen und Plätze plus etwa 28 Millionen für die Sanierung des Sportturms aus. Der Start der Bauarbeiten wird voraussichtlich nicht vor 2024 sein.

DU BIST SPORTBEGEISTERT UND
ARBEITEST GERN MIT MENSCHEN?

**DANN LASS DICH AUSBILDEN –
ZUR ÜBUNGSLEITUNG!**

WWW.LSB-BREMEN.DE



LANDESSPORTBUND
BREMEN *Sport
vereint!*

BSJ Bremer
Sportjugend

**COME
BACK**
DER BEWEGUNG

Privater Sport ist versichert

ARAG-Sportversicherung



Mitglieder eines dem Landessportbund Bremen angeschlossenen Vereins sind weiterhin temporär beim „privaten“ Sporttreiben unfallversichert. Voraussetzung ist, dass der jeweilige Verein coronabedingt sein Sportangebot für die Mitglieder ausgesetzt hat.

Dabei ist es unerheblich, ob der Verein aufgrund behördlicher Anordnungen zeitweise keinen Sport anbietet, oder ob sich der Verein bei der Umsetzung der Coronamaßnahmen überfordert fühlt. Wer sich trotzdem fit halten will, alleine und außerhalb der Vereinsanlagen Sport treibt, kann sich im Fall der Fälle auf den Unfallschutz in der ARAG-Sportversicherung verlassen.

Der Unfallschutz beim „privaten“ Sporttreiben gilt innerhalb eines Radius' von 50 Kilometern um den Wohnsitz des Vereinsmitglieds. Der erweiterte Versicherungsschutz selbst ist zunächst bis zum 31. Juli 2022 befristet und wird je nach aktueller Corona-Situation angepasst oder verlängert.

Weitere Informationen im Internet unter
<https://www.arag.de/vereinsversicherung/sportversicherung/bremen/>

Online-Bildungsportal

Aus- und Weiterbildungsangebote des LSB



Der Landessportbund Bremen (LSB), die Bremer Sportjugend und das LSB-Bildungswerk bieten seit Beginn der Coronapandemie neben den bekannten Präsenzangeboten verstärkt digitale Bildungsformate an. Im Online-Bildungsportal des Landessportbundes sind zahlreiche Angebote für die kommenden Monate verfügbar. Dazu zählen Aus-, Weiter- und Fortbildungen für (angehende) Übungsleiter:innen ebenso wie Bildungszeiten und verschiedene Seminare aus dem Bereich Vereinsmanagement.

Alle Informationen zu den LSB-Bildungsangeboten gibt es unter
www.lsb-bremen-bildung.de

Neufassung der Kommunalrichtlinie

Fördermittel für den Klimaschutz im Sportverein

Die Kommunalrichtlinie zur Förderung von Klimaschutzprojekten ist zum 1. Januar 2022 novelliert worden. Durch neue Förderschwerpunkte, erweiterte Antragsberechtigungen und eine lange Geltungsdauer enthält die neue Richtlinie noch mehr Anreize, um den Klimaschutz voranzubringen. Neben Fachpersonal und Beratung werden auch Investitionen gefördert.

Auch Sportvereine und -verbände sind im Rahmen der neuen Kommunalrichtlinie antragsberechtigt. Bislang konnten über 1.900 Sportvereine von der Förderung profitieren. Mit den geförderten Projekten leisten die Vereine nicht nur einen Beitrag zu den nationalen Klimaschutzzieilen – die Investitionen in den Klimaschutz entlasten zudem dauerhaft die Vereinskasse und sorgen oft für regionale Wertschöpfung.

Für Sportvereine sind vor allem investive Fördermaßnahmen interessant: von der Außenbeleuchtung über die Innen- und Hallenbeleuchtung und Raumlufttechnische Anlagen bis hin zu Mobilitätsmaßnahmen (z.B. Radabstellanlagen) und Rechenzentren.

Darüber hinaus können Sportorganisationen auch finanzielle Fördermittel für Klimaschutzkonzepte und ein Klimaschutzmanagement, für Klimaschutzkoordinatoren und Beratungsleistungen bezüglich Klimaschutzbilanzierungen sowie Machbarkeitsstudien erhalten. Die Fördervoraussetzungen sind der neuen Richtlinie zu entnehmen, die bis zum 31.12.2027 gilt.

Förderanträge können ganzjährig gestellt werden: www.klimaschutz.de/de/foerderung/foerderprogramme/kommunalrichtlinie.



Über 40 Jahre als anerkannte Einrichtung der Weiterbildung

Das Bildungswerk des Sports im Lande Bremen

Das Bildungswerk des Sports im Lande Bremen (LSB-BW) ist die Weiterbildungseinrichtung des Landessportbundes Bremen (LSB). Das Bildungswerk wurde am 1. Januar 1981 nach dem Bremischen Weiterbildungsgesetz (BremWBG) anerkannt und nimmt entsprechend dem WBG und der Satzung des LSB die Weiterbildungsaufgaben des LSB, seiner Fachverbände und Vereine wahr.

Es wurde 1976 in Fortführung einer umfangreichen Tradition der Bildungsarbeit im LSB, die bis ins Gründungsjahr 1946 zurückreicht, ins Leben gerufen. Die Entwicklung des Bildungsangebotes im Sport hat sich seit der Gründung des Landessportbundes Bremen im Jahre 1946 kontinuierlich qualitativ und quantitativ verbessert. Zunächst lagen die Schwerpunkte der Bildungsarbeit in der Aus- und Weiterbildung von Übungsleiter:innen durch das Referat Bildung und Sportwissenschaft im LSB, später in der fachlichen Aus- und Weiterbildung von Organisationsleiter:innen (heute „Vereinsmanager:innen“), für die sich dann ein eigens gegründeter Bildungsausschuss verantwortlich zeichnete. In dieser Zeit entwickelten sich die ersten Initiativen und Projekte für eine Zusammenarbeit des Bildungsausschusses im LSB Bremen mit dem Fachbereich Sport der Universität Bremen.

Im Jahre 1976 wurde die Satzung des LSB-Bildungswerks beschlossen und fünf Jahre danach erfolgte schließlich die formelle Anerkennung. Mit dieser Anerkennung bietet das Bildungswerk gleichzeitig Weiterbildung in „offener“ Form an. Seitdem schließt diese Weiterbildung die Integration von sportlicher, beruflicher, politischer und allgemeiner Bildung ein. Die Hauptlast der Verwaltungsarbeit trugen in den Gründungsjahren des LSB-BW die ehrenamtlichen Mitglieder des damaligen Bildungsausschusses. Heute teilen sich diese Arbeit hauptberufliche Mitarbeiter:innen sowie Ehrenamtliche. Seit 2018 hat das Bildungswerk des Landessportbundes mit Jasmin Hoffmann eine Vorsitzende.



Gruppenfoto vom 30-jährigen Jubiläum des LSB-Bildungswerks. Von links: Prof. Manfred Polzin, Dieter Stumpe, Peter Zenner, Gert Büchner, Heinz-Helmut-Claußen, Lothar Rastemborski, Berthold Jonas.

In den schwierigen Jahren 2002/2003, als das Bildungswerk die Anerkennung nach dem Bremischen Weiterbildungsgesetz zu verlieren drohte, wurden als Konsequenz die Kräfte gebündelt. In einem riesigen Kraftakt von hauptberuflichen und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen wurde die Anerkennung schließlich erneut geschafft. In der Zeit von 2003 bis 2013 wirkte Dieter Stumpe im Bildungsausschuss entscheidend mit, von 2004 an auch als Vorsitzender des Ausschusses. Nach stürmischen Zeiten führte Dieter Stumpe das Bildungswerk in dieser Phase kompetent und zielorientiert wieder in ruhigeres Fahrwasser. Das Bildungswerk entwickelte sich fortan ständig weiter. Als Erfolg – auch von Dieter Stumpe – ist unter anderem die Einrichtung des Kompetenzzentrums „Bildung im Sport“ 2009 zu nennen. Für die Schaffung des neuen Kompetenzzentrums hat das LSB-Bildungswerk eine Vereinbarung mit 11 Fachverbänden unterschrieben, um enger im Bildungsbereich miteinander zu kooperieren. Leider ist Dieter Stumpe, der zwischen Februar 2013 und November 2014 auch Präsident des Landessportbundes Bremen war, am 12. Dezember 2021 im Alter von 72 Jahren verstorben. Die Mitglieder, Mitarbeiter:innen und Freunde:innen des LSB-Bildungswerks werden ihn in positiver Erinnerung behalten.

Fördermittel für Außensportanlagen

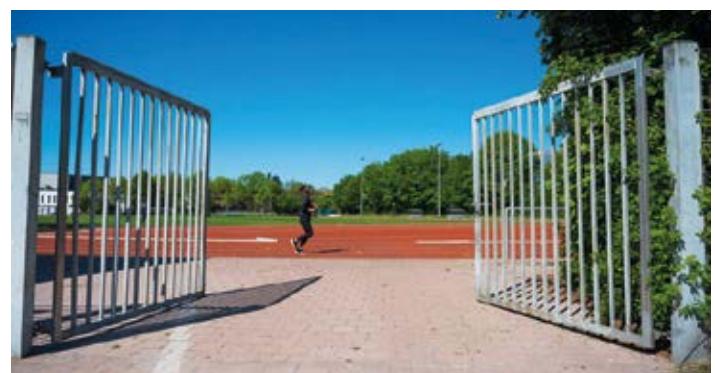
Knapp 300.000 Euro aus dem Bremen-Fonds

Stadtbumische Sportvereine können bis zum 30. April 2022 einen Zuwendungsantrag für Projekte für frei zugängliche Außensportanlagen beim Sportamt Bremen stellen. Hierfür stehen im Jahr 2022 insgesamt 296.000 Euro an Fördermitteln aus dem Bremen-Fonds zur Verfügung.

Die Förderbedingungen lauten wie folgt:

1. Anschaffung/Bau/Aufstellung wird durch den jeweiligen Verein organisiert. Die Zuwendung erfolgt als Vollfinanzierung.
2. Instandhaltung, Unterhaltung, Wartung und Rückbau liegen in der Verantwortung der Vereine und werden durch diese finanziell getragen.
3. Haftungsübernahme und TÜV-Zertifizierungen der Anlagen erfolgen durch die Vereine.

Eine positive Entscheidung setzt Gemeinnützigkeit voraus und wird nach Vorteilen für den Sozialraum und Kosten-Nutzen-Ab-



schätzungen, sowie Standortprüfungen durch das Sportamt Bremen gefällt. Prüfkriterien sind hierbei:

1. Zugänglichkeit für alle Bürger:innen
2. Kosten-Nutzen-Abschätzung
3. Standortprüfung (ähnliche Anlagen in näherer Umgebung)
4. Vorteile Sozialraum
5. Gemeinnützigkeit

Die Förderanträge stehen unter <https://www.lsb-bremen.de/medien/lsb-news/detail/aussensportanlagen-foerdermittel-fuer-stadtbumische-sportvereine-aus-dem-bremen-fonds> zum Download bereit.

Dialogprozess

dsj und DOSB: zum Schutz vor interpersonaler Gewalt

Gemeinsam mit dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) startet die Deutsche Sportjugend (dsj) einen Dialogprozess im organisierten Sport zum Thema Schutz vor interpersonaler (physischer, psychischer und sexualisierter) Gewalt. Die vielen Berichte von Betroffenen sowie aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse, wie z.B. aus dem europäischen Projekt CASES und dem nationalen Forschungsprojekt „SicherImSport“, zeigen, dass das in den letzten Jahren gewachsene und vielfältige Engagement zum Schutz von Sportler:innen, insbesondere von Kindern und Jugendlichen, noch intensiver gestärkt und bis hinein in die Sportvereine ausgebaut werden muss.

Ziel des Dialogprozesses ist es, in der Auseinandersetzung mit den zentralen Fragestellungen zum Schutz vor interpersonaler Gewalt im Sport zu einer gemeinsamen Haltung des organisierten Sports zu kommen. Dabei werden DOSB und dsj im Dialog mit den Mitgliedsorganisationen und Athlet:innenvertretungen insbesondere den im Koalitionsvertrag verankerten Aufbau eines „Zentrums Safe Sport“ beleuchten – eine bundesweite unabhängige Einrichtung für einen sicheren und gewaltfreien Sport. Unter Einbeziehung externer fachlicher Expertise soll ausgelotet werden, wie Sportverbände und -vereine noch zielgerichteter und proaktiver den Schutz der Mitglieder, insbesondere von Kindern und Jugendlichen, ergänzend zu einer möglichen unabhängigen Einrichtung bestmöglich gewährleisten können.

Verantwortung übernehmen

Torsten Burmester (Vorstandsvorsitzender des DOSB): „Wir müssen im organisierten Sport die Verantwortung übernehmen und uns an der bestehenden Diskussion für einen sicheren und gewaltfreien Sport beteiligen. Dazu gehört auch, sich dem Impuls zu einem „Zentrum Safe Sport“ zu öffnen und die kritischen Positionen gegenüber dem organisierten Sport zu berücksichtigen. Mit dem jetzt aufgestellten Dialogprozess knüpfen wir auch an die inhaltlichen Aufträge aus den Verbändegruppen des DOSB im Rahmen der Neuaufstellung an. Zur Beteiligung an unserem Dialogprozess haben wir auch Athleten Deutschland e.V. angesprochen, denn wir sehen sie als integralen Bestandteil des organisierten Sports.“

Christina Gassner (Geschäftsführerin der dsj / Vorstand Ju gendsport des DOSB): „Wir sehen die vielen guten Initiativen im organisierten Sport, die mit hohem, oft ehrenamtlichem Engagement sowie aus intrinsischer Motivation seit Jahren auf den verschiedenen Ebenen der Sportverbände und -vereine umgesetzt werden. Aber wir sind es vor allem den Betroffenen schuldig, uns kritisch zu hinterfragen, ob wir wirklich alles tun, um den bestmöglichen Schutz vor Gewalt im Sport zu gewährleisten. Nur wenn wir als Sportverbände den Schutz der Mitglieder in den Mittelpunkt stellen und eine klare Haltung zeigen, können die angestoßenen Entwicklungen auch zu einer wirklichen Veränderung führen.“

Seit über zehn Jahren bearbeitet die Deutsche Sportjugend (dsj) federführend für den und gemeinsam mit dem DOSB das Themenfeld Schutz vor sexualisierter Belästigung und Gewalt im Sport. In der Prävention, Intervention und seit kurzem auch in der Aufarbeitung werden hier wichtige Schritte gegangen, um Schutzkonzepte auf allen Ebenen des organisierten Sports zu implementieren. Dazu gehört auch die Zusammenarbeit mit externen unabhängigen Fachberatungsstellen, die durch teilweise langjährige Kooperationen und Vernetzungen zwischen Verbänden und Beratungsstellen besteht. Infos: www.safesport.dosb.de, www.dsj.de/kinderschutz

Comeback des Sports

DOSB fordert verbindliche Perspektive

Der DOSB hat die Beschlüsse der Bund-Länder-Runde, ab dem 20. März auch im Sport wieder zum Normalbetrieb zurückzukehren, begrüßt. Bisher war die Sportausübung und der Trainings- und Wettkampfbetrieb noch mit zahlreichen Auflagen verbunden und nur eingeschränkt möglich.

„Die Beschlüsse geben den 90.000 Vereinen endlich eine Perspektive für ein echtes Comeback des Sports. Dieser Fahrplan braucht aber auch die nötige Verbindlichkeit und muss auch bundesweit umgesetzt werden. Sportdeutschland erwartet von der Politik jetzt vor allem Planungssicherheit für die nächsten Monate“, erklärt Torsten Burmester, Vorstandsvorsitzender des DOSB. Von der Bundesregierung erwartet der DOSB zudem die im Koalitionsvertrag angekündigte Unterstützung des Breitensports nach der Pandemie. „Die letzten beiden Pandemiejahre waren schwere Zeiten für den Sport und auch 2022 wird für die Vereine eine Herausforderung. Den Mitgliederverlust in den Vereinen wieder rückgängig zu machen wird kein Sprint, sondern ein Marathon. Dafür braucht es eine gemeinsame Kraftanstrengung von Bund, Ländern und dem Sport“, ergänzt Burmester.

Sterne des Sports

Bremer Sport-Club belegt Platz beim Bundesfinale



Der Bremer Sport-Club (BSC) wurde bei der digitalen Preisverleihung der „Sterne des Sports“ für sein besonderes gesellschaftliches Engagement ausgezeichnet. Mit seinem Projekt „Du paddelst nicht allein“ belegte der Verein, der von der Volksbank Bremen-Nord unterstützt wurde, den 4. Platz und sicherte sich ein Preisgeld von 1.000 Euro. Zuvor hatte sich der Bremer Sport-Club mit seinen „Weser Pinkies“ auf Landesebene durchgesetzt.

Die Drachenboot-Gemeinschaft „Weser Pinkies“ des BSC wurde im Jahr 2017 gemeinsam mit der Bremer Krebsgesellschaft gegründet. Es ist Teil der internationalen „Pink Paddeling“-Bewegung, die sich an Frauen richtet, die an Brustkrebs erkrankt sind. Das gleichmäßige Paddeln hat einen medizinischen Effekt. Aber wenn die rund 30 Frauen auf dem Werdersee unterwegs sind, zählt auch die gemeinsame Zeit in der Gruppe und die positive Ablenkung in der Natur.

Der DOSB und die Volksbanken Raiffeisenbanken würdigen mit dem Wettbewerb „Sterne des Sports“ bereits seit 2004 alljährlich außergewöhnliche Aktivitäten des gesellschaftlichen Engagements in Sportvereinen. Projekte aus Bereichen wie Bildung und Qualifikation, Ehrenamtsförderung, Gesundheit und Prävention, Gleichstellung, Integration und Inklusion oder Klima-, Natur- oder Umweltschutz wurden bei den „Sternen des Sports“ zum insgesamt 18. Mal ausgezeichnet.



Solidarität mit der Ukraine

DOSB: Fonds für unmittelbare und humanitäre Unterstützung für ukrainische Sportler:innen

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat sich für den Ausschluss von Russland und Belarus aus der internationalen Sportfamilie ausgesprochen und die internationalen Sportverbände aufgerufen, russische und belarussische Athlet:innen vorerst nicht mehr zu Wettkämpfen zuzulassen sowie russische und belarussische Funktionär:innen von ihren Ämtern zu suspendieren.

Weltweite Sanktionen auf allen gesellschaftlichen Feldern sind umso wirksamer, je mehr gesellschaftliche Akteure sich daran beteiligen, so der DOSB. Das Ziel, den Krieg in der Ukraine schnellstmöglich zu beenden, rechtfertige diesen Schritt, wengleich davon auch Athlet:innen getroffen werden, die für diesen Krieg nicht verantwortlich sind. Auch der Sport muss laut DOSB seiner Verantwortung nachkommen und entsprechende Einschränkungen in Kauf nehmen.

Der DOSB hat zudem einen Fonds eingerichtet, um unmittelbare, humanitäre Unterstützung für ukrainische Sportler:innen zu leisten (siehe Infokasten).

Mit diesen Maßnahmen reagiert der DOSB auf den kriegerischen Angriff Russlands auf die Ukraine. Acht Jahre nach der Invasion der Krim hat Russland erneut direkt nach dem Ende der Olympischen Spiele und kurz vor Beginn der Paralympischen Spiele zu den Waffen gegriffen und den Olympischen Frieden gebrochen.

Der Deutsche Olympische Sportbund verurteilt den Angriff Russlands auf die

Ukraine auf das Schärfste und hat Russland aufgefordert, die kriegerischen Handlungen einzustellen. Darüber hinaus empfiehlt der DOSB seinen Mitgliedsorganisationen, die Teilnahme an Wettkämpfen und Trainingsmaßnahmen in Russland und den Kriegsgebieten auszusetzen.

„Unsere Gedanken sind insbesondere bei den Opfern und ihren Angehörigen. Wir haben uns wohl alle nicht vorstellen können, dass ein Konflikt in Europa nach den Erfahrungen der Geschichte nochmal so eskalieren könnte. Daher wollen wir auch weiterhin gemeinsame Signale des Breiten- und Spitzensports in Deutschland aussenden und im wahrsten Sinne des Wortes zusammenstehen. Gewalt und Krieg dürfen keinen Platz haben“, so DOSB-Präsident Thomas Weikert.

Spendenaufruf: Soforthilfe für Ukrainerische Sportler:innen

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Deutsche Sporthilfe (DSH) haben einen Soforthilfefonds für ukrainische Sportler:innen aufgelegt, um kurzfristig Hilfe zur Verfügung zu stellen. „Der Sport darf sich nicht nur solidarisch erklären, sondern muss angesichts der humanitären Katastrophe auch unmittelbare Unterstützung leisten“, sagte DOSB-Präsident Thomas Weikert. Der DOSB stellt dem Fonds einen Grundstock in Höhe von 100.000 Euro zur Verfügung.

Die Deutsche Sporthilfe wird insbesondere ihre Kommunikationskanäle zur Verfügung stellen und ihre geförderten Athlet:innen aktivieren, um einen Beitrag zu leisten. „Gerade unter den Athlet:innen ist die Betroffenheit über den Krieg und seine Folgen für die sportlichen Konkurrent:innen und Freund:innen aus der Ukraine sehr groß. Daher wollen wir ganz konkrete Hilfe von Sportler:innen für Sportler:innen ermöglichen. Dafür rufen wir alle Sportfans zu Spenden auf“, sagte Thomas Berlemann, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Sporthilfe. Die Spenden werden per Überweisung entgegengenommen.

Empfänger: Stiftung Deutscher Sport
IBAN: DE 17 500 800 0000 961 826 00
Betreff: Ukrainehilfe

Förderung für Unterstützungsprojekte beantragen: Der DOSB-Fonds fördert ab sofort Unterstützungsprojekte für in Not geratene ukrainische Sportler:innen unmittelbar und unbürokratisch. Die Athlet:innen aus der Ukraine werden aber auch mittelfristig finanzielle Hilfe benötigen: Etwa bei der Ausrüstung, dem Wiederaufbau der Sportstätten, bei Trainingslageraufenthalten in Deutschland oder bei der Vermittlung von Trainer:innen. Unterstützungsversuche für Projekte können über ein Online-Formular beim DOSB beantragt werden unter: www.dosb.de/ueber-uns/ukrainehilfe



„Olympia – das wäre mein größter Traum“

Lena Frerichs vom Bremer Hockey-Club e. V. ist auf der Erfolgsspur

Lena Frerichs hat einen Traum: Die 18-jährige Hockeyspielerin vom BHC (Bremer Hockey-Club e.V.) möchte einmal bei Olympia antreten. Schon jetzt gilt sie bei den 1. Damen in ihrem Heimverein als beste Spielerin. Dabei muss sie auch noch für ihre Abiturprüfungen lernen und steht als Ersatzspielerin für die Nationalmannschaft in Südafrika mit auf dem Feld.

Abitur und Hockey balancieren

Erst im Februar kam große Freude beim Bremer Hockey-Club auf, als sich Lena mit ihrer Mannschaft den Heimsieg gegen ihre ärgste Konkurrenz, dem DHC Hannover sicherte. Mit einem deutlichen 10:0 gewannen sie das Spiel. Dieser letzte Sieg der Saison verhalf ihnen zum Aufstieg in die Bundesliga in der Halle. Doch neben dem Training für ihre große Leidenschaft muss die gebürtige Bremerin sich auch noch auf die bevorstehenden Abiturprüfungen vorbereiten. Am 26. März ist in Bremen offiziell der letzte Schultag für alle Abiturient:innen. Danach heißt es pauken bis zu den schriftlichen Prüfungen ab dem 25. April.

Ganz schön viel auf einmal, aber die Mittelfeldspielerin fühlt sich trotz aller Herausforderung im Stande, die Schule und das Hockey unter einen Hut zu bekommen: „Teilweise ist schon viel Druck da, doch den meisten mache ich mir im Endeffekt selbst, weil ich

es einfach schaffen will. Aber in der Mannschaft habe ich die volle Unterstützung von allen und mein Trainer steht auch total hinter mir.“ Nervosität vor den Spielen spüre sie heute immer noch ab und zu, doch sobald sie den ersten Ball spielt, falle diese von ihr ab, erzählt die 18-Jährige. Sorgen um die Abi-Prüfungen mache sich die Schülerin nicht, dafür lerne sie ausreichend. Das gilt auch für den Sport. Vier Mal wöchentlich wird morgens in der sportbetonten Schule an der Ronzelenstraße Hockey trainiert. Zusätzlich haben die Schüler:innen einmal die Woche eine weitere Sportart, bei Lena ist das momentan Schwimmen. Nachmittags trainiert die 18-Jährige noch drei bis vier Mal die Woche im Verein, hinzu kommen die Spiele am Wochenende.

Der Sport hat Priorität

Private Aktivitäten und Veranstaltungen neben dem Lernen für die Abiturprüfungen, dem Training im BHC und der Nationalmannschaft finden in ihrem vollen Terminkalender kaum statt: „Ich bin bei der Zeugnisvergabe schon mal nicht da und die Mottowoche verpasse ich auch. Für den Abiball muss ich mal schauen, ob da noch was reinfällt oder nicht“, erzählt die Hockeyspielerin.

Von eigentlich noch fünf Wochen Schule vor den Osterferien könnte sie lediglich zwei Wochen hingehen und in dieser Zeit wer-



Seit sie fünf Jahre alt ist, spielt Lena als Mittelfeldspielerin im Bremer Hockey-Club e. V.

den noch sieben Klausuren geschrieben. „Da ist jetzt auch nicht mehr viel Zeit, um irgendwas anderes zu machen“ erläutert sie. Doch obwohl es sie auch traurig macht, wichtige Momente nicht mit ihren Mitschüler:innen erleben zu können, lohnt sich für Lena der Verzicht.

Ein Familienverein

Ihre Freundinnen verstehen Lenas Ambitionen, denn die meisten von ihnen sind ebenfalls im Verein. Die Leidenschaft für Hockey liegt bei den Frerichs in der Familie: Schon Lenas Mutter spielte im BHC, ebenso wie ihr Bruder und ihre vier Jahre ältere Schwester. Als Lena gerade mal drei Jahre alt war, nahm diese sie mit zum Hockey.

Von diesem Zeitpunkt an war klar: Das ist Lenas Sport. Dies bekam sie auch schon früh durch positive Resonanz von ihrem Trainer gespiegelt und stellt heute fest: „Irgendwie habe ich das Spiel direkt von Anfang an verstanden.“ Mit fünf Jahren trat sie dem Verein offiziell bei und von da an ging es mit der Karriere der Hockeyspielerin durchgehend bergauf. Seit der fünften Klasse ging die Schülerin auf die sportbetonte Schule. „Ich habe mich wegen des Hockeys für diese Schule entschieden. Eine Zeit lang habe ich auch Tennis gespielt, aber irgendwie hat Hockey mehr Spaß gemacht, weil es ein Mannschaftssport ist und ich auch alle meine Freunde dort habe“, erzählt sie.

Ambitionen und Träume

In der Nationalmannschaft ist das Hockeytalent mit ihren 18 Jahren ebenfalls die jüngste Spielerin. Bereits letztes Jahr im November wurde Lena als Ersatzspielerin für das U21-World-Cup-Juniorinnenteam ausgewählt und auch dort gibt sie 100 Prozent: In der Woche vom 7. März ging es für sie mit diesem nach Indien. Dort kam sie zu ihrem Debüt und in der Mannschaft und spielte gegen die indische Nationalmannschaft in der sogenannten Hockey Pro League, einer Art Weltliga. Ihre Teamkolleginnen aus dem BHC posteten dazu freudig auf Instagram: „Wir sind stolz auf dich!“ Als nächstes folgt der World Cup in Südafrika von 1. bis 12. April.

Zu den Erwartungen und Chancen im Wettkampf sagt die Sportlerin, dass sie diese nicht genau einschätzen könne, da sie vorher noch nie mit anderen in dem Alter gespielt habe. Zusammen mit der kürzlich gespielten Pro League in Indien sei es eines der ersten Male, bei denen sie gegen Mannschaften außerhalb Europas spiele. Doch sie zeigt sich zuversichtlich und fügt hinzu: „Aber ich denke schon, dass die Chancen ganz gut stehen. Eine Medaille ist schon das Ziel.“ So seien sie alle in der Mannschaft sehr ehrgeizig und es gehe beim Spiel um mehr als nur dabei zu sein.

Mit diesen Ambitionen blickt Lena auch in ihre Zukunft: Für den BHC geht es als nächstes in die Rückrunde der Feldsaison, dann entscheidet sich, ob sie auch dort in die erste Liga aufsteigen. „Ich gehe ganz stark davon aus, dass wir es schaffen, aber wenn wir es nicht schaffen würden, dann wird es schon enger mit der Entscheidung, ob ich hierbleiben kann oder nicht“, erzählt sie. Eigentlich möchte die Bremerin ihr Zuhause und den geliebten Verein noch nicht verlassen. Für den Moment will sie sich auf ihre Abiturprüfungen und die kommenden Spiele konzentrieren. Wenn sie sich aussuchen könnte, wie es in Zukunft weitergeht, hat sie schon konkretere Vorstellungen: „Erstmal in die Damennationalmannschaft und dann zu Olympia, das wäre schon mein größter Traum.“ (ZR)



Lena (unten, Dritte v.l.) mit den 1. Damen des BHC

Vom Ehrenamt zum Beruf

Monika Duncan – ein Leben für und um den Sport



Sein sie sechs Jahre alt ist, spielt sie Korbball beim SV Werder und ist dort bis heute Mitglied. Auch während eines Auslandsaufenthalts ist sie ihrem Verein treu geblieben. Ihre Eltern haben es vorgelebt, die Mutter ebenfalls im Sport und beide Elternteile in der Musik: Verein ist wichtig.

Ihr ehrenamtliches Engagement begann Monika Duncan als Jugendsprecherin für die Abteilung Turnspiele und Gymnastik und hat gleich als 18jährige ihre Lizenz als Übungsleiterin erhalten. Auch die Ausbildung als Schiedsrichterin für Korbball hat sie frühzeitig absolviert.

Korbball war immer eher ein Mädchen-Sport, nur selten gab es früher auch mal ein gemischtes Team. Korbball war in zahlreichen Vereinen beliebt: viele Mannschaften, große Turniere. Monika war nicht nur Trainerin der Kinder und weiblichen Jugend, sondern auch Spielerin und Schiedsrichterin in der Bezirksoberliga, manchmal auch beides im schnellen Wechsel. Bei den großen Turnieren mit vielen Mannschaften nahmen immer einige mit der entsprechenden Qualifikation, deren Mannschaft gerade nicht auf dem Feld stand, die Pfeife

in die Hand bzw. in den Mund. „Manchmal hatte man gerade nur ein paar Sekunden zwischen den Spielen der Mannschaften, um die Rolle und das Trikot zu wechseln“, erinnert sie sich.

Die Begeisterung für Korbball ließ in den 90er Jahren in der Gesellschaft nach. Nicht jedoch bei Monika, aber auch beim SV Werder wurde der Nachwuchs in den 2010ern immer weniger. Die Korbball-Abteilung löste sich langsam auf. Verbliebene Korbball-Interessentinnen konzentrierten sich auf wenige andere Vereine.

Beim TSV Heiligenrode gibt es weiterhin Korbball-Frauen, sogar eine Bundesliga-Mannschaft, die Monika kürzlich für eineinhalb Jahre trainiert hatte – nicht so einfach der Einstieg mit Corona-bedingtem Online-Training.

Da Monika sich mit der allgemeinen Lizenz und nicht nur für Korbball zur Übungsleiterin qualifiziert hatte und sie gerade in Erziehungszeit war, gab es nun freie Zeit, auch andere Gruppen zu betreuen. Erst hat sie beim Kinder-Turnen mitgeholfen, dann Eltern-Kind-Gruppen angeleitet.

Inzwischen alleinerziehend stellte sich nach der Erziehungszeit die dringende

Frage nach Arbeitsmöglichkeiten mit genügend Flexibilität, um auch Zeit für ihre beiden Kinder zu haben. Zurück in den früheren Beruf als Industriekauffrau wäre nur in Vollzeit möglich gewesen – das war damals, Anfang der 2000er Jahre, vielfach noch so. Monika fragte beim SV Werder nach Arbeitsmöglichkeiten – mit Erfolg: Ihr Sportverein stellte sie als Teilzeitkraft ein. Später ist Monika dann in die Werder GmbH gewechselt. Sie hatte ihre Qualifikationen erweitert, betreute u.a. die „Windelliga“ und arbeitete im Sozialmanagement. Ein besonderes Sport- und Freizeitprojekt war 'Bleib am Ball – fitte Mädchen' für unbegleitete minderjährige Flüchtlingsmädchen zusammen mit Mädchen des Vereins. Sportarten ausprobieren, zusammen Freizeitangebote wahrnehmen, wöchentlich eine Deutschstunde.

So war aus dem Ehrenamt ein berufliches Standbein entstanden. Daneben hat sie sich auch weiter ehrenamtlich engagiert z.B. für die Eltern-Kind-Gruppen, die sie bis heute betreut. Kürzlich erhielt Monika von Werder die Vereinsnadel in Gold für 25 Jahre ununterbrochene ehrenamtliche Tätigkeit.

Es gibt noch ein zweites Sportlerinnen-Leben bei Monika: Rudern. Beim Ruderclub Hansa hat sie im späteren Jugendalter aktiv angefangen zu rudern und übernahm im Erwachsenenalter trotz Training und Regattateilnahmen auch hier diverse Ehrenämter: Angebot von Einstiegs-Kursen, Ruderwartin, Vorsitzende der Damenabteilung, Beisitzerin im Vorstand, Organisation der jährlichen Stiftungsfeste. Ihr Engagement im Ruderclub Hansa hat Monika erst reduziert, als Kinderbetreuung, Pflegebedürftigkeit der Mutter und Studium neben der Arbeit und den Ehrenämtlern bei Werder ihr nicht genügend Zeit gelassen haben. Vorsitzende der Damenabteilung ist sie bis heute geblieben.

Neben der Arbeit bei Werder und der Erziehung ihrer Kinder begann Monika ein Studium im Fach Soziale Arbeit. Aus ihren Erfahrungen entstand zum Abschluss die Bachelorarbeit mit dem Titel „Förderung von unbegleiteten Mädchen durch Sport- und Bewegungsangebote“. Zum Thema passend absolvierte sie ihr Anerkennungsjahr im Öffentlichen Dienst im Bereich Soziales, wo sie dann auch einige Jahre als Casemanagerin arbeitete. Dann hat sie IHRE Stellenausschreibung gelesen und sich sofort beworben: Das Sportamt suchte

eine Abschnittsleitung Sportbetrieb. Alles, was sie bisher gelernt und gearbeitet hat, beruflich und im Ehrenamt, ihre Interessen und Erfahrungen, ihre Netzwerke im Sport, kann sie nun verbinden und empfindet ihre Arbeit als sehr befriedigend. „Es ist ein großes Glück, dass ich diese Stelle bekommen habe.“

Rückblickend resümiert sie, dass ihr viel Wohlwollen entgegengebracht wurde, dass sie viel Unterstützung erfahren hat und dass es oft auch begrüßt wurde, dass eine Frau mit in der Runde sitzt. Diese positiven Erfahrungen wünscht sie auch anderen Frauen:

„Ich möchte junge Frauen animieren, sich einzubringen. Im Ehrenamt lernt man vieles, was einem im Beruf, im Leben, helfen kann: den eigenen Standpunkt vertreten, argumentieren, Kompromissfähigkeit

– gemeinsam Wege finden, Budgets verwalten und vieles mehr. Ehrenamtliches Engagement kann im Lebenslauf bei Bewerbungen hilfreich sein. Die Ausübung von Ehrenämtern stärkt die Persönlichkeit. Frauen sollten hier ihre Chancen sehen. Vereine können auch Halt geben und gesellschaftliche Einbindung, sie bilden eine Konstante. Man gibt dem Verein, dem Verband etwas und erhält ganz viel zurück:

Erfahrung, Anerkennung, Wertschätzung. Dabei ist ganz wichtig, dass Vereine ehrenamtliche Tätigkeit achten, sich ihrer Bedeutung bewusst sind und ihre Rolle annehmen.“

Weiterhin sieht Monika, dass der „Gesellschaftliche Wandel auch im Sport zu erkennen ist – manchmal jedoch noch nicht in den Vorständen der Sportvereine: Mobiles Arbeiten, Digitalisierung, Teilzeit gibt es auch im Sport. Es sollten sich mehr Frauen trauen, nach vorne zu gehen, Führungspositionen zu übernehmen.“

TEXT: INGE VOIGT-KÖHLER, FOTO: PRIVAT

Die Mitglieder des Ausschusses Frauen und Gleichstellung berichten über Frauen, die in ihrem Sportverein ehrenamtlich aktiv sind, sei es im Vorstand, als Trainerin oder auf andere Weise. Frauen leisten oft unbemerkt von der Öffentlichkeit wichtige Arbeit für ihren Verein und damit auch für unsere Gesellschaft. Seltener als Männer erfahren sie dafür sichtbare Anerkennung. Dem wollen wir hier entgegenwirken. Sie kennen auch eine Frau, die für ihren Verein aktiv ist? Schicken Sie uns eine Mail, wir berichten gerne! (bildungswerk@lsb-bremen.de).

Gendergerechte Sprache im Sport

Leitfaden des DOSB und der dsj

Sprache produziert Bilder im Kopf, beeinflusst unsere Wahrnehmung, bestimmt unseren Alltag. Seit längerem wird die Nennung von Männern und Frauen in Texten, wenn beide gemeint sind, gefordert und auch zunehmend praktiziert: Teilnehmerinnen und Teilnehmer, Sportlerinnen und Sportler usw.

Was aber ist mit denjenigen, die sich keinem Geschlecht zuordnen? Wie können wir die unterschiedlichen Geschlechtsidentitäten in unserer Sprache sichtbar machen? Im Dezember 2018 hat der Deutsche Bundestag die „dritte Option“ – divers – beschlossen. Verschiedene Formen zur Weiterentwicklung der Sprache waren schon länger in der Diskussion, das Binnen-I, der Unterstrich, jetzt der Doppelpunkt, das Sternchen. Sprache ist schon immer im Wandel gewesen. An vielen Stellen ist aktuell schon die Entscheidung für das Sternchen gefallen, weil es nach jetzigen Diskussionsstand am umfassendsten alle Geschlechtsidentitäten abbildet. Auch der Deutsche Fußball-Bund setzt seit Februar 2021 auf Gender-Stern. Das Argument, dass es für Screenreader nicht lesbar ist, können wir nicht gelten lassen. Technik muss sich den Bedürfnissen der Menschen anpassen und nicht umgekehrt. Wer zum Mond fliegen kann, wird auch dieses Problem lösen können.

In letzter Zeit sind viele Leitfäden von



Behörden oder Institutionen zum korrekten Sprachgebrauch entstanden. Mit zu den ersten, die Orientierungshilfen gegeben haben, wie Personen aller Geschlechter angesprochen werden können, gehörten die bremische Verwaltung, seit Dezember 2020 mit Doppelpunkt-Empfehlung, und der DOSB seit 31.08.2021 mit Gender-Sternchen-Empfehlung. Neben diesen Sonderzeichen empfehlen beide Leitfäden neutrale Formulierungen und geben dafür zahlreiche Beispiele.

Am 03.02.2022 fand die 10. (E)Qualitäts-

Time der DOSB-Frauen online statt mit 53 Teilnehmerinnen querbeet aus ganz Deutschland, die aus vielen Landes- und Spitzenverbänden über die Entwicklung von Leitfäden für gendergerechte Sprache berichteten.

Anregungen gibt ein Blick in den DOSB-Leitfaden mit vielen lebensnahen Beispielen aus dem Sport-Alltag, zu finden unter <https://gleichstellung.dosb.de/>

Wir beraten Vereine gerne bei der Formulierung von Texten für Print- und Online-Formate!

Einfach loslassen

Indoor-Bogenschießen beim Schützenverein Bremen Huchting und Umgegend von 1911 e.V.



Simple Bewegungsabläufe, volle Konzentration und jede Menge Köpfchenarbeit: Das sind die Dinge, die ich als selbstverständlich mit dem Bogenschießen in Verbindung gebracht habe. Warum ich in allen Punkten falsch lag und in der Ruhe nicht nur die Kraft, sondern auch der Schlüssel zum Erfolg liegt – ein Selbstversuch.

Immer wieder betrachte ich die dunkelgrünen Buchstaben, die das weiße Gebäude in der Obervielander Straße zieren. „Schießsportanlage“ lautet das Wort, das sie ergeben und das meinen Ruhepuls zugleich etwas in die Höhe treibt. Mein neuer sportlicher Selbstversuch führt mich an diesem Donnerstagabend Mitte März in die Welt des Schießsports und zugleich in die Räumlichkeiten des Schützenvereins in Huchting. Luftgewehr, Luftpistole, Klein- und Großkaliber: Die Bandbreite an Möglichkeiten vor Ort ist groß. Für mich steht jedoch eine andere Disziplin im Fokus: das Bogen-schießen.

Die herzliche Begrüßung lässt meine Aufregung etwas verfliegen. Klaus-Peter Aldag, Trainer und Bogensportleiter des Vereins sowie Vorsitzender Tom Wille führen mich durch die Gänge und Bereiche der Schießsportanlage. In den Fluren fällt mein Blick schnell auf die Wände. Ehrenteller, Fotos und schmuckvoll einge-

rahmte Königsketten illustrieren die langjährige Geschichte des Vereins. Stolz erzählt Tom Wille: „Wir hatten seit Pandemiebeginn nicht einen Vereinsaustritt, der auf Corona zurückzuführen ist.“ Auf einen Schwund von zwei Mitgliedern würden in der Regel drei Neuzugänge folgen. Lediglich der Nachwuchs stagniere im Vergleich dazu. „Ich würde mir wünschen, dass sich zukünftig mehr junge Menschen für den Schießsport begeistern würden“, sagt er und verabschiedet sich in sein Büro. Kollege Klaus-Peter Aldag, von allen im Verein KP genannt, führt mich zum Bogenstand.

Rechts- oder Linksschütze?

Während zwei Schützen dabei sind sich aufzuwärmen, erhalte ich eine kleine inhaltliche Einführung in die Präzisionssportart Bogenschießen. Langbogen, Recurve-, und Compoundbogen: Schnell



Beim Bogenschießen bemisst sich die Länge der Pfeile nach der individuellen Armlänge der Schütz:innen. Auch ein Fingerschutz für die Zughand (bekannt als Fingertabs) sowie ein Lederschutz für den Oberarm der Bogenhand (Foto rechts) gehören zum Equipment.

stelle ich fest, dass die Bogentypen ebenso vielfältig sind wie die Stilarten der Sportart. „Ich zeige dir heute Olympisch Recurve“, kündigt Aldag an, der selbst seit 40 Jahren passionierter Bogenschütze ist. Der dabei verwendete Bogen zeichne sich dadurch aus, dass die sogenannten Wurfarme am Ende zum Ziel hin gekrümmt seien. Der Trainer: „Jetzt müssen wir nur noch herausfinden, ob du Rechts- oder Linksschützin bist.“ Diese Entscheidung bestimme, welche Hand den Bogen letztendlich stütze (Bogenhand) und mit welcher der Schuss durch Zurückziehen der Sehne (Zughand) ausgeführt werde. „Entscheidend dabei ist die Augendominanz“, erklärt Aldag, sodass ich mich entscheide mit links schießen zu wollen. Was ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht weiß: Dafür bedarf es mehr Vorarbeit, als ich zuvor vermutet hatte.

Der Bewegungsablauf

„Bogenschießen ist eine sehr statische Sportart“, macht Aldag klar. Die richtige Standposition einzunehmen, sei das A und O. „Wie das funktioniert“, so der Experte, „zeige ich dir jetzt.“ Ich folge ihm zu einer roten Linie, auf dem grasgrünen Boden. 18 Meter trennen mich nun von der Zielscheibe, die sich auf gepresstem Stroh befindet. Würde es hier ums Werfen gehen, hätte ich jetzt schon verloren, denke ich amüsiert und versuche vage Erinnerungen an vergangene Bundesjugendspiele meiner Schulzeit zu verdrängen. Ein Schulterbreiter Stand, leicht gebeugte Knie, das Becken nach vorne gekippt und ein aufrechter Oberkörper – das Erreichen der optimalen Standposition empfinde ich alles andere als leicht. Als ich schließlich „richtig stehe“ und Aldag beginnt, mir den Bewegungsablauf des Bogenschießens zu erklären, fällt mir ein Satz ein, der zuvor bei seiner Führung durch die Schießanlage gefallen war. „Das Bogenschießen ist eine der komplexesten Sportarten überhaupt.“ Insgesamt 55 Bewegungen und Positionen würden bis zum Abschuss übereinandergelegt und kombiniert werden müs-

sen. Angestrengetes Nachdenken sei dennoch kontraproduktiv, wie ich selbst noch im Laufe des Trainings feststelle. Als ich beginne, die einzelnen Bewegungen, die Aldag mir zuvor zeigt und erklärt, selbst in die Tat umsetzen zu wollen, machen sich schnell die ersten Schwierigkeiten für mich bemerkbar: Linker Ellenbogen nach oben, Schultern runter, Zughand unters Kinn – die Bewegungsabfolge, die bei Aldag so simpel aussieht, ist es für mich keinesfalls. Immer wieder weist der Bogensportleiter mich geduldig auf Haltungsfehler hin, die sich auch in meinen Schüssen widerspiegeln. Nicht einmal treffe ich die Zielscheibe.

„Nachdenken ist der Tod für den perfekten Schuss“

„Du bist viel zu verkopft“, benennt der Trainer das Problem, nachdem ich etwas frustriert meine Pfeile eingesammelt habe. „Du musst einfach loslassen“ lautet sein Ratschlag, mit dem er mir zugleich eine elementare Lektion im Bogenschießen erteilt. Wer sich zu sehr darauf fokussiere, unbedingt das Ziel treffen zu wollen, sei nicht gut beraten. „Wenn die Bewegung routiniert und präzise sei, wisse der Schütze automatisch, wo der Pfeil landet. „Nachdenken ist der Tod für den perfekten Schuss“, betont er und ergänzt lächelnd: „Du musst einfach loslassen.“ Ein guter Ratschlag, für dessen Umsetzung ich wohl noch einmal wiederkommen muss. (JF)

NEUGIERIG GEWORDEN?

Wer Lust hat, das Bogenschießen im Verein selbst einmal auszuprobieren, kann sich per E-Mail an bogensportleiter@schuetzenverein-huchting.de zum Probetraining anmelden. Insgesamt stehen Interessierten sechs Schnupperstunden zur Verfügung.

Die Symptome des eigenen Körpers ernst nehmen

Paracelsus Sportmedizin und Prävention: Über die Auswirkungen von Long-Covid im Sport



Chefarzt Dr. Alberto Schek

Mit zunehmender Dauer der Pandemie zeichnet sich immer deutlicher ab, dass nach einer Corona-Infektion gesundheitliche Langzeitfolgen auftreten können. Aktuelle Studien vermuten, dass Langzeitfolgen nach einer Infektion mit Corona häufiger und länger auftreten als beispielsweise nach einer Influenza-Infektion. Auch leiden viele Sportlerinnen und Sportler unter den Folgen einer Corona-Erkrankung, da sie nicht wie gewohnt in den Sport zurückkehren können. Dr. Alberto Schek, Chefarzt der Paracelsus Sportmedizin und Prävention im wohninvest WESERSTADION beschäftigt sich seit längerem mit dem Thema Long-Covid im Sport und weiß, welche Einflüsse die Folgen sowohl auf die sportlichen Aktivitäten als auch auf den normalen Alltag haben können. Die wichtigsten Fakten im Überblick.

Wie kann der Verlauf von Long-Covid aussehen?

Der Verlauf einer Long-Covid-Symptomatik kann sehr individuell sein und sollte entsprechend auch individuell behandelt werden. Er kann aber auch denen einer frischen Erkrankung ähneln. Patientinnen und Patienten schildern häufig Erschöpfungserscheinungen sowie ein Gefühl von einem Druck auf der Brust. Folglich gehen alltägliche Belastungen nicht mehr so leicht von der Hand wie gewohnt. Eine große Gefahr kann eine zu schnelle Rückkehr in den Sport durch eine Überschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit darstellen. Vor allem dadurch, dass die Long-Covid-Symptome erst später eintreten, wird oftmals nicht ein direkter Rückschluss auf die Corona-Erkrankung gezogen. „Ich empfehle nach einer Corona-Infektion die Symptome des eigenen Körpers ernst und sich genügend Zeit zu nehmen, um vollständig zu genesen. Die Belastung des eigenen Körpers sollte stufenweise erfolgen“, so Dr. Schek.

Wie häufig tritt Long-Covid bei Sportlerinnen und Sportlern ein?

Insgesamt können Studien zu Folge etwa zehn bis fünfzehn Prozent

der Corona-Infizierten an Long-Covid erkranken. Speziell für den Leistungssport gibt es zu diesem Zeitpunkt noch keine validen Zahlen. Die Wahrscheinlichkeit von Long-Covid liegt bei Frauen höher als bei Männern. Einige Symptome, wie der eingeschränkte Geruchs- und Geschmackssinn treten zwar nach einer Corona-Infektion noch länger auf, müssen aber nicht einen unmittelbaren Einfluss auf die sportliche Aktivität der Patientinnen und Patienten nehmen. „Die Stärke von Long-Covid und dessen Symptome nehmen in der Regel mit der Zeit ab“, betont Dr. Schek. Auch wenn Sportlerinnen und Sportler weiterhin mit physischen und mentalen Leistungsabfällen kämpfen können, könnte eine Long-Covid-Erkrankung heilen.

Wie verläuft die Behandlung von Long-Covid?

Zuerst wird, wie auch in der regulären orthopädischen Sprechstunde, mit einer gezielten und ausführlichen Anamnese begonnen. Hier werden die Symptome der Patientinnen und Patienten während der Corona-Erkrankung genauestens abgefragt, um die einzelnen Untersuchungen optimal anzupassen. Ein EKG des Herzens wird durchgeführt, um die Stromflüsse im Herzen zu untersuchen. Weitere Laboruntersuchungen geben Aufschluss über den Zustand der Organe. Eine spezielle Lungenfunktionsuntersuchung wird angeordnet, wenn die Funktion der Lunge in der medizinischen Untersuchung Beeinträchtigungen aufweist. Patientinnen und Patienten mit einem schweren Corona-Verlauf wird die Untersuchung des Herzens auf eine mögliche Herzmuskelentzündung empfohlen. „Bei Ausdauersportarten ist die Herzmuskelentzündung die häufigste Todesursache. Daher müssen Risiken reduziert werden und bei einem positiven Befund einer Herzmuskelentzündung mindestens drei bis sechs Monate auf eine sportliche Aktivität verzichtet werden“, so Dr. Schek. „Unter normalen Bedingungen, ohne Anzeichen auf eine Herzmuskelentzündung, kann eine Rückkehr in den Sport nach circa vier Wochen Wiedereingliederung und stufenweiser Steigerung der Belastung geschehen.“

Welche Empfehlungen hat der Sportmediziner für Long-Covid-Erkrankte?

„Mein Rat ist es, nicht zu früh zu viel zu machen. Der Körper benötigt die ausreichende Ruhe nach einer solchen Erkrankung“, betont Dr. Schek. Vor allem dann, wenn Beeinträchtigungen in der Funktionsfähigkeit bemerkt werden: „Bin ich beispielsweise bereits nach einem normalen Spaziergang oder Treppensteigen aus der Puste?“ Auch sollte auf den Ruhepuls geachtet werden. Ist dieser zu hoch, könnte er ein Indikator für eine Beeinträchtigung der Leistungsfähigkeit sein. Klare Empfehlung vom Mediziner: „Selbst bei kleinsten Unsicherheiten lohnt sich ein Termin bei einem Kardiologen, Sportmediziner oder Hausarzt, um den Herzmuskel zu untersuchen. Nur so können langfristige Schäden ausgeschlossen beziehungsweise eingegrenzt werden.“

INFO

Post-Covid-Untersuchungen und entsprechende Sporttauglichkeitsuntersuchungen können im Zentrum für Sportmedizin & Prävention im wohninvest WESERSTADION durchgeführt werden. Nähere Informationen finden Interessierte unter:

www.paracelsus-kliniken.de/sportmedizin-bremen/. Zudem liefert der Instagram-Kanal der Klinik (@paracelsus_sportmedizin) jede Menge Tipps und Inhalte rund um das Thema Sportmedizin und Prävention.

#100prozentleistung



SPORTMEDIZIN & PRÄVENTION

3-Tesla MRT direkt
im wohninvest WESERSTADION

Terminvereinbarung: 0421 33 11 56-0 oder pkd.de/sportmedizin-bremen



Termin vereinbaren

Geimpft, genesen, getestet

Coronapandemie: 3G-Regel gilt bis zum 2. April

Der Bremer Senat hat Anfang März Änderungen der 30. Coronaverordnung beschlossen, die vorerst bis zum 2. April in Kraft bleiben. Ob es danach zum von der Politik geplanten Wegfall aller Coronamaßnahmen kommt und was das letztlich für den organisierten Sport bedeuten würde, ist derzeit noch nicht absehbar. Zum einen, weil das Infektionsgeschehen zuletzt wieder stark zugenommen hat und zum anderen, weil das bundesweit geltende Infektionsschutzgesetz modifiziert werden soll.

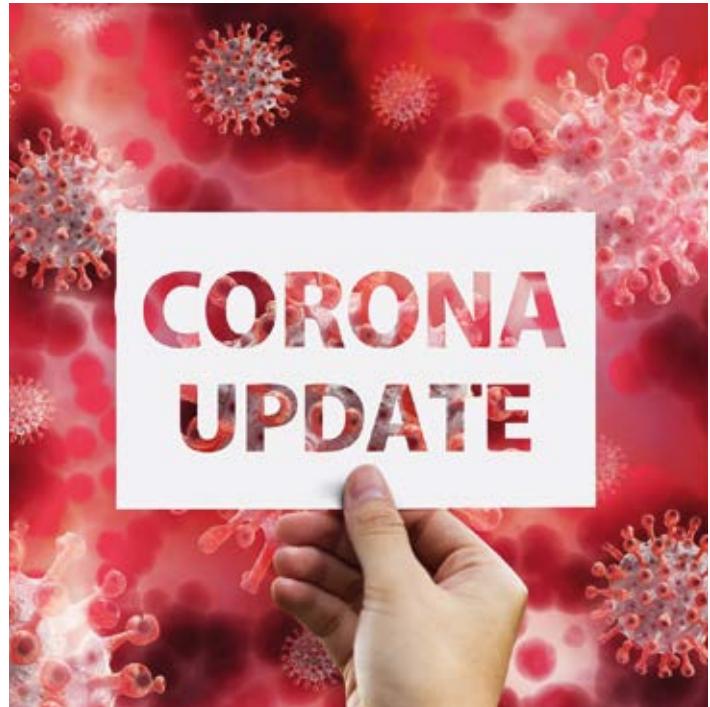
Die aktuellen Coronaregeln für das Land Bremen sind am 4. März in Kraft getreten und beinhalten als wichtigste Änderung die Umsetzung der 3G-Regel (geimpft, genesen, getestet) im Sport. Dies gilt auch für den Outdoor-Sport. Ebenfalls neu ist, dass die Personenbeschränkung für Ungeimpfte (Haushaltsregel) beim Sport im Zuge der 3G-Regel wegfällt. Für die Ausübung von Sport gelten im Land Bremen bis zum 2. April somit folgende Regelungen:

Ausübung von Sport

- ▶ Grundsätzlich gilt für den Indoor- und Outdoor-Sport sowie für die Vereinsgastronomie die 3G-Regel. Dies gilt auch für Umkleiden und Duschen.
- ▶ Schüler:innen bis zum 16. Lebensjahr benötigen keine(n) Testnachweis oder Schulbescheinigung. Ab dem 16. Lebensjahr muss eine Schulbescheinigung vorgelegt werden.

Veranstaltungen

- ▶ Veranstaltungen mit bis zu 1.000 Personen können ohne Genehmigung durchgeführt werden.
- ▶ Bei der Anwendung der 3G-, 2G- oder 2G+-Regel entfällt das Abstandsgebot sowie die Pflicht des Tragens einer Mund-Nasen-Bedeckung.
- ▶ Veranstaltungen mit mehr als 1.000 Personen (Großveranstal-



tungen) sind in geschlossenen Räumen mit bis zu 6.000 Personen und unter freiem Himmel mit bis zu 25.000 Personen zulässig. Hierbei ist das 2G-Zugangsmodell anzuwenden. Die räumlichen Kapazitäten der Veranstaltungsstätte dürfen in geschlossenen Räumen höchstens bis zu 60 % und unter freiem Himmel höchstens bis zu 75 % genutzt werden.

- ▶ Abweichend von den Höchstgrenzen für Teilnehmende bei Veranstaltungen kann das Ordnungsamt in Abstimmung mit dem Gesundheitsamt Ausnahmen zulassen.

Kontaktdatenerfassung

- ▶ Eine Kontaktdatenerfassung im Rahmen der Schutz- und Hygienekonzepte ist nicht mehr erforderlich.

Corona-Soforthilfe

Neue Förderanträge des Bremer Senats stehen bereit

Die Corona-Soforthilfe für Sportvereine im Land Bremen ist bis zum 31. Dezember 2022 verlängert worden. Bremer und Bremerhavener Sportvereine können wie schon im Vorjahr bis zu 50.000 Euro an coronabedingten Einnahmeausfällen geltend machen. Die aktualisierten Förderanträge und Richtlinien stehen zum Download bereit.



Die Soforthilfe-Anträge sind bis spätestens 31. Oktober 2022 beim Sportamt Bremen bzw. beim Amt für Sport und Freizeit Bremerhaven einzureichen. Sämtliche Antragsunterlagen können hier heruntergeladen werden. Einhergehend mit der Verlängerung des Soforthilfeprogramms sind die Förderkriterien noch einmal erweitert worden. Erstattet werden ab sofort auch:

- ▶ projektbezogene Kosten zur Mitgliedergewinnung
- ▶ Ausgaben für Onlinetrainingsmöglichkeiten und Onlinekonferenzen u.ä. einschließlich Videokonferenztools/-systeme (auch Lizenzen)
- ▶ Ausgaben auf Außensportanlagen für Sportgeräte und -materialien für einen frühzeitigeren Start in die Freiluftsaison
- ▶ entfallene Verbandsgebühren für den Liga- und Wettkampfbetrieb im Rahmen der Arbeit der Fachverbände

Für Fragen zum Soforthilfeprogramm steht das Sportamt Bremen unter der Telefonnummer 0421/361-10491 sowie per Mail (office@sportamt.bremen.de) zur Verfügung. Bremerhavener Vereine können sich per E-Mail an Sportamt@migrat.bremerhaven.de wenden.

Mehr Lebensqualität durch Beweglichkeit

Roland-Klinik: Prof. Dr. Ralf Skripitz über Behandlungsmöglichkeiten bei Arthrose-Erkrankungen

Arthrose ist eine der häufigsten altersbedingten Erkrankungen. Was schlechend beginnt, verursacht im fortgeschrittenen Stadium oft schon bei kleinsten Bewegungen Schmerzen und belastet so den Alltag. Ein künstliches Hüft- oder Kniegelenk kann für mehr Lebensqualität und Beweglichkeit sorgen, wenn die konservative Behandlung – zum Beispiel mit Schmerzmitteln – nicht mehr ausreicht.

Prof. Dr. Ralf Skripitz, Chefarzt im Zentrum für Endoprothetik, Fußchirurgie, Kinder- und Allgemeine Orthopädie an der Roland-Klinik, ist Spezialist für minimalinvasiven Hüft- und Knieersatz und klärt über mögliche Eingriffe und Vorteile auf.

Professor Skripitz, was spricht für einen Gelenkersatz selbst im hohen Alter?

Dank verfeinerter Operationsmethoden spielt das Alter für Gelenkersatz kaum eine Rolle. Nach Möglichkeit nehmen wir einen minimalinvasiven Eingriff vor. Das ist eine gewebeschonende Operation mit einem nur kleinen Hautschnitt von etwa acht Zentimeter, bei der Muskulatur und Gewebe nicht durchtrennt, sondern nur beiseitegeschoben werden.

Gilt dies sowohl für die Hüfte als auch das Knie?

Genau, als Endoprothetikzentrum der Maximalversorgung bietet die Roland-Klinik solche schonenden minimalinvasiven Eingriffe an, um Hüft- oder Knieprothesen

einzusetzen. Es ist eine Methode, die den Heilungsprozess verkürzen kann, wovon besonders Menschen in fortgeschrittenem Alter profitieren.

Worin sehen Sie die Vorteile dieses Eingriffs?

Ziel dieser Vorgehensweise ist es, dass die Patienten nach dem Eingriff schnellstmöglich wieder auf die Beine kommen und in Bewegung. Der sehr kleine Schnitt ermöglicht eine gute Wundheilung und mit der OP ist nur ein geringer Blutverlust verbunden. Daher macht schonender Gelenkersatz auch gerade im höheren Alter Sinn.

Weitere Informationen gibt es im Video unter www.roland-klinik.de/mediathek.

Neu!
THERAPIE-MEDIATHEK
Jederzeit bequem informiert:
roland-klinik.de/mediathek

Damit Sie in Bewegung bleiben.

Wenn's zwickt, zwackt, knackt und knirscht: Als Fachklinik sind wir spezialisiert auf orthopädische und handchirurgische Erkrankungen. In unseren vier Zentren behandeln wir stationär und ambulant, konservativ und operativ – Erwachsene und Kinder, Profi- sowie Freizeitsportler und selbstverständlich gesetzlich wie privat Versicherte. Wir sorgen für Ihre Gesundheit und ein bewegtes Leben.

www.roland-klinik.de



Roland-Klinik gemeinnützige GmbH
Niedersachsendamm 72/74
28201 Bremen

 **Roland Klinik**
Kompetenz in Bewegung

Häufige Wadenverletzungen

Dr. Dimanski über die Ursachen, Tipps zur Vorbeugung und die ärztlichen Behandlungsmethoden



Wer kennt es nicht, ein stechender Schmerz in der Wade mitten in der Nacht oder nach einer sportlichen Einheit. Von harmlosen Krämpfen bis zu ernsthaften Zerrungen und Muskelfaserrissen hatten die meisten Menschen schon einmal in ihrem Leben eine schmerzhafte Erfahrung im Bereich der Wadenmuskulatur. Mehr als 90 Prozent der jungen Erwachsenen leiden vereinzelt unter Muskelkrämpfen. Diese häufen sich ab einem Alter von 30 Jahren und können ab 65 bis zu zwei Mal die Woche auftreten.

Dr. Götz Dimanski erklärt, dass es sich um unterschiedliche Mechanismen handele, die zu Wadenkrämpfen führen: „Da gibt es beispielsweise die Möglichkeit, dass jemand Schuhe mit hohen Absätzen trägt, dadurch kommt es zu einer permanenten Verkürzung der Wadenmuskulatur. Dieser Spannungszustand führt bei einer falschen Bewegung zu einer Störung der Koordination zwischen den einzelnen Muskelfasern“, erläutert er. Dies sei eine der Möglichkeiten. Dazu kämen die von Flüssigkeits- und Elektrolytverlust oder starker körperlicher Belastung. Auch der Trainingszustand spielt eine Rolle und Störungen im Bereich der Lendenwirbelsäule können ebenfalls ein Auslöser sein.

„Dann gibt es noch Wadenkrämpfe, die nachts auftreten, von denen besonders viele ältere Menschen betroffen sind“, fährt der Chefarzt fort. Diese Beschwerden können bei Betroffenen bis zu zweimal wöchentlich entstehen. Bei akuten Schmerzen helfe eine bewusste Dehnung der Muskulatur. Dimanski gibt ein Beispiel: „Nehmen wir mal an, ich habe im Sitzen einen schrecklichen Krampf der Oberschenkelrückseite. Dann kann ich diesen Krampf lösen, indem ich die Oberschenkelvorder-

seite durch Kniestreckung kräftig und bewusst anspanne. Bei dem Wadenkrampf wäre es dann ein bewusstes und kräftiges Hochziehen der Fußspitze.“ Das gelte ebenfalls für die nächtlichen Krämpfe. Da könne bereits aus dem Bett heraus das Kniegelenk gestreckt und die Fußspitze hochgezogen werden. Sollte das nicht ausreichen, müsse das Ganze einmal im Stand wiederholt werden. „Das Gurkenwasser von Gewürzgurken zu trinken, hilft übrigens auch den Krampf zu lösen“, ergänzt er.

Bei häufigen Krämpfen müsse die Ursache genauer untersucht werden: Um ein diagnostisches Gesamtbild zu erstellen würde Dimanski Fragen dazu stellen, in welchen Situationen der Krampf entsteht, wie sich der Schmerz äußert, was es bisher für Untersuchungen gab und ob es Bewegungsstörungen in der Fußwurzel oder in der Nervenwurzel der Lendenwirbelsäule gibt. Der Facharzt erklärt, dass ebenso die Funktionalität des Beckens und sämtlicher Gelenke bis zum Fuß zu überprüfen seien, um zu sehen ob dort schon Funktionsstörungen der Muskulatur beginnen. Zu einer Komplettierung der Diagnostik zähle auch die Untersuchung der Schilddrüsenfunktion und Muskelenzyme. Sportanfängern, die zum Beispiel mit dem Laufen oder Tennis beginnen, rät Dimanski, sich vorher

gut aufzuwärmen, anschließend zu dehnen und sich insgesamt langsam an die höhere Belastung ranzutasten. So werden nicht nur Krämpfe, sondern auch mögliche Zerrungen und Muskelfaserrisse vermieden. Besonders bei un behandelten und nicht richtig auskurierten Verletzungen tritt an der belasteten Stelle wieder ein neuer Muskelfaserriss auf und das wiederum führt bei häufiger Wiederkehr zu einer Vernarbung und Verklebung des Gewebes.

Das Auskurieren beinhaltet eine gute physiotherapeutische Behandlung, bei der auch der Verlauf der Verletzung tastend verfolgt werde, um einen guten Eindruck davon zu bekommen, ob und wie sich das Gewebe regeneriert hat. Erst dann dürfe wieder Belastung zugelassen werden. „Startet man zu früh, kann der nächste Muskelfaserriss nicht verhindert werden“, warnt er. Gerade die Erstbehandlung sei entscheidend, da durch den Riss Blut in das Gewebe gerate.

Bei Verdacht auf einen Muskelfaserriss in der Wade empfiehlt der Sportmediziner direkt mithilfe von einer Kompressionsbinde für 15 Minuten die betroffene Stelle zu komprimieren und zu kühlen. Sollte es doch nur eine Zerrung sein, könne damit trotzdem nichts falsch gemacht werden. Vorbeugend empfiehlt er eine gute Aufwärmung vor der Einheit und Dehnung danach. Er erklärt, dass bereits 30 Sekunden Dehnung nach der Belastung das Verletzungsrisiko senken. Ebenso helfen sogenannte Sportkompressionsstrümpfe und eine gesunde Ernährung.

Dimanski betont, dass damit nicht die Aufnahme von Nahrungsergänzungsmitteln gemeint sei, sondern eine ausgewogene Wahl der Lebensmittel, ohne eine strikte Diät zu verfolgen. „Wer gesund Sport treiben möchte, sollte auch am Vorabend auf Alkohol verzichten.“

Das Interview führte Zoé Rugen.

Dr. Götz Dimanski betreute 23 Jahre lang als Mannschaftsarzt Werder Bremens Fußballer, unter anderem während ihrer Teilnahme an Europapokalspielen und der Champions League. Heute führt er die Geschäfte des RehaZentrum Bremen und praktiziert dort als Chefarzt der Abteilung für Sportmedizin und Physiotherapie. Seine Tätigkeitsschwerpunkte sind die nichtoperative Diagnostik sowie die Therapie von Erkrankungen und Verletzungen des Bewegungsapparates.



Ambulantes Kompetenzzentrum für Rehabilitation und Sportmedizin

Für Leistungssportler und Freizeitaktivisten



Das SporThep ist aus dem medizinischen Leistungszentrum des SV Werder Bremen entstanden und hat sich über die Jahrzehnte in der Region zu dem führenden Kompetenzzentrum für Sportmedizin und Physiotherapie entwickelt. Ob Leistungs- oder Freizeitsportler, ob akute Verletzung oder chronische Schmerzen - im SporThep erwartet Sie eine ganzheitliche Behandlung aus moderner Sportmedizin und funktionellen Therapieansätzen.

Das SporThep-Team unterstützt Sie bei:

- Sportverletzungen des Bewegungsapparats
- chronischen Schmerzen & Sportschäden
- Sportvereinsberatung auf medizinischer Ebene
- Sportlerbetreuung
- sportartspezifischen Tauglichkeitsuntersuchungen
- Wunsch auf eine zweite medizinische Meinung



SporThep

Sportmedizin & Physiotherapie

**RehaZentrum Bremen GmbH,
Zentrum für ambulante Rehabilitation,
physische Therapie und Sportmedizin**
Senator-Weßling-Str. 1a · 28277 Bremen
Tel: +49 (0) 421 / 44 96 96
Email: info@sportheb.de
www.rehazentrum-bremen.de



Weltmeisterschaft der Lateinformation

Grün-Gold-Club Bremen: A-Team erneut an der Spitze

Das Licht am Ende des Tunnels fest im Blick, begann die Organisation der Weltmeisterschaft der Lateinformationen. Doch kurz zuvor begann erneut das Zittern. Sollte das Licht doch nur wieder eine Fata Morgana gewesen sein? Nein, das Licht war echt und die Weltmeisterschaft fand tatsächlich am 18. Dezember unter strengen Hygienebedingungen, aber mit Publikum statt.

Auch wenn die Zuschauerzahlen aufgrund der Bestimmungen begrenzt waren, war es ein Tanzfest. Die Formationen wurden frenetisch gefeiert und so war an diesem Tag eigentlich jede Formation ein Sieger. Weltmeister konnte aber nur eine Formation werden und die stand am Ende eines langen Tages fest: Das A-Team des Grün-Gold-Club Bremen hat es wieder einmal geschafft. Mit einem deutlichen Vorsprung vor der internationalen Konkurrenz erkantete sich das Team den 11. Weltmeistertitel der Lateinformationen.

Beim Grün-Gold-Club Bremen hieß es direkt nach diesem fulminanten Sieg aber auch gleich weiter zu planen, denn das Formationswochenende stand nur vier Wochen später auf dem Programm. Mit deutlich verringter Zuschauerzahl konnte das



Formationswochenende am 15. und 16. Januar 2022 ausgerichtet werden. Mittels Livestream verfolgten mehr als 3.000 weitere Zuschauer:innen das Turnier live am Rechner oder Fernseher. Erfreulicherweise waren alle Bundesliga-Teams am Start, wenn auch das eine oder andere Team nicht mit allen acht Paaren antrat. Alle Teams zeigten sich froh und glücklich, endlich wieder Turnierluft schnuppern zu können und das Tanzparkett unter den Füßen zu spüren. Dieses Auftakttunier entschied der amtierende Weltmeister, das A-Team des Grün-Gold-Club Bremen, mit allen möglichen Einsen in der Wertung für sich.

„Streben nach sportlicher Höchstleistung“

Senatsempfang für Grün-Gold-Club Bremen



Mit einem Senatsempfang hat Sportsenatorin Anja Stahmann den Grün-Gold-Club Bremen im Kaminsaal des Rathauses für ihre Weltmeister-Titel im Lateinformations-Tanz in den Jahren 2019 und 2021 geehrt. In Anwesenheit der stellvertretenden Sprecherin der Sportdeputation, Prof. Dr. Eva Quante-Brandt, haben sich die Mitglieder der Formation um GGC-Vorstand Jens Steinmann in das Goldene Buch der Hansestadt Bremen eingetragen.

Im Jahr 2021 war die Weltmeisterschaft in Bremen mit Tanzteams aus der Welt ausgetragen worden. Es war bis zum Schluss ein langes Bangen, ob alle angemeldeten Teams mit ihren unterschiedlichen Impfungen zugelassen werden oder und ob der weltweite Wettbewerb abgesagt werden muss. Die Formation des Grün-Gold-Clubs Bremen und ihre Trainer zeichneten sich aus durch „die Verbindung von immenser Leidenschaft, höchstem Einsatz und harter Arbeit mit dem Streben nach sportlichen Höchstleistungen und der Kunst, sich immer wieder neu zu erfinden“.

Theorie trifft Praxis

Aus- und Fortbildungen bei impuls



Im vergangenen Herbst hat an der Fachschule für Gesundheitssport und Bewegungstherapie von impuls ein neuer Ausbildungsgang begonnen. Ausgebildet wird auf der Basis eines ganzheitlichen Ansatzes in Theorie und Praxis in enger Verzahnung unter anderem in folgenden Fächern: Bewegungspädagogik/Bewegungstherapie, Psychologie, Medizinische Grundlagen, Körperarbeit/Gymnastik, Entspannung, Gesundheitssport, Tanz (diverse Stile) und Rhythmisik. Die Ausbildung wird mit einer staatlichen Prüfung beendet. Die spätere Berufstätigkeit kann sowohl im pädagogischen, kreativen Bereich (Tanz) als auch in der Gesundheitsförderung oder im therapeutischen Bereich liegen. Im Frühjahr findet wieder die berufsbegleitende Fortbildung „Tanz- und Performancepädagogik“ statt, die sich insbesondere an pädagogisches und gesundheitlich orientiertes Fachpersonal richtet. Im Zentrum des Moduls „Tanzpädagogik“ steht die Vermittlung tanz- und bewegungspädagogischer Inhalte für die Arbeit mit Kindern im Kita- und Grundschulalter. Begleitend wird ein Tanztraining für die Teilnehmenden in verschiedenen Stilen angeboten, das sowohl tänzerisch, als auch körperlich und rhythmisch schult.

Trampolinturnen 2021

Rückblick: Mirja Radfelder-Henning in Baku



Niedersachsen-Cup

Erfolg für Turnerinnen des TuS Huchting

Beim Niedersachsen-Cup der Gerätturnerinnen in Buchholz räumten die Mädchen aus Huchting, die für den Blau-Weiss Buchholz an den Start gingen, in der Leistungsklasse 3 ordentlich ab.

In der Leistungsklasse der 11- bis 12-Jährigen erreichte Emily Hoberg mit der höchsten Wertung am Balken von 11,75 mit insgesamt 45 Punkten den dritten Platz. Ihre Mitstreiterinnen vom TuS Huchting Josie Wojciechowski mit 43,95 und Angelina Fegler mit 42 Punkten folgten ihr auf den 4. und 5. Platz. Auch in der LK 3 der 14- bis 17-Jährigen war es spannend bis zum Schluss. Mit nur 0,15 Punkten Vorsprung sicherte sich Mette Stappmann mit einer Gesamtpunktzahl von 45,2 und der Höchstwertung von 12,7 Punkten am Boden den ersten Platz. Den dritten Platz mit einer Gesamtpunktzahl von 44,6 teilten sich die beiden Vereinskolleginnen Leoni Hagemann und Sonsee Strauch. Leoni glänzte mit der Höchstwertung 12,3 am Sprung und mit einer 11 am Barren. Sonsee erreichte am Balken die Höchstwertung von 11,15.



Nachdem Mirja Radfelder-Henning die Quali für WAGC 2019 um 0,3 Punkte im Kombi-Wert (Haltung+ToF) verpasst hatte und 2020 die internationalen Titelkämpfe wegen Corona abgesagt worden waren, hatte sich Mirja nun für 2021 diesen Wettkampf erneut als Ziel gesetzt. Und das war ein langer, harter Weg: Er erstreckte sich über ein halbes Jahr und beinhaltete viele sportliche Etappen.

Mitte November ging es für eine Woche nach Frankfurt zur UWV – unmittelbare Wettkampfvorbereitung. Eine Woche gemeinsames Training, Vorbereitung, auch andere gemeinsame Aktivitäten – und dann ging es direkt von Frankfurt aus los nach Aserbeidschan, Baku. Natürlich war auch auf dieser Reise alles von Corona geprägt. Insgesamt war das Team Germany recht viel im Hotel und in der Halle. Es gab viel gemeinsames Training, etwas Zeit für Sightseeing und generell war das ganze Team mit in der Halle zu den Wettkämpfen. Hier lief es bei Mirja gut, sie fühlte sich für den Wettkampf vorbereitet. „Schön war, dass zu den Wettkämpfen immer das ganze Team in der Halle war und Daumen drückte.“ Sportlich lief es leider am Wettkampftag nicht ganz so ganz so gut. Nach einer tollen Pflicht konnte Mirja ihre Kürübung nicht beenden: Nach dem 3. Sprung landete sie auf den Hacken, konnte nicht gehalten und mit dem 4. Sprung fand Mirja sich auf der Matte außerhalb des Trampolins wieder. „Das Ergebnis war nicht mein Wunschziel“, sagt sie. Rein rechnerisch wäre mit der Pflichtwertung eine Platzierung im Mittelfeld „drin gewesen“.

Kinderturnen für alle

Über die „Regionalliga Inklusion“



Menschen sind verschieden und das ist gut so. Vielfalt ist etwas Schönes: Die kleinen Leute haben das am besten verstanden, denn Kinder spielen ohne Vorbehalte. Ihnen ist es egal, woher ein anderes Kind kommt oder welche Voraussetzungen es hat. Diesen Gedanken greift auch die „Regionalliga Inklusion“ auf.

Die „Regionalliga Inklusion“ ist ein Projekt der Deutschen Turnerjugend (DTJ) und wird von der Aktion Mensch Stiftung gefördert. Es hat zum Ziel, allen Kindern die Möglichkeit zu geben, sich gemeinsam zu bewegen und zu spielen. Das Kinderturnen eignet sich durch seine vielfältigen Bewegungsangebote besonders gut, verschiedenen Bewegungsbedürfnissen gerecht zu werden. Die „Regionalliga Inklusion“ möchte die Vereine und ihre Übungsleiter:innen ermutigen, offensiv zu zeigen, dass bei ihnen jedes Kind willkommen ist. Dabei unterstützt das Projekt in verschiedenen Bereichen. Die Übungsleitenden haben die Möglichkeit sich im Bereich „Inklusion im Kinderturnen“ gezielt weiterzubilden. Das Angebot reicht von Fortbildungen zur Lizenzverlängerung über Online-Workshops bis hin zu Austauschformaten.

Nähere Infos: www.bremer-turnverband.de

Bremer Turntalent

Karina Schönmaier für EnBW DTB-Pokal nominiert

Karina Schönmaier vom TuS Huchting blickt ihrem ersten großen Auftritt auf internationaler Bühne entgegen. Das 16-jährige Ausnahmetalent ist vom Deutschen Turnerbund (DTB) für den EnBW DTB-Pokal vom 18. bis zum 20. März 2022 in Stuttgart nominiert worden und das, obwohl sie keinen Bundeskaderstatus besitzt. Karina präsentierte sich zuletzt beim Bundeskaderlehrgang in Frankfurt derart stark, dass die Bundestrainer:innen nicht umhin konnten Karina für das Turn-Team Deutschland zu nominieren. Auch wenn der traditionsreiche Wettkampf nicht mehr als Weltcup geführt wird, ist trotzdem mit einer starken internationalen Besetzung zu rechnen.



Nach verrückter Hallensaison

Aufstieg der Hockeydamen des Club zur Vahr



Bis zur letzten Minute haben die 1. Damen um den Aufstieg gekämpft – und ihn gewonnen! Dabei hatte es das Team um Trainer Dennis Ströder alles andere als leicht. Nach einer kurzen Vorbereitung mit einem Vorbereitungsturnier in Dortmund, drei verletzten Spielerinnen und vier Neuzugängen aus der U18, ging es für den Club zur Vahr direkt in eine spielreiche Saison der Regionalliga. Ziel klar gesetzt – es sollte mindestens Platz 6 und somit der Aufstieg in die, in der nächsten Saison 2022/23 neu gegründete, 2. Bundesliga sein.

In der Hinrunde fehlte es jedoch leider zunächst an gemeinsamer Spielerfahrung, Überzeugung und Toren. So mussten sich die Mädels oft geschlagen geben, behielten aber ihren Kampfgeist und schafften es kurz vor Weihnachten mit einem verdienten 2:1 gegen den Marienthaler THC ihren ersten Sieg vor Heimpublikum einzufahren. Dann hieß es erstmal Winterpause. Doch trotz hoher Motivation sollte es in den ersten Spielen im neuen Jahr kein Sieg werden und die Hockeydamen mussten weiter um den Abstieg in die Oberliga kämpfen. Erst mit einem starken 4:2-Sieg beim Konkurrenten Marienthal kamen sie ihrem Ziel wieder näher. Zum Schluss hieß es nochmal alle Kräfte zusammenzusuchen und alles zu geben, denn ein Aufstieg in die 2. Bundesliga war doch wieder realistischer als zwischendurch gedacht. Am vorletzten Spieltag besiegten die Bremer dann den 1. Kieler HTC und sicherten sich somit den Klassenerhalt in der Regionalliga. Einen Tag später spielten die 1. Damen eines ihrer stärksten Spiele gegen den Tabellenzweiten TG Heimfeld, holten einen Rückstand von drei Toren auf und beendeten das Spiel mit einem Unentschieden (5:5). Dank einer Niederlage von Konkurrent Marienthal und dem ergatterten Punkt gegen Heimfeld, war es jetzt also klar: Nächste Saison findet man die Spielerinnen vom CzV in der 2. Bundesliga des Hallenhockeys.

Selbstbewusste Kinder

Der Kids Club des SG Stern

Der Kids Club des SG Stern hilft Familien, Sport dauerhaft in den Alltag zu integrieren – ohne Druck. Das abwechslungsreiche Angebot richtet sich an Kinder zwischen sechs und zehn Jahren. Es wechselt regelmäßig und reicht von Klettern, über Bogenschießen bis hin zum Selbstbehauptungs- und Resilienz-Kurs. „Wir wollen die Kids an Neues heranführen und ihnen zeigen, wie einfach es ist, aktiv zu sein – wenn man Freude daran hat. Nicht zuletzt liegt ein Fokus auf der Gemeinschaft und was man als Team alles erreichen kann!“, so Sportmanager André Beguin von der SG Stern.

Im 4,5-stündigen Training vermittelt Resilienztrainerin Christina Engel am 6. April von 11 bis 15.30 Uhr im Theater11 (Faulenstraße 44-46) Kindern einen besseren Umgang mit sich selbst und klare Strategien für Konfliktsituationen – ganz ohne erhobenen Zeigefinger: „Kinder brauchen gerade in Krisenzeiten Quellen, aus denen sie Kraft schöpfen können, Empathie und Respekt mitnehmen. Dazu gehören wohltuende Erlebnisse, ein Bewusstsein für die eigene innere Stärke und ein Set an gutem Handwerkszeug. Und das wirkt sich nicht nur gut auf den Alltag aus, sondern auch auf den weiteren Lebensweg“, erklärt Trainerin Christina Engel. Und auch die Eltern nehmen etwas mit: Zusätzlich zum Kursangebot für die Kinder können sie unverbindlich am kostenfreien Onlinevortrag „Stark & Sicher – wie Sie Ihre Kinder widerstandsfähig in die Zukunft begleiten“ teilnehmen.

Nähere Infos sowie Anmeldemöglichkeiten: www.sgstern.de/kurs/kids-club-selbstbehauptungs-und-resilienzkurs-1/



Mit Gästen aus dem gesamten Stadtteil

ATSV Habenhausen feiert 125-jähriges Jubiläum:



1897 wurde der ATSV Habenhausen gegründet, also vor 125 Jahren. Dieses bemerkenswerte Jubiläum soll besonders gefeiert werden. Die Vorbereitungen für die Feierlichkeiten am 11. und 12. Juni 2022 laufen auf Hochtouren. Das Organisationsteam um den ATSV-Vorsitzenden Alexander Svoboda hat sich dabei viel vorgenommen.

Als Einleitung ist ein Festumzug durch den Stadtteil, das „Dorf“ Habenhausen geplant. „Wir wollen damit nicht nur uns und unseren Verein feiern, sondern die Jubiläumsfeier im gesamten Stadtteil bekannt machen. Alle, selbstverständlich auch die Einwohnerinnen und Einwohner in den neuen Wohngebieten, sind herzlich eingeladen, mit uns zu feiern und uns kennen zu lernen“, erläutert Svoboda. Es sind sowohl Fußgruppen als auch Wagen vorgesehen, ein Spielmannszug darf natürlich ebenfalls nicht fehlen. Im Anschluss an den Umzug wird der offizielle Festakt auf dem Vereinsgelände an der Kästnerstraße 35 begangen. Der Tag soll mit einer großen Party in der Sporthalle ausklingen. Am Sonntag wird dann mit der ganzen Familie weitergefeiert mit vielfältigen Angeboten für Kinder und Erwachsene.

Die Deutsche Meisterschaft im Blick

Die Korbball-Teams des Vereins SG Findorff

Die 1. Damen der SG-Findorff haben die Hinrunde der Korbball-Bundesliga-Nord auf dem 2. Platz beendet und sind punktgleich mit dem Tabellenersten TV Oldenbrok. Sie konnten sechs Partien siegreich gestalten und hatten nur im Spiel gegen den Tabellenersten vom Oldenbroker TV knapp das Nachsehen. Um die Qualifikation zur Deutschen Meisterschaft am 21.05./22.05.2022 in Bayern zu erreichen, muss nach der Hin- und Rückrunde einer der ersten drei Plätze belegt werden.

Die 1. Damen haben bei derzeit 5 Punkten Vorsprung auf den Tabellenvierten die Qualifikation selbst in der Hand und werden in der Rückrunde alles geben, um bei der Deutschen Meisterschaft antreten zu können. Die Rückrunde wird durch zwei coronabedingt abgesagte Spieltage etwas komprimierter im März und April gespielt. Die A-Jugend der SG Findorff wird als Bremer Landesmeister auf jeden Fall an der Deutschen Meisterschaft teilnehmen. Zurzeit belegt die Mannschaft von Melanie Niestedt und Andrea Cowley einen der oberen Tabellenplätze. Die Saison befindet sich seit Ende November in einem Coronastillstand und soll Ende Februar wieder aufgenommen werden. Die D-Jugend und E-Jugend-Mannschaften werden ihre Saison nach den Osterferien wieder aufnehmen, die einfache Hinrunde zu Ende spielen und neben Spielpraxis auch möglichst viele Punkte einsammeln.



Für den Nabu

Die BTS Neustadt sammelt abgelegte Handys & Co

Die BTS Neustadt hat in ihrem Foyer in der Erlenstraße 85a einen Sammelkarton des Nabu aufgestellt, um Handys und Tablets, die nicht mehr genutzt werden, alte Akkus, Ladekabel etc. zu sammeln. Die alten Geräte werden auf Reparaturfähigkeit getestet, danach zertifiziert gelöscht und ausschließlich in Europa als aufbereitete Handys wiederverkauft. Aus dem Erlös werden lokale Insektenschutz-Projekte gefördert. Sind die alten Geräte nicht mehr reparabel, werden sie recycelt. Wir hoffen auf rege Teilnahme und freuen uns, dass wir zum Umweltschutz und zur Nachhaltigkeit beitragen können.

Infos: vorsitzende.turnen@btsneustadt-bremen.de

Fünf Starts und drei Siege auf nationaler Ebene

TG Hanse (TVO/SG Findorff): Taekwondosportlerinnen präsentieren sich erfolgreich

Anders als geplant, musste der für das erste Dezemberwochenende in Ehingen (Donau) geplante Deutsche Jugend Cup Technik (DJC) und die Deutsche Meisterschaft Technik (DM) als Präsenzturnier abgesagt werden, fand aber online statt.

Der Technikbereich im Taekwondo ist der sogenannte Formenlauf: Ein Kampf gegen vier imaginäre Gegner, die aus allen Richtungen angreifen. Die Perfektion der Techniken, die Dynamik, der Wechsel zwischen langsamem und schnellen Techniken, die am Ende ihre volle Kraft entfalten, machen diese Disziplin zu einer der hochgradig anspruchsvollsten im Bereich des Taekwondo Kampfsports. Die Formen wurden – wie auch schon bei vorhergehenden Onlineturnieren – während der Trainingseinheiten in der TVO eigenen Halle am Vinnenweg mit Smartphones gefilmt. Spannung und Nervosität sind bei den Aufnahmen deutlich zu spüren. Sie sind zwar nicht mit der Anspannung eines Präsenzturnieres vergleichbar, sie sorgen aber dennoch für genügend Adrenalin, um Bestleistungen auf die Fläche zu bringen. Am 28. und 29. Dezember 2021 stieg die Spannung – wurden nun die Streams mit den jeweiligen Wertungen auf YouTube freigeschaltet. Waren Simone Harders, 4. DAN, (Taekwondo Gemeinschaft Hanse/TVO Oberneuland) in der Klasse unter 40 Jahre mit einem 7. Platz und Carina Harloff, 3. DAN, (TG Hanse/SG Findorff) mit einem 9. Platz bei der

DM noch ohne Medaillen geblieben, schlug der Nachwuchs gnadenlos zu. Von vier Kaderathletinnen, starteten drei von der NTU nominierte Sportlerinnen und holten drei Siege.



Sportliche Normalität im Blick

Reger Austausch beim JC Villa Vital

JC Villa Vital: Nach vielen Monaten des normalen Trainingsalltags glimmt nun endlich die Hoffnung auf einige Turnierteilnahmen im Breitensport in 2022 auf. Aus diesem Grund haben sich im Dojo des JC Villa Vital die ehemaligen Judo-Nationalkämpfer Detlef Knorre (Vize-Weltmeister, 5. DAN), Nick Hein (Europameister und früherer UFC-Kämpfer) und Villa-Vital-Trainer Stefan Buben zu einem Austausch über neue Regeln im Judosport, neue Techniken und über erfolgreiche Newcomer getroffen.



Auf Erfolgskurs

Turaner Taekwondo-Kämpfer Marlon Cwiertrnia gewinnt Gold

Mit einer überzeugenden Leistung und deutlichem Vorsprung vor seinen bayerischen Kontrahenten holte sich Taekwondo-Sportler Marlon Cwiertrnia von Tura Bremen den Titel im Deutschen Jugend-Cup in dem Wettkampfbereich Technik. Der Wettkampf in der Leistungsklasse der Schwarzgurte sollte ursprünglich in Ehingen (Baden-Württemberg) in Präsenz ausgetragen werden, wurde jedoch aufgrund der Pandemie kurzfristig als Online-Wettbewerb durchgeführt. Für den Turaner Nachwuchssportler stellte dies kein Problem dar. Im Gegenteil: Nach seinem sechsten Platz im vergangenen Jahr konnte Cwiertrnia jetzt eindrucksvoll mit den Interpretationen der Poomsae-Nummern 7 und 10 (Bewegungsformen) mit neun Zehnteln Vorsprung die Goldmedaille sichern. Landesjugendwart Fabian Adam, der Cwiertrnia in den letzten Wochen vor dem Wettkampf intensiv betreut hatte, freute sich sehr über den Erfolg des 15-Jährigen.



Individuell trainieren

Eigenes Fitnessstudio im Club zur Vahr

Sport ist das, was im Club zur Vahr gelebt wird. Golf, Hockey, Tennis, Tontaubenschießen oder Schwimmen: Im Verein finden nahezu alle Mitglieder ein sportliches Angebot nach ihrem Geschmack. Nach Fertigstellung des Neubaus Anfang 2020 ist noch ein weiterer Sportbereich dazugekommen: Der FitnessClub zur Vahr – ein Fitnessstudio im Premium-Segment. Auf etwa 300 Quadratmetern Trainingsfläche kann in der 1. Etage an modernsten Geräten (TechnoGym) gezielt auf die individuellen Bedürfnisse trainiert werden. Neben der Gerätefläche mit Kraftzirkel gibt es zusätzlich einen Freihantelbereich mit einer Vielzahl an Gewichten. Und in dem lichtdurchfluteten Kursraum werden von Zumba über Faszien Yoga bis zu RückenFIT die unterschiedlichsten Fitnesskurse angeboten. In der Studioleitung gab es im vergangenen September einen Wechsel. Die 25-jährige Fitnessökonomin Paula Horsch (ehemals Rathke) ist seitdem für das sportliche Konzept und die fachliche Betreuung vor Ort verantwortlich. Die monatliche Gebühr beträgt für Club zur Vahr-Mitglieder mit Abteilungszugehörigkeit 39,90 Euro und ohne 49,90 Euro. Jugendliche ab 15 bis 25 Jahren zahlen nur 25 Euro monatlich. Auch ein Schnuppermonat zum gleichen Preis ist möglich.



Abenteuer 2. Bundesliga

Bremer Judoteam ist hoch motiviert



„Die Tür zur 2. Bundesliga ist aufgestoßen“, kommentierte Karl-Heinz Meyer im vergangenen Jahr nach dem Titelgewinn des Bremer Judoteams (BJT) als Meister der niedersächsischen Judo-Landesliga. Nun sind nach der Meisterschaft drei Monate vergangen. Während dieser Zeit haben sich Meyer als BJT-Vorsitzender und das Trainerteam sowie Management wie auch die komplette Mannschaft dazu entschlossen, die Qualifikation zur 2. Bundesliga Nord-Ost anzunehmen. Dort erwarten die Bremer andere Kaliber als in der bisherigen Landesliga. Beispielsweise sind das der SC Dynamo Hoppegarten und das Hamburger Judoteam.

Die Bremer Mannschaft ist gut bestückt und auch bunt aufgestellt. Und das nicht nur von der Altersstruktur her betrachtet. Der Anteil an Sportlern mit Migrationshintergrund ist dort sehr hoch. „Wir haben ein Team, das nur aus Kämpfern aus Bremen besteht“, so Coach Marcus Utzat, der nicht auf auswärtige Athleten spekuliert. Die Vorbereitung der Bremer verläuft optimal. So konnten die Sportler sich beim Heimtraining und während der Kadermaßnahmen mindestens fünfmal in der Woche auf der Matte bewegen. „Die Motivation ist bei allen sehr hoch und wir freuen uns nun auf das Abenteuer 2. Bundesliga“, setzt Utzat zum Auswärtsauftakt am Sonnabend, 2. April gegen die Hamburger Vertretung noch ein Ausrufezeichen.

Große Verdienste

Pferdesportverband Bremen gratuliert Renate Schmolze

Renate Schmolze besitzt das Silberne Reitabzeichen und die Richterqualifikation für Voltigieren, Dressur, Springen und Vielseitigkeit. Im Jahr 2000 wurde sie mit dem Deutschen Reiterkreuz in Silber ausgezeichnet. Am 13. März feierte sie ihren 80. Geburtstag.



Renate Schmolze war zeitlängig ehrenamtlich in vielen Reitvereinen tätig und förderte überall den Reit- und Voltigiersport. Viele Ehrenmitgliedschaften zeugen von einer unbegrenzten Schaffenskraft für den Pferdesport. 1988 bis 2001 wurde sie Sprecherin des FN-Fachbeirats Voltigieren und gehörte zehn Jahre lang dem FN-Ausschuss Ausbildung an und leitete als Vorsitzende des Fachausschusses Voltigieren der Deutschen Richtervereinigung (DRV) die bundesweiten Voltigierrichtertagungen. Ihre letzte Richtertagung organisierte sie nach Bremen im Jahr 2012. Eine Veranstaltung die alle Teilnehmer:innen noch heute in bester Erinnerung haben. 1992 wurde Renate Schmolze Vorstandsmitglied im (damaliger Name) „Bremer Reiterverband“ und in 1994 wurde sie dessen Geschäftsführerin. Sie hat entscheidend an der Neuausrichtung, Etablierung und Verselbstständigung des Verbandes mitgearbeitet und maßgeblich die Entstehung des „Pferdesportverbandes Bremen“ kreierte. Bis zum heutigen Tage ist Renate Schmolze als Beraterin des geschäftsführenden Vorstandes des Pferdesportverbandes Bremen tätig und immer noch unermüdlich tätig die Homepage des Verbandes tagesaktuell zu pflegen. Sie zeichnet nach wie vor für Reitabzeichenprüfungen und Trainerlizenzzergaben, wie auch für Betriebszertifizierungen verantwortlich.

Nach Sturmtagen

Flinke Bremer Ski-Zwerge beim sechsten Bremer & Harzer Zwerge-Cup

Der Bremer Ski-Club hatte zum Bremer & Harzer Zwerge-Cup eingeladen. Das sechste Kinder-Skirennen in der schon erstaunlich langen Harz-Wintersaison. Dem Start, auf der mit 17 Richtungsänderungen ausgesteckten 400 Meter langen und 80 Höhenmeter aufweisenden Hexenwiesepiste am Wurmberg bei Braunlage, fieberten 55 vier- bis zwölf-jährige Kinder aus Niedersachsen, Bremen und Nordrheinwestfalen entgegen.

Die Kids hatten Spaß im fair gesteckten „best of two“ Riesenslalomlauf. Schon erstaunlich, wie manche Kinder sich in die Kurven legten. So auch Vinzenz Wiesinger vom Bremer Ski-Club, belohnt mit dem 1. Rang in der Klasse U6m. Bei den Mädchen der Klasse U8w zeigte die Stoppuhr in der Startgruppe deutliche Zeitunterschiede, fürs erste Mal dabei kam für Ida Rathfelder der 6. Platz heraus. Das gleiche Ergebnis erzielte auch Jorin Lemanczyk in der Klasse Jungen U8m. Eliah Windmuller belegte hie den 5. Rang. Schon sehr gut in die Kurven legte sich Clara Müller vom TSV Wehdel bei Bremerhaven in der Mädchenklasse U10, sie belohnt sich mit dem 6. Platz. Ebenso gelang Finn Rathfelder in der Jungenklasse U10 der 6. Rang. Die Bremer Ski-Club-Zwerge-Racer schienen scheinbar ein Abo auf die 6. Plätze zu haben, denn auch Carl Reichstein konnte sich mit schnittigen Fahrstiel in der starken Konkurrenz der Harzer mit dem 6. Platz behaupten in der Jungenklasse U12m. Joschua Windmuller wurde hier Zehnter.



Als Dankeschön für Vereinstreue

TSV St. Magnus: Jubiläumsfeier im Juni

Der Verein TSV St. Magnus wurde am 22. Februar 1897 durch 16 St. Magnuser Bürger in „Blötes Sommergarten“ gegründet. Anlässlich des 125-jährigen Bestehens lädt der Verein zur Jubiläumsfeier ein. Der große Empfang soll am 18. Juni in und an der Sporthalle Auf dem Hohen Ufer 124 stattfinden. Dazu sind Gäste aus dem sportlichen und öffentlichen Leben eingeladen, darunter Bürgermeister Dr. Andreas Bovenschulte, Sportsenatorin Anja Stahmann sowie der Ortsamtsleiter Florian Boehlke aus Burglesum. Weitere Einladungen wurden an Jürgen Trittin (MdB), Landessportbund, Bremer Turnverband, Bremer Sportjugend, Turnkreis Bremen-Nord sowie den Nordbremer Vereinen versendet. Das Jubiläumsfest soll vor allem ein Dankeschön an alle treu gebliebenen Vereinsmitglieder sein.

Gemeinsam gegen den Strom

Neuer Anlauf für 30. Weser-Tidenrallye



In 2022 erfolgt der neue Anlauf für die 30. Weser-Tidenrallye am 28. Mai. Diese Tidenrallye trifft auf ein weiteres besonderes Jubiläum: Der „Vegesacker Museumshafen“ feiert im Jahr 2022 seinen 400. Geburtstag.

Der historische Vegesacker Hafen liegt direkt an der Mündung der Lesum in die Weser und wird bei der Fahrt zum Tidenrallye-Goldziel passiert. Er wurde 1622 in Betrieb genommen und gilt als Deutschlands erster künstlich angelegter Hafen. Ein wesentlicher Grund für seinen Bau war die zunehmende Versandung der Weser, die den Warentransport flussaufwärts nach Bremen behinderte. Die Weser-Tidenrallye ist eine Gemeinschaftsfahrt für Kanuten und Ruderer „gegen den Strom“ und richtet sich in erster Linie an Breitensportler. Es gilt innerhalb des Tidefensters, also mit auflaufender Flut, gegen den Strom das Silber- bzw. das Goldziel zu erreichen. Für Binnenländer erscheint es zunächst kaum vorstellbar, gegen einen starken Strom wie die Weser zu paddeln, aber der Gezeitenstrom macht es möglich. Das bedeutet aber auch, dass die Strecke innerhalb der Zeit des auflaufenden Wassers bewältigt werden muss, da sich ansonsten die Strömung umkehrt und den Paddlerinnen und Paddlern das Leben schwer macht. Die erste Weser-Tidenrallye fand 1973 statt. Zunächst wurde sie in jährlichen Abständen veranstaltet; jetzt wird sie von einem Team des Landes-Kanu-Verbandes Bremen in der Regel in zweijährigen Abständen organisiert. Sie wird in 2022 wieder am Wochenende nach Himmelfahrt stattfinden, nämlich am Samstag, den 28. Mai. Der Startschuss fällt um 9.30 Uhr im Sportboothafen Großensiel, und die Reise kann wahlweise zum KC Rönnebeck (Silberziel, 33 km, Zielschluss um 14.30 Uhr) oder zum Gelände von TURA in Bremen-Lesum (Goldziel 44 km, Zielschluss um 16.00 Uhr) führen. Gesichert wird die Strecke durch Motorboote von Bremer Wassersportvereinen, der DLRG und der Wasserschutzpolizei.

Weitere Informationen und Anmeldung: www.weser-tidenrallye.de

Saisonrückblick

Störtebeker Kanusport erfolgreich

Das Highlight 2021: Marcel Paufler wird Europameister im Kanu-Wildwasser und darf sich beim Senatsempfang im November für seine besonderen sportlichen Leistungen ins Goldene Buch der Stadt Bremen eintragen. Diese Ehrung im Bremer Rathaus ist der krönende Abschluss einer turbulenten und unplanbaren Saison unter erschweren Bedingungen.



Mitte August wird Marcel Paufler vom Störtebeker Bremer Paddelsport e.V. von 1924 bei der Kanu-Wildwasser-Europameisterschaft im spanischen Sabero (bei Léon) Europameister auf der Classicstrecke mit seinen Mannschaftskameraden Finn Hartstein (Hamburg) und Andreas Heilinger. Hierfür hatte er sich Mitte Juni beim Ranglistenrennen als Sieger qualifiziert. Zwei weitere Bronzemedaillen gewinnt er im Mannschaftsrennen der Canadier-Zweier sowohl auf der kurzen Sprint- als auch auf der langen Classicstrecke. Bei der Deutschen Kanu-Wildwasser-Meisterschaft in Österreich auf der Möll Mitte September holt sich der 26-Jährige zusammen mit Tobias Zimmer und Finn Hartstein in der Kajak-einer-Herrenmannschaft auf der Classicstrecke den Titel mit fast 14 Sekunden Vorsprung vor der zweitschnellsten Mannschaft aus Köln. Die 16-jährige Hjördis Sommer belegte bei der Deutschen Wildwasser-Meisterschaft im Kajak-Einer der weiblichen Jugend im Sprint und auf der Classicstrecke jeweils einen hervorragenden 4. Platz. Im Juni hatte sie beim Ranglistenrennen im rheinland-pfälzischen Diez auf der Lahn mit ihrem Sieg in ihrer Altersklasse bereits gezeigt, dass mit ihr zu rechnen ist.



Jubiläumsfeier geplant

Der Wassersportverein Munte 2 e. V. Bremen zelebriert sein 100-jähriges Bestehen



Der Wassersportverein Munte 2 e. V. Bremen feiert in diesem Jahr sein 100-jähriges Jubiläum. Zum offiziellen Empfang haben sich neben Bürgermeister Andreas Bovenschulte auch zwei Senatorinnen angemeldet. Die Jubiläumsfeier findet am Freitag, den 22. April 2022 statt. Einlass ist um 11 Uhr.

Der Wassersportverein Munte 2 e. V. Bremen besteht aus über 40 aktiven Mitgliedern mit 36 Schiffen. Heimathafen ist die Steganlage in der Lesum, direkt in einer wunderschönen Landschaft. Die beiden Bootshallen liegen sicher hinter dem Deich, sie sind sturmflutsicher geschützt durch das Lesumsperrwerk. Eine eigene Slipanlage und Maststellanlage erleichtern kostengünstig das Ein- und Auslagern.

Schwimmen und Laufen

2. Werdersee Swim&Run 2022 am 4. Juni

Nach der erfolgreichen Premiere im September 2020 laden nun die Veranstalter SV Bremen 10, ATS Buntentor und die Hochschule Bremen zum 2. Werdersee Swim&Run am 4. Juni 2022 ein.

Als Neuerung haben die Veranstalter:innen zwei Einzelwettbewerbe mit ins Programm aufgenommen. So kann man neben dem Staffelwettbewerb (vier Athleten – ein Team) auch als Einzelstarter oder Einzelstarterin in beiden Distanzen 500 Meter Schwimmen/5.000 Meter Laufen oder als Langdistanz mit 1.000 Meter Schwimmen 10 Kilometer Laufen an den Start gehen. Zudem wurde die Altersgrenze für die Teilnahme am Swim&Run auf 14 Jahre gesenkt. Als Schirmherrin konnten die Veranstalter:innen Senatorin Anja Stahmann gewinnen und die Studierenden des Studiengangs Angewandte Freizeitwissenschaft (ISAF) der Hochschule Bremen werden für ein buntes Rahmenprogramm auf der Grillwiese am Werdersee sorgen. Dort werden sich auch diesmal wieder die Wechselzone und der Start-/Zielbereich befinden. Los geht es 11.00 Uhr mit dem ersten Schwimmstart.

Weitere Infos unter: www.werdersee-swim-run.de



Zentrale Zukunftsfragen der Schifffahrt

Deutscher Schifffahrtstag 2022 in Bremen und Bremerhaven / Anmeldungen für die Bootssparade



Der Deutsche Schifffahrtstag 2022 wird vom 29. September bis zum 3. Oktober 2022 an zwei maritimen Standorten in Bremen und Bremerhaven stattfinden. Dabei werden unter dem Motto „Nachhaltige Schifffahrt: Gemeinsam, klar, sauber!“ die zentralen Zukunftsfragen der Schifffahrt diskutiert. Die gesamte Veranstaltung wird dadurch zum nationalen Bestandteil des zeitgleich stattfindenden Weltenschifffahrtstages.

Mit einem vielfältigen Programm wird die Schifffahrt und ihre Zukunftsperspektive im Spannungsfeld globaler Herausforderungen wie dem Klimawandel, der Digitalisierung und dem gewach-

senen Sicherheitsanspruch nicht nur für die maritime Fachwelt, sondern auch für die breite Öffentlichkeit präsentiert. Im Zuge der Veranstaltung soll die größte Schiffs- und Bootssparade 2022 zwischen Bremen und Bremerhaven stattfinden. Hierzu angemeldet sind bereits diverse Schiffe aus der Berufsschifffahrt. Wassersportbegeisterte, die an der Bootssparade teilnehmen wollen, können sich per E-Mail beim Landesverband Motorbootssport Bremen an sport@l-m-b.de anmelden.

Weitere Infos: www.deutscher-schifffahrtstag.de

Maritime Historie

Der Wassersportverein Hansekogge e. V. feiert sein Jubiläum nach



Der Wassersportverein Hansekogge e. V. wird im Mai auf seinem Vereinsgelände sein Jubiläum nachfeiern. Betrachtet man die Historie dieses traditionellen Vereins genauer, so existiert dieser seit 1921 – also mehr als 100 Jahre.

Am 8. Mai 1921 wurde der Kanutenverein „Ochmona“ an der Ochtum gegründet, der sich dann 1934 mit dem Wassersportverein „Rot-Weiß“ zusammensetzte. Hieraus ergab sich dann eine Fusion dieser beiden Vereine und dem Wassersportverein Butendiek/Oberwümme zum Kanu Club Hanseat (KCH). Die Boote wurden immer größer und man brauchte bessere Liegemöglichkeiten, 1971 kam dann der KCH zum Korbhaussee nach Habenhausen. Im gleichen Jahr wurde dort auch der Bootsverein Verein Bremer Kogge (WBK) gegründet. 1981 schließlich stand der Zusammenschluss des WBK und des KCH fest und seitdem heißt der stetig gewachsene Verein „Wassersportverein Hansekogge“. Der Verein zeichnet sich insbesondere durch Kameradschaft und gegenseitige Unterstützung bei unterschiedlicher Fähigkeit des Einzelnen aus. 15 Mitglieder bekommen dieses Jahr eine besondere Ehrung für 50 Jahre Mitgliedschaft, einige von ihnen sind immer noch mit ihren Booten aktiv unterwegs.

Vereins- und Verbandsberichte im BREMER SPORT

Gerne veröffentlichen wir in unserem Magazin Meldungen und Neuigkeiten aus den Bremer und Bremerhavener Sportvereinen und -verbänden. Das können zum Beispiel besondere sportliche Leistungen, Ehrungen, Jubiläums-Veranstaltungen oder die Einweihung einer neuen Sportstätte sein. Schicken Sie Ihre Texte bitte per E-Mail mit einem entsprechenden, druckfähigen Bild an pr@lsb-bremen.de.

Die Sommer-Ausgabe des BREMER SPORT ist für den Juli 2022 geplant. Bitte beachten Sie: Wir versuchen, möglichst viele Artikel im Magazin zu berücksichtigen. Einen Anspruch auf Veröffentlichung gibt es allerdings nicht.



ARAG. Auf ins Leben.

Auf Sicherheit programmiert



Ob Virus oder Hacker-Angriff: Der ARAG CyberSchutz für Sportvereine unterstützt Ihren Verein durch effektive Sofort-Maßnahmen und schützt Sie vor den finanziellen Folgen durch Cyber-Kriminalität.

Mehr unter www.ARAG-Sport.de





Hier
geht's zur
Kursvielfalt:



Der AOK- Gesundheitsgutschein

Zwei kostenfreie Kurse für AOK-Versicherte
pro Jahr – bei Partnern in Ihrer Nähe

- Yoga, Outdoor-Fitness, gesunde Ernährung u. v. m.
- Mehr als 350 Kurse zur Auswahl
- Einfach Gutschein anfordern und los geht's!

Alle Infos unter aok.de/bremen

AOK Bremen/Bremerhaven
Die Gesundheitskasse.

AOK