

WIR IM Sport

04.2020

MAGAZIN DES
LANDESSPORTBUNDES NRW
ENTGELT BEZAHLT
K 6400
LSB.NRW

STARTUPS IM SPORT

Frische Ideen

DIGITAL-BOOM

Zeitenwende

ENDLICH!

SOMMER FRISCHE

SPORT BEWEGT NRW

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Partnerclub XXL

Jetzt die Vereinskasse entlasten!



FORD Puma
Mild-Hybrid
1.0 l EcoBoost 125 PS
mtl. nur € 279,-



Mehrwert für deinen Verein und deine Mitglieder!

Car-Sponsoring:

- Der Verein stellt seinen Mitgliedern mit diesem Förderkonzept einen (exklusiven) Mehrwert zur Verfügung und steigert so seine Attraktivität
- Der Verein erhält zukünftig für jede Neuantragstellung eines seiner Mitglieder von uns einen Zuschuss für seine Vereinskasse.

Teamsportbedarf:

- Der Verein und auch das Mitglied selber erhalten attraktive Konditionen beim Kauf von Sporttextilien für die Vereinsausstattung bzw. den privaten Bedarf
- Je nach Größe/Bedarf des Vereins besteht wahlweise auch die Möglichkeit eines exklusiven Ausrüstervertrages beispielsweise mit hummel, ERIMA oder JAKO.

Wer kann Clubpartner werden?

Eingetragene Sportvereine bzw. ggf. auch einzelne Abteilungen von Sportvereinen. Ihr könnt frei wählen, ob ihr in eure Partnervereinbarung direkt Car-Sponsoring UND den Einkauf von Teamsportartikeln aufnehmt oder zunächst nur eines der beiden Themen nutzen möchtet!

Besteht für den Partnerverein die Pflicht auf jährliche Mindestumsätze?

Nein, in unserem Partnervertrag besteht für den Verein keinerlei Pflicht, jährliche Mindestumsätze beim Teamsporteinkauf zu tätigen oder eine Mindestanzahl an Neuanträgen im Car-Sponsoring innerhalb seiner Vereinsmitglieder zu erreichen.

Für weitere Auskünfte steht euch unser Team unter den u. g. Kontaktdaten jederzeit zur Verfügung – auf Wunsch übersenden wir euch gerne ein Muster unserer Partnerclub-Vereinbarung bzw. unseren Informationsflyer. Weitere Details findest du zudem stets aktuell unter www.spurtwelt.de.

SPURT GmbH • Car-Sponsoring Partner des Landessportbundes NRW e.V.
Franz-Haniel-Straße 20, 47443 Moers, Telefon: 02841 60239-20, E-Mail: kontakt@spurtwelt.de



spurt
SPORT & MOBILITÄT



Alle Angaben Stam: 24.06.2020. Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

Vorab

Titel

VORSICHT IST GEBOTEN DIE LOCKERUNGEN IM SPORT

Die Erleichterung der Sportler*innen, sich wieder in Gemeinschaft bewegen zu können – natürlich unter Beachtung der Abstands- und Hygienemaßnahmen – war förmlich mit Händen zu greifen, und für Körper und Geist enorm wichtig. Darüber berichten u.a. Mitglieder eines Vereins-Fitnessstudios und eines Boxclubs, die wir für unsere Titelgeschichte besucht haben. Schock dann in Gütersloh und Warendorf. Kaum war es



Foto: LSB

NRW-weit möglich, wieder mehr Sport zu treiben, erschütterten die Coronainfektionen ausgehend vom Schlachtbetrieb Tönnies das Land. Ergebnis: Erneutes Runterfahren vor Ort mit Verboten auch im Sportbetrieb. Ein klares Signal: Mit der Pandemie ist nicht zu spaßen!

(siehe Seite 8 ►)

Vorgestellt

PARKOUR IM SPORTVEREIN EINE GUTE ALLIANZ

Bei unseren Recherchen fliegen uns manchmal unsere Vorurteile um die Ohren. So passierte es unserer Autorin Nicole Jakobs bei ihrem Thema Parkour. „Die gehen nie und nimmer in einen Sportverein“, dachte sie, „die sind frei und urban und Teil einer ganz speziellen Community, die in klassisches Vereinsleben gar nicht reinpassen würde.“ Denkste. Die Traceure (so der Name der Sportler*innen), mit denen sie gesprochen hat, betreiben Parkour ganz bewusst in einem Verein. Diese können nämlich den coolen Trendsportarten durchaus eine Heimat geben – allerdings unter bestimmten Voraussetzungen. Welche das sind... (siehe Seite 30 ►)

In eigener Sache

GROSSE RESONANZ WIR IM SPORT-LESERBRIEFE

Nein. Er ist nicht aus der Mode gekommen: der Leserbrief! Auch in Zeiten von Social Media schreiben aufmerksame Leser*innen der „Wir im Sport“ Briefe, heute in Form von E-Mails, geben der Redaktion ihre Meinung zu Protokoll. Wie zum Beispiel Hans-Ulrich Felderhoff, der kritisierte, dass in unserer Berichterstattung über Videoplattformen freie Anbieter nicht angemessen berücksichtigt seien. Wir haben deshalb im E-Mag eine Rubrik „Leserbriefe“ eingerichtet. Ihre Rückmeldungen sind uns wichtig, kritisch oder lobend!



JETZT ONLINE:
DAS NEUE E-MAGAZIN
Mehr Hintergründe,
mehr Stories, mehr Bilder!

➔ magazin.lsb.nrw



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Unterwegs in einem verunsicherten Sportland NRW: Das „Wir im Sport“-Reporterteam begegnete Sportler*innen, die fast schon euphorisch die Öffnungen feierten. Und sprach mit Sport-Vertretern des Kreises Gütersloh, die Rückschritte verkünden mussten **TITEL ► SEITE 8**

TITEL

- | | | | |
|-----------------------------------|--|----|---|
| 8 | EIN SONDERBARER SPORT-SOMMER:
So eine Zeit hat noch niemand im Sport erlebt – eine Reportage | 25 | PORTRÄT SKATER LENNARD JANSSEN:
Gebremst von der Absage der Olympischen Spiele hat der 19-Jährige nun das nächste Jahr im Visier. Er hofft auf Tokio 2021 |
| THEMEN/REPORTAGEN/BERICHTE | | | |
| 14 | „SPITZENSport FÖRDERN IN NRW!“:
Olympiastützpunkte nach dem Stillstand – ein Lagebericht | 27 | ZUKUNFTSMACHERINNEN:
Frauen in Führungspositionen im Sport: Das ist immer noch eher die Ausnahme als die Regel |
| 19 | SPORTMEDIZIN:
Das Kreuz mit dem Rücken | 30 | VORGESTELLT – PARKOUR:
Sie kennen kaum Grenzen: Die Traceure der Trendsportart „Parkour“. Nur für Außenstehende mutet ihre Sportart gefährlich an |
| 22 | DIGITALE SPORTWELT:
Plötzlich ging es ganz schnell: Die neuen Zeiten sind nicht nur digital, menschliche Nähe bleibt wichtig | 33 | AUSSCHREIBUNG:
Stipendium für junges Engagement 2021 |



Michaela Engelmeier im Kampf gegen Rassismus und Anti-Semitismus **IM GESPRÄCH ► SEITE 34**



Startups im Sport – NRW fördert Newcomer **INTERNETREPORT ► SEITE 26**

Foto: Freeplik.com



Digitaler Boom – so schnell ging es!
HINTERGRUND ► SEITE 22



Präsenz der Marke: Sponsoring im Sport **SPORTMANAGEMENT ► SEITE 36**

INTERNETREPORT

- 26 **NRW-SPORT-STARTUPS – VORGESTELLT: PLAYSPO RTS:**
Die Landesregierung fördert Startups. Manche sind auf den Sport ausgerichtet

TOPTALENT DES MONATS

- 18 **PARKOUR:**
Julian Fernandez Terrones

IM GESPRÄCH

- 34 **MIT MICHAELA ENGELMEIER:**
Die neue LSB-Beauftragte für „Integration und Anti-Rassismus“ über besorgniserregende Entwicklungen und was der Sport dagegen tun kann

SPORTMANAGEMENT

- 36 **SPONSORING IST MEHR ALS „NUR“ MARKETING:**
Nicht jede Marketing-Maßnahme ist gleich Sponsoring

ZUR SACHE

- 39 **JUDITH BLAU:**
... über ältere Sportler*innen in Corona-Zeiten

- 6 **KURZ NOTIERT**
39 **IMPRESSUM**



„WIR IM SPORT“ ONLINE:
MAGAZIN.LSB.NRW

Unsere Förderer und Wirtschaftspartner



ENDLICH WIEDER „REAL“ KLAUSURTREFFEN DES LSB-PRÄSIDIUMS

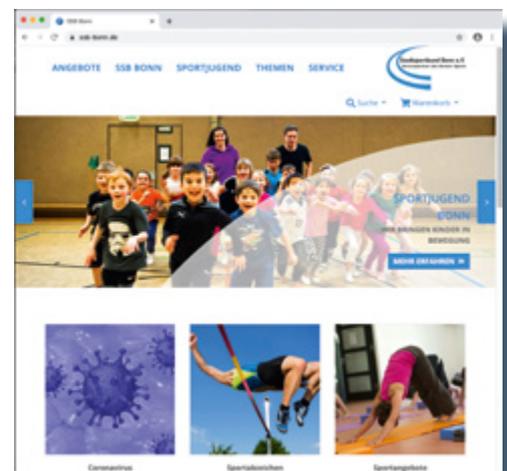


Foto: Privat

Endlich wieder live statt online: Das Klausurtreffen des LSB-Präsidiums Ende Juni in Hachen war von einer spürbaren Aufbruchstimmung und einer uneingeschränkten Offenheit geprägt. „Wir haben viele wichtige Themen mit einem besonders hohen Maß an Transparenz und Emotion bearbeitet. Alle Beteiligten haben dafür gesorgt, dass die Basis für eine wirklich hohe Vertraulichkeit und Vertrautheit geschaffen werden konnte. Mit diesem Team wollen und werden wir den organisierten Sport in NRW vorantreiben“, freute sich LSB-Präsident Stefan Klett. _____

FRISCHES DESIGN WEBSEITEN DER BÜNDE

Zusammen mit dem Landessportbund NRW haben sich mehr als die Hälfte der 54 Stadt- und Kreissportbünde dazu entschlossen, ihre Webpräsenz neu aufzubauen. Das Design entspricht ganz dem Webauftritt des LSB. Dadurch schaffen wir im Verbundsystem eine Einheitlichkeit der digitalen Präsenzen, ohne dass dabei die Individualität der einzelnen Organisationen verloren geht. Von den beteiligten 31 Stadt- und Kreissportbünden sind aktuell 19 Bünde bereits online. Die anderen folgen sukzessive. Ein Beispiel: → ssb-bonn.de. _____



RIESENINTERESSE IN DER KRISE ZUGRIFFZAHLEN AUF VIBSS.DE „EXPLODIERT“

730.000

Aufrufe

Der Landessportbund NRW sorgt auf → vibss.de dafür, dass die Sportvereine in der Corona-Krise umfassend informiert werden. Themen sind zum Beispiel: rechtliche und steuerliche Hinweise für Vereine, Förderungen und Hilfsprogramme sowie die klassischen Themen der Vereinsführung „Mitarbeiter*innen“, „Finanzen“, „Versicherungen“ bis zum Sportbetrieb und der Sportjugend.

Seit Anfang März sind die Zugriffe auf das Vereins-Infoportal des LSB drastisch gestiegen. Um einen Tag herauszugreifen: Am 7. Mai wurden die Informationen 8.971 Mal aufgerufen. Insgesamt und mit bisher 176.200 Seitenklicks sind die Themen zur Coronavirus-Pandemie (FAQs, etc.) die zurzeit am meisten besuchten Inhalte auf vibss.de. Insgesamt konnten bis jetzt 730.000 einzelne Artikelaufrufe gezählt werden. _____

LSB UND PFEIFER & LANGEN

UNTERSTÜTZUNG FÜR „ZEIG DEIN PROFIL“



Foto: Drazzen/stock.adobe.com

STIMMEN:
LSB-Vorstand Ilja Waßenhoven
und Uwe Schöneberg, Geschäfts-
führer bei Pfeifer & Langen

magazin.lsb.nrw

Der Landessportbund NRW hat eine offizielle Partnerschaft mit Pfeifer & Langen, einem führenden europäischen Zuckerhersteller aus Köln, mit Wirkung **zum 1. Juli** vereinbart. In der zunächst bis Sommer 2023 angelegten Kooperation will sich das vor genau 150 Jahren gegründete Familienunternehmen (über 2.400 Mitarbeiter an 22 europäischen Standorten, davon sechs in NRW) als verantwortungsbewusster Förderer des Sports in der nordrhein-westfälischen Region engagieren. Das umfangreiche Maßnahmenpaket umfasst vor allem Aufklärungsarbeit in den Themengebieten Ernährung und Nachhaltigkeit.

Besonders junge Menschen sollen für einen bewussten Zuckerkonsum und die positive Wirkung von Sport in Zusammenhang mit gesunder Ernährung sensibilisiert werden. Zu den projektbezogenen Leistungen gehört unter anderem eine konzeptionelle Einbindung von Pfeifer & Langen in die Methode „Zeig dein Profil!“, mit der die Sportjugend NRW das Erfolgsprojekt „Vereinsentwicklung 2020“ in der Kinder- und Jugendverbandsarbeit auf den Weg gebracht hat.

Anzeige

AOK
Die Gesundheitskasse.

Mit dem Rad zur Arbeit!

Der Sport und die Bewegung halten viele Vorteile für uns bereit – zurzeit sind die Möglichkeiten aufgrund der Corona-Krise jedoch leider etwas eingeschränkt. Umso schöner, dass sich die AOK Rheinland/Hamburg und die AOK NordWest trotz allem auch in diesem Jahr entschieden haben, die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ durchzuführen.

Vom 1. Juni bis zum 30. September 2020 laden die AOKn und der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) wieder zum Mitmachen ein. Und so geht's: Wer an mindestens 20 Tagen den Weg zur Arbeit mit dem Fahrrad bewältigt, ist schon dabei. Auch Pendler können an der Aktion teilnehmen – sie kombinieren einfach ihre Fahrt in Bus und Bahn mit einer Teilstrecke, die sie mit dem Rad zurücklegen. Ganz neu ist, dass auch Fahrten rund um das Home-Office angerechnet werden.

Anmelden können sich sowohl Einzelfahrer als auch Teams mit bis zu vier Kolleginnen und Kollegen ab sofort unter mit-dem-rad-zur-arbeit.de. Die Teilnahme ist kostenlos, es winken spannende Einzel- und Teampreise.

AOK – Die Gesundheitskasse.

mit-dem-rad-zur-arbeit.de



EIN sonderbarer **SOMMER**

Luftsprünge in Düsseldorf – Shutdown in Gütersloh und Warendorf

TEXT THEO DÜTTMANN, MICHAEL STEPHAN

FOTOS ANDREA BOWINKELMANN

Capoeira in Düsseldorf
Brasilien für Kids
magazin.lsb.nrw

LANDAUF LANDAB genießen die Menschen nach den Öffnungen die Bewegung, frönen peu à peu wieder ihrem vermissten Sport im Verein. Das „neue Normal“ gebietet neue Sportstätten: Im Fest- bzw. „Bierzelt“, im Multikulti-Park, in ehemaligen Industrieanlagen zeigen Tausende trotz einiger verbliebener Einschränkungen ein Lächeln und frische Lebensfreude. Doch in die Freude mischt sich auch ein mulmiges Gefühl: In den Kreisen Gütersloh und Warendorf wurde die Bremse nach dem Ausbruch bei Tönnies wieder angezogen – auch der Sport war betroffen.



Der TSV Bayer Leverkusen mietete kurzerhand ein Festzelt für intensives Training, was Indoor noch nicht erlaubt ist

Not macht erfinderisch. Wer einmal besichtigen möchte, wie dieses Sprichwort in die Tat umgesetzt wird, der möge sich in diesen Tagen zum TSV Bayer Leverkusen aufmachen. Dort haben die Macher*innen von „GoFit“ (vereinseigenes Fitness-Studios) kurzerhand hochintensives Training in ein Fest- bzw. „Bierzelt“ nach draußen verlegt. Denn Atem und Puls hochtreibende Maximal-Bewegung ist angesichts von Corona indoor nicht möglich. Und jetzt: Die Teilnehmer*innen der Cycling- und „Jump-Fitness“-Kurse sind hellauf begeistert. Wollen ihren Outdoor/Indoor-Hybrid auf jeden Fall im nächsten Jahr wieder haben.

„Vielleicht wird das ja zur Dauereinrichtung, wo früher das Bier floss, rinnt heute der Schweiß“, sagt Studioleiterin Gabriele Biesenbach. Und Jessica Scholl pflichtet ihr bei: „Die Kurse sind auf Wochen hinaus ausgebucht“, freut sich die Fitness-Trainerin und sprintet zur Animation um die neue Sportstätte herum. Bisher war sie nur beruflich im Außendienst tätig – jetzt auch im Sport.



Ortswechsel: Aachen, Kennedypark. Menschen aller Couleur spielen in dem weitläufigen Multi-Kulti-Park Fußball, Völkerball oder chillen. Es ist Feiertag, viele sind per Bike oder zu Fuß gekommen, haben den Nachwuchs im Jogger-Buggy mitgebracht. Mittendrin im Gewusel: Eine große Gruppe, die sich, geschart um eine Trainerin, fröhlich verschiedenen Pilatesübungen hingibt. Die Stimmung ist Spitze. Zaungäste umringen die Gruppe. Radfahrer, Flaneure, Omas mit Rollatoren fühlen sich angezogen von der Dynamik. Kurz gesagt: „Sport im Park“ in der Domstadt!

* Das erfolgreiche Projekt wurde im Land auch in diesem Jahr von den LSB-Gesundheitspartnern AOK NORDWEST und AOK Rheinland/Hamburg unterstützt. Die beteiligten Sportbünde sollten eigentlich mit jeweils bis zu 3.000 Euro gefördert werden. Aufgrund der Corona-Krise war dann vorübergehend sogar ein Zuschlag auf maximal 4.000 Euro möglich.



Vom Park in Aachen nach Duisburg in den Landschaftspark Nord, Emscherhalle. Das ehemalige Lager für Manganeisen dient heute als Freifläche für Funsportarten wie Skaten, Biken oder Beachvolleyball. Eine neudeutsch „Super Location“. Der Charme der alten Industrieanlage könnte auch als Kulisse eines Boxfilms dienen. Doch die Akteure, die sich hier zum Training treffen, sind keine Schauspieler, sondern echte Boxer*innen von Schwarz-Weiß Westende Hamborn.

Filmreife Industriekulisse

Ab dem 20. Mai war hier für die junge Truppe im ersten Schritt Outdoortraining gemäß der vorgegebenen Regelungen möglich: Schattenboxen und Ausdauertraining. Trainer Dr. Ali Eran und seine Co-Trainer Michael Scharfenort und Sascha Lottner erleichtert: „Viele waren echt bedrückt, gerade die Jüngeren.“ Scharfenort ergänzt: „Das war Gold wert, das hat jedem gefehlt.“ Aufatmen auch beim 14-jährigen Box-Talent Enes Akin: „Zu Hause war es langweilig.“ Dennoch blieb einer daheim: Horst Enninghofer. Der 80-jährige Trainer fürchtete weniger das Coronavirus als die Zugluft. Soll noch jemand sagen, Ältere übernehmen keine Verantwortung für ihre Gesundheit...



In Lüdenscheid stellte man Roll-ups mit transparenter Folie als Spuckschutz auf: Hygiene wird in den Sportvereinen sehr ernst genommen



Die Diskussion um die Risiken von kontaktfreiem und nicht-kontaktfreiem Sport bestimmte lange die Schlagzeilen. Und es leuchtete nicht jedem ein, wieso Kontakt im Fußball zwischen Spielern anders gewertet wurde als im Kampfsport. Für Eran ist das Schnee von gestern. Seit dem 15. Juni gilt: „Die nicht-kontaktfreie Ausübung des Sport-, Trainings- und Wettbewerbsbetriebs ohne Mindestabstand ist bis auf weiteres in geschlossenen Räumen mit bis zu zehn Personen zulässig.“ Eran lacht: „Die Sportler haben gefeiert, dass wir wieder in unsere Halle können.“ Für den Arzt, der Coronafälle in seinem Krankenhaus unmittelbar miterleben konnte, ist klar: „Selbstverständlich halten wir uns an die Vorgaben. Die Gesundheit geht vor.“

Turbo zünden im Schneckenhaus

Gesundheit first, das gilt auch bei den „Turbos“ in Lüdenscheid. Das Fitnessstudio in ihrem „Schneckenhaus“, einer ehemaligen Maschinenbaufabrik, kann es mit seiner Ausstrahlung locker aufnehmen mit der Duisburger Szenerie, nur eben ohne Patina. Um keine Baustellenatmosphäre aufkommen zu lassen, haben sich die Vereinsvorsitzende Brigitte Klein und ihr Team etwas einfallen lassen: „Wir wollten hier kein Flatterband zur Abgrenzung der Fitness-Geräte. Deshalb haben wir uns für Roll-ups mit transparenter Folie als Spuckschutz entschieden.“ Die wurden zwischen die Geräte platziert und sehen deutlich schicker aus. Man hat eben Stil...



Ersehnt: Der Sprung ins kühle Nass!

Anfang Juni starteten im Schneckenhaus auch wieder die Rehakurse für besondere Risikogruppen. „Wir können die Hallen sehr groß machen, da wir im Moment keine Zehn-Wochen-Kurse haben“, freut sich Klein. Ein zusätzlicher Vorteil innerhalb der Sicherheitskonzepte des Vereins. Zu denen gehören auch andere Übungen im Kurs, Abstand zählt eben. „Wir machen zum Beispiel Laufübungen auf der Stelle, statt hintereinander herzurennen“, erläutert Dr. Ernst Jakob. Der ehemalige Ärztliche Direktor der Sportklinik Hellersen engagiert sich hier als Arzt, der bei Herzgruppen obligatorisch ist. Thomas Mächler, der gerade in dieser Herzgruppe seinen Puls misst, begrüßt das. „Die Schutzmaßnahmen sind richtig, gerade für uns Herzrisikopatienten. Eine Infektion kann sehr schlecht für uns enden.“ Doch er hat Vertrauen. „Endlich geht die gemeinsame Zeit wieder los“, sagt er und lächelt: „Puls 87, 120 darf ich.“



„Bürgerschaftliches Engagement ist systemrelevanter als ein billiges Kotelett auf dem Grill“

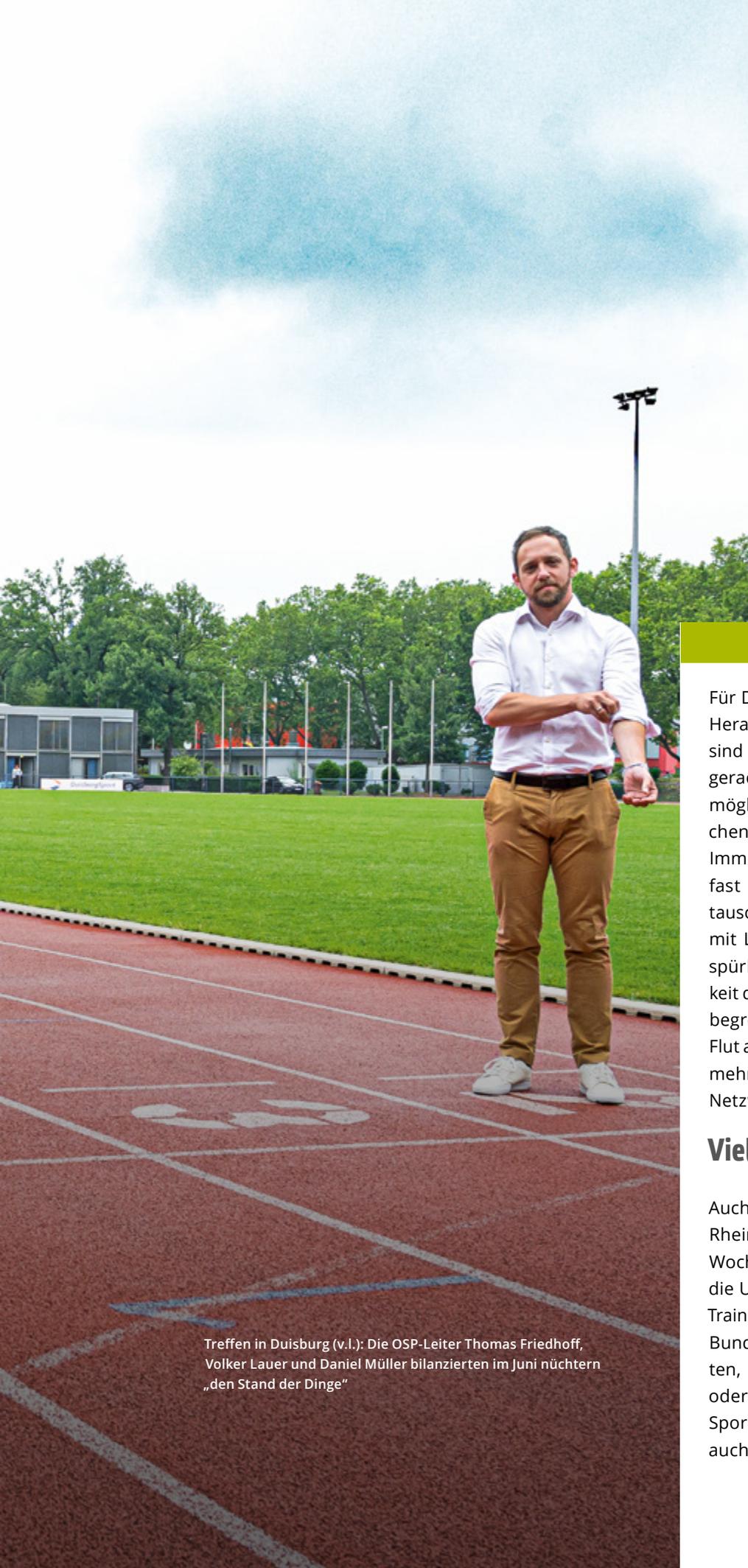
Schluss mit dem Frust, es geht wieder in den Verein. Die Sportwelt war erleichtert. Doch schon kam der erste Dämpfer. Lockdown vor Ort in Gütersloh und Warendorf wegen der Coronafälle beim Schlachtbetrieb Tönnies. „Bürgerschaftliches Engagement ist systemrelevanter als ein billiges Kotelett auf dem Grill“, sagt Hans Feuß vom KSB Gütersloh. Sport in geschlossenen Räumen wurde verboten, Kitas und Schulen geschlossen. Ein Warnschuss nicht nur für den Sport, aber auch für ihn: Das Eis ist dünn, die Pandemie ist noch nicht vorbei! Hygiene- und Abstandsregeln im Sport sind keine Schikanen, sondern Chance, einigermaßen Normalität zu leben.

Interview Peter Hatschbach und Hans Feuß vom KSB Gütersloh
magazin.lsb.nrw



Die Ärmel hochkrempeln...

„Wir leben zurzeit noch von der Hand in den Mund.“ So sehen es die drei Leiter der Olympiastützpunkte (OSP) in NRW. Statt packender Wettkämpfe und Medaillenträume im Juli im fernen Japan muss der Olympiastützpunkt NRW ab sofort ein weiteres Vorbereitungsjahr für die nächsten Sommerspiele in Tokio gestalten. Wir haben die Stimmungslage an den drei Standorten Köln, Essen und Dortmund eingesammelt.



Treffen in Duisburg (v.l.): Die OSP-Leiter Thomas Friedhoff, Volker Lauer und Daniel Müller bilanzierten im Juni nüchtern „den Stand der Dinge“

Für Daniel Müller gibt es bezüglich der aktuellen Herausforderungen keine zwei Meinungen: „Wir sind Dienstleister für die Athlet*innen auch und gerade in Krisenzeiten. Deshalb geht es darum, möglichst viele Dinge weiterhin möglich zu machen“, sagt der Leiter des OSP/NRW Rheinland. Immerhin sei der Trainingsbetrieb mittlerweile fast regulär möglich, dazu habe sich der Austausch unter den drei OSP/NRW-Leitungen sowie mit LSB-Leistungssportdirektor Michael Scharf spürbar intensiviert: „Es herrschte schnell Einigkeit darüber, dass wir diese Krise auch als Chance begreifen wollen. So haben wir uns neben einer Flut an organisatorischen Punkten beispielsweise mehr um 1:1 Pflege der Sponsoren und unserer Netzwerke gekümmert.“

Viel Kraft investiert

Auch dessen Kollege Volker Lauer (OSP/NRW Rhein-Ruhr) verdeutlicht: „In den vergangenen Wochen haben wir enorm viel Zeit und Kraft in die Unterstützung bei der Wiederaufnahme der Trainings investiert – also Gespräche mit Vereinen, Bundestrainern, Bundesstützpunktleitern, Städten, Sportämtern, Ordnungsämtern, Athleten oder Kooperationspartnern geführt. Sehr viele Sportarten haben diese Unterstützungsleistung auch dankbar in Anspruch genommen.“ Bei der

Degenfechterin Alexandra Ndolo
aktiv trotz Ungewissheit



Begleitung der Athlet*innen auf dem Weg zur neuen Normalität werden außerdem wieder verstärkt trainingswissenschaftliche Aspekte angefragt, bei steigendem Trainingspensum nimmt gleichzeitig die physiotherapeutische Betreuung zu – wobei die Ausrichtung vermehrt auf ein digitales Miteinander setzt. Thomas Friedhoff, Leiter am OSP/NRW Westfalen, ergänzt: „Natürlich gibt es immer noch erhebliche Verunsicherung hinsichtlich Tokio. Zukünftige Wettkämpfe, Qualifikationen, Trainingslager sind nur bedingt planbar. Zurzeit leben wir von der Hand in den Mund, die Vorausplanungen erstrecken sich über wenige Wochen. Dabei ist eben sehr unklar, wie sich die Corona-Lage in der internationalen Sportwelt entwickelt. Wir betrachten hier nicht nur die Situation in Europa, sondern müssen auch auf Staaten mit nicht so positiven Tendenzen schauen.“

Die Zukunft steht in den Sternen

Ob und wie Tokio 2021 stattfinden kann, will auch Leistungssport-Direktor Michael Scharf nicht

Natürlich gibt es immer noch erhebliche Verunsicherung hinsichtlich Tokio. Zukünftige Wettkämpfe, Qualifikationen, Trainingslager sind nur bedingt planbar

”

voraussagen: „Fest steht, dass wir unsere Sportler*innen mit allen uns zur Verfügung stehenden Kräften betreuen. Einige Verfahren haben sich zwar geändert und persönliche Kontakte erfolgen den Richtlinien entsprechend distanzierter, aber deshalb nicht weniger qualifiziert und motiviert. Wir sehen uns in der Pflicht, die Motivation unserer Sportler*innen über den ungewissen Zeitraum aufrecht zu erhalten. Andererseits wäre Olympia 2021 als einziger sportlicher Höhepunkt im nächsten Jahr eindeutig zu wenig.“ So ist gerade Laufbahnberaterin Karin Sattler (Dortmund) stark gefordert: „In meinem Bereich steht auf der Agenda ganz oben, für die Athlet*innen jeweils individuelle Lösungen zu erarbeiten und eine Beratung zur besseren Bewältigung der neuen Situation anzubieten. Denn trotz der Tokio-Verschiebung soll die Karriereplanung bestmöglich vorange-

**Es herrschte schnell
Einigkeit darüber,
dass wir diese Krise
auch als Chance
begreifen wollen**

”



Krafttraining statt Däumchen drehen: Alexandra Ehler, Degenfechterin

trieben und der geänderte – möglicherweise finanzielle – Unterstützungsbedarf erfasst werden. Nachdem jetzt viele ihre Planung wieder ein Stück weit selbst in die Hand nehmen können, steigt immerhin die Zufriedenheit wieder an.“ Spitzen-Fechterin Alexandra Ndolo stimmt Sattler zu: „Die schlimmste Phase für uns war, nicht zu wissen, was mit der Olympia-Qualifikation ist. Wir gehören zu den Degen-Mannschaften, die beste Chancen haben, aber das Ticket eben noch nicht sicher in den Händen halten. Dadurch hingen wir doppelt in der Luft. Das ist natürlich für den Körper und die Psyche ganz schön taff.“

Viele Fragen – wenige Antworten

Für Dr. Sven Pieper, Leistungsdiagnostiker am OSP/NRW Rhein-Ruhr, ist ein anderer Aspekt noch wichtig: „Ein so deutlicher Einschnitt in die persönliche und sportliche Lebensplanung verlangt von den Athlet*innen, die Situation so anzunehmen wie sie ist. Für etwas Entspannung sorgte, dass die eigentlichen Olympia-Fahrer unter den erschwerten Bedingungen im Juli 2020 nicht bei 100-prozentiger Leistungsfähigkeit sein müssen.“ Hygienemaßnahmen mussten eingehalten

werden. Außerdem musste Akzeptanz bei den Sportler*innen und Trainer*innen für die Modifikation der Testdesigns gewonnen werden. Im Tagesgeschäft muss Pieper einen gewissen Spagat bestehen: „Vor allem spontane Lösungen für die auftretenden Rahmenbedingungen sowie Problemfelder sind gefragt, also in Bezug auf Trainingsmöglichkeiten, Abstimmung mit den Gesundheitsämtern oder medizinischen Untersuchungen.“ Trotzdem stellen sich natürlich viele Fragen, auf die nicht nur Daniel Müller in Köln nicht immer eine erschöpfende Antwort parat hat: „Passt ein zusätzliches Jahr vollster Konzentration und vieler Entbehrungen in die individuelle Lebensplanung? Soll man ein Wartesemester an der Uni akzeptieren? Finde ich Regelungen mit Arbeitgebern wie der Polizei oder Schulen? Da brummt bei vielen wirklich der Schädel!“ _____

Toptalent des Monats

TEXT SINAH BARLOG

FOTO ANDREA BOWINKELMANN

JULIAN F. TERRONES

PARKOUR

Verein: **TV Jahn Bad Lippspringe**
Trainer: **Fynn Bremser**

Der Kreativität freien Lauf lassen: „Parkour kann überall gemacht werden“, erklärt Julian Fernandez Terrones. Eigentlich ist der Student sportlich in der Halle beheimatet, „aber die Corona-Pandemie hat uns nach draußen gezwungen“. Den 22-jährigen Paderborner reizt vor allem, dass er sich bei seinem Sport immer wieder selbst überwinden kann.



VIDEOPORTRÄT

→ go.isb.nrw/top0420

Präsentiert von:



Das Kreuz mit dem Rücken

Wie in vielen anderen Lebensbereichen kann Sport auch bei Rückenschmerzen helfen. Letztere gehören in den Industrieländern zu den häufigsten Beschwerden der Menschen. In Deutschland werden etwa 85 Prozent der Bevölkerung mindestens einmal im Leben therapiebedürftig. Rückenschmerzen sind die häufigste Ursache für Arbeitsunfähigkeit und die zweithäufigste Ursache für eine vorzeitige Berentung wegen verminderter Erwerbsfähigkeit.

Früher oder später kommt es zu einem Verlust der Zugspannung der Bandscheiben und damit zu einer zunehmenden Instabilität der Wirbelsäule. Dies wird zunächst durch die stabilisierende Rumpfmuskulatur (Rückenstrecker, Bauchmuskeln) kompensiert. Bis zum 70. Lebensjahr verliert man ohne Training jedoch bis zu 40% seiner Muskelmasse. Das ergibt die Notwendigkeit eines gezielten Muskelaufbaus. Trainingstechnisch sollte ein Krafttraining alle 2-3 Tage unter Einhaltung genügender Regeneration stattfinden. Darüber hinaus empfiehlt sich ein moderates Ausdauertraining. Ob es die eine rückengerechte Sportart gibt, kann nicht pauschal beantwortet werden. Der/Die Sportler*in ist immer individuell zu sehen, ob er/sie normalgewichtig, groß oder eher klein ist. Weitere Kriterien: Alter, muskulärer Status, und ob eine Sportart von Kindesbeinen an betrieben wurde.

AUF ALLEN VIEREN

Der anatomische Aufbau unserer Wirbelsäule stammt noch aus der Zeit, als wir auf allen Vieren liefen. Das heißt: Einzelne Wirbelsäulenabschnitte sind für bestimmte Bewegungsrichtungen gebaut. Etwa bei Betrachtung der Gelenkstellungen der Lendenwirbelsäule zeigt sich, dass diese vor allem Vor- und Rückneigung ermöglicht, sie quasi für Drehungen, also Rotationen, nicht ausgelegt ist. Sportarten, die belastende Rotationen der Lendenwirbelsäule mit sich bringen, sind daher als nicht besonders rückengerecht anzusehen.

Bewegungen, bei denen die Wirbelsäule weitgehend gerade gehalten wird, sind dagegen als rückengesund zu bezeichnen. Dazu gehören: Laufen, Skilanglauf, Nordic Walking, auch das Schwimmen (allerdings nicht Delphin und Brustschwimmen wegen der Überstreckung der Lendenwirbelsäule). Ebenso ist Rad fahren durchaus

in der Lage, die Rückenmuskulatur zu stärken. Auch Kraftsport unter Anleitung mit orthograd gehaltenem Rücken gehört dazu.

Im Vordergrund steht die Stützkraft der Rumpfmuskulatur. Wir sehen immer wieder Sportler*innen, auch im internationalen Spitzbereich, mit teilweise schon deutlichen Verschleißveränderungen, die trotzdem über wenig Probleme klagen. Dies ist ein Indiz dafür, dass eine gut bis sehr gut trainierte Rumpfmuskulatur viel zu kompensieren vermag.



Rumpfübungen gegen Rückenschmerzen

DIE ZUKUNFTSMA ... BESETZT DIE POLE POSITION.



IN KOOPERATION MIT

WEST LOTTO

GEFÖRDERT DURCH

Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



ACHERIN

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Portrait von Janine Lerbs unter:
magazin.lsb.nrw

Janine Lerbs, Vorsitzende Motorsportclub Neviges-Tönisheide, mit Rennfahrer Matthias Kämpf.

#SPORTEHRENAMT – SEI DABEI!

www.sportehrenamt.nrw

Wir sehen uns im Internet

In den letzten Monaten hat sich auch im Sportkosmos die Kommunikation drastisch verändert. Sichtbar: Euphorie für das neue, aber auch Widerstände, das Gewohnte zu überwinden. Mit dem Abstandsgebot verlagerten sich viele Termine, Sitzungen, Versammlungen oder Schulungen ins Internet. Doch wohin führt der Schub dieser Digitalisierung?

Jens Wortmann, Vorsitzender der Sportjugend NRW zieht folgendes vorläufige Fazit: „Zu Beginn der Coronakrise mussten alle in Windeseile alles digital machen. Das Bewusstsein für die Möglichkeiten und deren Grenzen ist jetzt mit etwas Abstand etwas klarer – mittlerweile folgt ein Abwägungsprozess. Die Leute schauen, was funktioniert und was nicht, und gehen das Schritt für Schritt an.“ Mit dem von der AOK finanziell unterstützten digitalen Jugendevent „BeUnited@Home“ (➔ go.lsb.nrw/beunitedhome) am 25. Juli ist die Sportjugend NRW auf diesem Weg einmal mehr vorne mit dabei.

Datenverkehr statt Stau

„Wir planen noch im Laufe dieses Jahres verschiedene digitale Veranstaltungen. Mit Online-Seminaren, aber auch einer Art digitalem Stammtisch für unser Frauennetzwerk“, gibt Laura Stahl einen Ausblick auf die nächsten Schritte.

Die LSB-Referentin war mitverantwortlich für die Organisation von „LadiesCom 2.0“. Das jährliche Netzwerktreffen der Frauen im Sport wurde im Mai

kurzfristig als virtuelle Tagung durchgeführt. Keine einfache Aufgabe. Eine „Blaupause“ existierte nicht. Rund 80 Teilnehmerinnen, Referentinnen und Moderatorinnen mussten unter einen Hut gebracht werden. „Die Herausforderungen begannen schon mit der Wahl der passenden Videoplattform“, sagt Stahl, „sie setzten sich fort mit dem Anmeldemanagement, den Aspekten der aktiven Beteiligung der Teilnehmerinnen, die Moderation musste dem Medium angepasst werden, und so weiter.“

Doch die Veranstaltung wurde ein voller Erfolg und die Macherinnen zogen ihre Rückschlüsse. „Natürlich fehlt das ungezwungene Kennenlernen in einer Kaffeepause“, stellt Stahl fest, „andererseits erreichen wir online Teilnehmerinnen aus ganz NRW. Gerade weil für viele oft lange Anfahrtswege wegfallen, sehen wir eine gute Chance, so unser Netzwerk langfristig zu erweitern.“ Für die Referentin ist klar: „Ich sehe die Zukunft in einer Verknüpfung von Präsenz- und Online-Treffen.“



Innerhalb von Wochen wurde ein transformativer Prozess vollzogen

Das Rad wird nicht mehr zurückgedreht



Noch Ende letzten Jahres stellte der vom Bundesinnenministerium geförderte „Digital-Report 2020“ (➔ go.lsb.nrw/digitalreport) fest, dass sich das IT-Budget bei bundesweit 44 Prozent der Sportvereine in diesem Jahr nicht verändern oder sogar sinken werde. Knapp jeder zweite Verein habe beim Thema Datenschutz und IT-Sicherheit Informationsbedarf. Da dürfte sich inzwischen einiges geändert haben... Zumindest in NRW existiert in der Vereinslandschaft ein solides Fundament Engagierter, die internet-affin sind. Mit beeindruckenden Ergebnissen, wie das Beispiel des SV Blau-Weiß Bochum zeigt. Der Schwimmverein reagierte sofort, als bekannt wurde,

dass Bäder wieder öffnen können. In rekordverdächtiger Geschwindigkeit installierte er ein Top-Online-Buchungssystem, wo selbst heute viele öffentliche Bäder noch mit Zetteln hantieren...

„Innerhalb von elf Tagen programmierten wir eine App mit unkomplizierter Anmeldung, elektronischer Nachverfolgungsmöglichkeit und Überbuchungsgrenze“, zählt Ulrich Albrecht, der das System für den Verein entwickelte, auf. „Der Knaller war am Ende sogar noch eine Last-Minute-Buchungsmöglichkeit.“ Vorsitzender Dr. Christian Müller-Mai ist stolz: „Wir gehörten am 20. Mai zu den ganz wenigen Schwimmbädern, die überhaupt wieder in Betrieb gingen“, sagt er, „das System läuft bisher stabil und die Schwimmer sind zufrieden.“ ►



Erkenntnis: Nur noch im Netz kommunizieren ist auch keine Lösung

Expertenwissen demonstriert auch Hans-Ulrich Felderhoff, Webmaster beim DJK 09 Mülheim-Ruhr. Er sieht die Nutzung der Software von Firmen wie Zoom oder Microsoft kritisch: „Diese Firmen tragen dazu bei, dass noch mehr Daten für die Datenkraken gesammelt werden.“ Er plädiert für den Einsatz freier Software wie „Jitsi-Meet“ und „BigBlueButton“. „Diese Software ist kostenfrei und persönliche Daten werden erst gar nicht abgefragt. Videokonferenzen können sofort ohne Registrierung starten“, sagt er, „natürlich muss man sich mit diesen Medien beschäftigen, das muss man bei den anderen aber auch.“

GoToMeeting kostenfrei

Mit einem „anderen“ Anbieter hat sich Sven Visser, LSB-Gruppenleiter Vertrieb im Bereich Bildung und Qualifizierung, beschäftigt: „Wir haben gerade mit Unterstützung der Landesregierung GoToMeeting-Lizenzen für ein Jahr erworben, die wir allen interessierten Bünden für deren Aus- und Fortbildungen zur Verfügung stellen. Viele Bünde haben sich

Wir planen noch im
Laufe dieses
Jahres verschiedene
digitale
Veranstaltungen



auf Qualifizierungen spezialisiert und sind auf die Einnahmen angewiesen, um Mitarbeiter*innen zu bezahlen.“ 60.000 Euro hat das Land dafür beige-steuert. Für Visser ist klar: „Das Rad wird nicht mehr zurückgedreht.“ Man habe die digitale Plattform → **sportbildung-online.de** ausgebaut und biete erstmals reine Online-Fortbildungen für Übungsleiter *innen an. Seit diesem Jahr fänden auch die Vereinsmanagerausbildungen zur Hälfte online und zur Hälfte in Präsenz statt. „Blended Learning“ nennt sich das. **Fazit: Die digitale Zukunft scheint tatsächlich einer klugen Mischung aus Online- und Offline-Treffen zu gehören. ...**

TEXT SINAH BARLOG
FOTO ANDREA BOWINKELMANN

MILANO
BALENCIAGA
PARIS
BALENCIAGA
LOS ANGELES

Endlich ist der Skatepark Eller in Düsseldorf wieder geöffnet. Dies ermöglicht Lennard „Lenni“ wieder richtig zu trainieren. „Ohne den Park war es eher schwierig für mich“, erklärt der 19-Jährige. „Lenni“ hatte auf eine Teilnahme an den Olympischen Spielen in Tokio gehofft...

Rückblick: Ein kühler Sonntagmorgen im März in Düsseldorf. Der Anfang des Shutdowns. Auf der Promenade am Landtag sieht man nur noch wenige Menschen spazieren. Das Wetter lädt nicht zum Verweilen ein. Wo sich sonst viele Menschen tummeln, herrscht gähnende Leere. Unterhalb der Rheinknie-Brücke stehen im „Apollo-Skatepark“ Halfpipe und Quarterpipe einsam da. Das Flatterband hindert auch die Skaterszene. Lennart ist einer von Millionen Sportler*innen, die betroffen sind.

Mitten in diese Zeit des Stillstands fällt auch noch die Entscheidung, die Olympischen Spiele in Tokio abzusagen. Ein herber Rückschlag für Lennard? Nicht ganz: „So konnte ich mich dieses Jahr voll auf mein Abitur konzentrieren.“ (Das ganze Porträt im → magazin.lsb.nrw)

ZWISCHEN HOBBY UND LIFESTYLE





AUS DEM NETZ GEFISCHT

NRW-SPORT-STARTUPS VORGESTELLT: PLAYSPO RTS

Sie haben eine kreative Idee, sind jung, mutig, präsentieren vor Investoren und im besten Fall kommt ihr Produkt bzw. ihre Dienstleistung am Ende erfolgreich an den Markt. Die Rede ist von Startups. Auch in der Welt des Sports sind viele dieser Gründer-Unternehmen aktiv und eröffnen neue Wege.

Der Landessportbund NRW hat auf seiner Webseite eine Serie gestartet, die einige Startups aus NRW vorstellt. Diese werden von der Landesregierung gefördert. Welche Leistungen werden angeboten? Welchen Nutzen haben die rund 18.300 NRW-Vereine davon? Wo kann man Schnittstellen schaffen? Das sind Fragen, die mit ein paar Klicks beantwortet werden.

Ein Startup ist PLAYSPO RTS. Die Idee: mit einer App werden selbstorganisierte Sportler*innen, der Vereinssport und die öffentliche Sportinfrastruktur miteinander vernetzt. Gerade die hohe Flexibilität steht im Fokus. Jeder kann sich herausuchen, wo

gerade ein Platz frei ist oder wer gerade Zeit hat, sich sportlich mit dem User zu treffen. „In unserer Community kann man überall und jederzeit seinen Lieblingssport ausleben – ob Tennis, Basketball, Fußball oder andere Spiel- und Gruppensportarten“, erklärt der geschäftsführende Gesellschafter Dr. Fabian Becker. Die App steht kostenlos in allen Appstores zum Download zur Verfügung.

**SCHAUEN SIE REIN UND
FREUEN SIE SICH IN KÜRZE
AUF WEITERE STARTUPS:**

➔ go.lsb.nrw/sportstartups

TEXT NICOLE JAKOBS

FOTOS ANDREA BOWINKELMANN

Zukunftsmacherinnen

Frauen und Mädchen sind das – oft unsichtbare – Rückgrat des organisierten Sports. Ihnen widmet der Landessportbund NRW ein ganzes Ehrenamtsjahr.

2020 ist das Jahr der engagierten Mädchen und Frauen im Sport. Damit rücken rund zwei Millionen Menschen in den Fokus des NRW-Sports, die in den Vereinen zwar einen großen Teil der Sportler*innen ausmachen, in Leitungspositionen aber immer noch unterrepräsentiert sind.

Warum ist das so? Frauen werfen ihren Hut von sich aus seltener in den Ring. Es mangelt an Vorbildern. Frauen zweifeln eher, die Position in Doppelbelastung mit Familie und Job verantwortungsvoll ausfüllen zu können. Hier ist Potenzial für den organisierten Sport, der chronisch unter dem Mangel an Ehrenamtlichen leidet.

Menschlich, ideenreich, fair

Deshalb dreht sich in diesem Ehrenamtsjahr alles darum, Frauen und Mädchen stärker in die Vereinsarbeit einzubinden. Sie zum Engagement für ihren Sport zu ermutigen. Dazu hat das Referat Ehrenamt und Gleichstellung des LSB Maßnahmen und Aktionen auf den Weg gebracht. In jedem Monat wird die „Ehrenamtlerin des Monats“ vorgestellt: eine Frau, ohne deren Engagement ihr Verein nicht derselbe wäre. Der NRW-Preis für Frauen und Mädchen im Sport wird im Oktober verliehen, ausgeschrieben vom LSB und der Staatskanzlei Nordrhein-Westfalen. Ein E-Learning-Modul „Gender und Sport“ sensibilisiert Teilnehmer*innen für Klischees und überkommene Handlungsweisen in Kooperation mit der FUMA Fachstelle Gender & Diversität NRW. Der LSB-Jahreskalender „Zukunftsmacherinnen 2020“ rückt den

FRAUEN IM NRW-SPORT

Über fünf Millionen Mitglieder haben die Sportvereine in NRW, davon sind

2 MIO. Mädchen

und Frauen. Mehr als 500.000 Mädchen sind im Alter von 0 bis 14 Jahren und ca. 490.000 Frauen im Alter von 41 bis 60 Jahren.

13 von 126 Mitgliedsorganisationen werden derzeit von Frauen geführt.

30 % der ehrenamtlichen Positionen in den NRW-Vereinen werden von Frauen besetzt.

37,5 % geballte

Frauenpower ist im Präsidium des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen vertreten.

Die Sportplakette des Landes NRW wurde 907 Mal verliehen:

18 % an Frauen.

Blick auf die Zielgruppe der Mädchen und Frauen. Die LadiesCom vernetzte Frauen in ganz NRW und darüber hinaus – anders als geplant nicht persönlich in Hachen, sondern virtuell im Netz.

Die Verantwortlichen erhoffen sich, interessierte Frauen in NRW für die gemeinsame Sache zu gewinnen: „Sie müssen wissen: Ohne sie geht nichts im Sport. Beteiligt Euch: menschlich, ideenreich, fair und begeisternd“, resümiert LSB-Referentin Laura Stahl. ►

DIE LADIESCOM 2.0

Geplant war eine echte Leuchtturmveranstaltung: drei Tage Hachen mit Frauen aus dem organisierten Sport in NRW – drei Tage Netzwerken, Kennenlernen, Workshops, Spaß haben. Dann kam Corona. **Kein Grund zur Absage:** „Kommst Du nicht zur LadiesCom, dann kommt die LadiesCom eben zu Dir“, dachten die Organisatorinnen und verlegten die Veranstaltung kurzerhand ins Netz. Vier Stunden lang fand an einem Samstagmittag eine Veranstaltung in verschiedenen „Räumen“ statt. Mit Keynotes, Diskussion und Workshops – ganz wie im echten Leben.

Mona Küppers, LSB-Vizepräsidentin Mitarbeiterentwicklung und Gleichstellung, Veranstalterin

Wir haben die Chance genutzt, innerhalb der Initiative Ehrenamt (in Kooperation mit WestLotto, gefördert durch die Staatskanzlei des Landes NRW) ein Jahr nur für Mädchen und Frauen zu gestalten, um sie sichtbar zu machen.

Sie sind immer noch unsichtbar in der Sekunde, wenn eine Nachfolge gesucht wird. Thomasse suchen Thomasse, Michaels suchen Michaels. Frauen werden nicht gefragt. Die Vernetzung an sich trägt zur Veränderung nicht bei: Wenn keine Frau an der Spitze ist, mit wem soll sie sich dann vernetzen? Vielmehr müssen wir Strukturen schaffen, in denen Frauen sichtbar werden, wahrgenommen werden als solche, die einen Thomas ablösen können.



Vera van Ool, Teilnehmerin

Männer sind geübt darin, sich gegenseitig zu unterstützen. Sie hängen ihre Erfolge aber auch gerne an die große Glocke. Frauen sind da anders: Wir sind leise Netzwerkerinnen. Wir regeln vieles ohne Tamtam. Wir machen einfach. Dabei werden die kleinen Sachen oft von den Frauen gemacht – und das ist auch Ehrenamt, das erkennen viele gar nicht. Wir müssen die Frauen ermutigen, die kleinen Sachen zu machen – und in der Konsequenz dann auch die großen. Wir müssen stupsen und ermutigen und ‚empowern‘, solange, bis sich immer mehr Frauen trauen, selbst tätig zu werden.



Yasmin Kwadwo, Sprinterin, Bewegungs-Workshop

In der Leichtathletik sind die Geschlechter recht ausgeglichen, es gibt jedoch viel mehr männliche Trainer als Trainerinnen. Die Männer müssen sich eben auf weibliche Themen einlassen, und das machen die auch ganz gut. Trotzdem sind Frauen – also unsere weiblichen Ansprechpartnerinnen wie Physiotherapeutinnen – häufig einfühlsamer. Ich glaube, Frauen unterschätzen ihre Fähigkeiten. Sie haben das Gefühl, zu wenig Mut zu haben, ihre eigene Meinung äußern zu können. Wir sollten Mädchen ermutigen, ihren Standpunkt zu vertreten.



Astrid Thews

Weitere Stimmen unter:

➔ magazin.lsb.nrw



Eva Selic, LSB-Vizepräsidentin Breitensport, Veranstalterin

Wir nutzen das Potenzial von Mädchen und Frauen in den Vereinen längst noch nicht aus. Im Moment sind rund 70 Prozent der Führungspositionen in den Vereinen von Männern besetzt. Allerdings müssen wir nach qualifizierten Frauen nicht suchen. Sie sind längst da, ziehen sich die Schuhe aber noch zu wenig an. Da hilft eine LadiesCom: um Frauen zu empowern, ihnen Mut zu machen, sie mit anderen Frauen zusammenzubringen, Wissen und Erfahrungen zu teilen. Ein Netzwerk ist einfach ein tolles Tool: Dinge können gemeinsam schnell bewegt werden – als Einzelkämpferin geht man unter.



Die Kunst der Fortbewegung

Skater, Freerunner, Parkour-Sportler: Die coolen Mädchen und Jungs da draußen scheuen den Verein wie der Teufel das Weihwasser. Oder? Welchen Blick organisierte Parkour-Sportler auf ihren Verein haben, erzählen unser Toptalent Julian Fernandes Terrones und Vereinsvorstand Dominik Moos.



Dem „Traceur ist nichts zu schwör“

Parkour-Hintergründe unter:
magazin.lsb.nrw

Traceurs würden sagen: Hindernisse sind zum Überwinden, nicht zum Drumherumgehen. Bänke, Geländer, Mauern halten sie nicht auf. Wer Parkour betreibt, für den wird die Luftlinie zur Straße. Le Parkour ist die Kunst der Fortbewegung. Und es ist längst nicht mehr unüblich, dass Parkour-Sportler*innen organisiert sind. Julian Fernandez Terrones – unser Toptalent (**siehe Seite 18** ►) – war vor zehn Jahren einer der ersten, die in der frisch gegründeten Parkour-Gruppe im TV Jahn Bad Lippspringe trainiert haben. Die Abteilung ist bis heute bei den Turnern angesiedelt. Julians erster Trainer kam jedoch vom Kampfsport: „Der hat auch mal eine Slackline gekauft, damit wir damit trainieren können.“

Denn damals wie heute gibt es kaum Konzepte für das Training. Richard Dohmen vom Rheinischen Turnerbund erklärt warum: „Seit Ende 2019 ist Par-

kour im DTB. Wir entwickeln jetzt erst mal Ausbildungskonzepte und gehen an die Lizenzierung.“ Die Verbindung zum Turnen liegt für Dohmen auf der Hand: „Turnvater Jahn hat vor 200 Jahren auf der Hasenheide schon dasselbe gemacht: Reckstangen in den Boden gerammt, das war die erste Outdoor-Bewegungslandschaft.“

Für klassische Turnvereine bietet Parkour eine echte Angebotserweiterung, cool und mit Szene-Image. „Wenn man klassische Turngeräte umnutzt, hat man auch in der Halle eine Parkour-Landschaft“, sagt er. Traceur Julian bestätigt das. Jahrelang hat er ausschließlich in der Halle trainiert. Einmal war er mit den anderen draußen, und prompt hat sich sein Kollege ein Band gerissen. „Er ist über eine Mauer gesprungen und hat nicht gesehen, dass es dahinter tiefer als gedacht runterging.“ An der Halle schätzt er die Sicherheit. „Auch wenn ich der größte Meister wäre: Ich hätte draußen immer ein höheres Verletzungsrisiko. Fehlritte sind da viel wahrscheinlicher.“ ►

”

Er ist über eine Mauer gesprungen und hat nicht gesehen, dass es dahinter tiefer als gedacht runterging.

TRACEUR JULIAN



Szene Verein

Julian war es nie wichtig, Teil einer Szene zu sein. Darum war eine Vereinszugehörigkeit für ihn immer logisch. Doch er kann sich gut vorstellen, dass viele Parkour-Sportler*innen da draußen ihre Unabhängigkeit bewahren wollen. Auch Richard Dohmem vom RTB schätzt: „Die freien Sportler*innen kriegen wir nicht in die Vereine. Vielleicht mal einen Trainer, der aus der freien Szene kommt, das ist denkbar.“

Das hält Dominik Moos für ein gängiges Vorurteil: „Wir gehen gerne in die Halle, und wir organisieren uns gerne. Nur die allerwenigsten Parkour-Sportler*innen sind absolut dagegen, in einer Organisation zu sein.“ Nur: Der Verein muss aus der Szene herauskommen. Ansonsten sei es schwer, im Vereinsland Deutschland die Leute zu überzeugen, einem klassischen Verein beizutreten. Die Zugehörigkeit zum Turnen und zum DTB findet er aufgesetzt. „Auf eine Gleichsetzung oder Reduzierung des Parkoursports mit Turnen reagieren die Leute allergisch“, sagt er. „Ein Anhängsel eines Turnvereins zu sein, funktioniert nicht wirklich, das ist in der Szene nicht beliebt.“ Dominik hat Parkour unter anderem im Münsteraner Hochschulsport etabliert. Allerdings darf die Halle nur von Studierenden genutzt werden. Um Nicht-Studierenden die Möglichkeit zu geben, ebenfalls in einer Halle zu trainieren, hat er mit ein paar anderen Leuten vor vier

Jahren den Parkour Münster e.V. gegründet. Inzwischen hat der Verein rund 50 Mitglieder. Die meisten sind „freie“ Traceure, denen es egal ist, wo sie ihren Sport betreiben. Hauptsache Spaß. „Wir animieren die Mitglieder zum Beitritt mit dem Training in einer Halle, mit unserem Stangengerüst, mit unseren Reisen, mit einem niedrigen Beitrag.“

Münster leidet wie viele Städte unter einem Mangel an Hallenzeiten. Zur Zeit findet das Hallentraining der Sportler*innen montags um halb 9 Uhr statt. Darum sucht der Verein dringend eine eigene Halle. „Wir brauchen 4,50 Meter Höhe, das kann gerne eine Lagerhalle sein. Dann können wir unser Inventar dort einbauen.“ Man sei längst mit dem Stadtsportbund Münster in Kontakt, der die Augen und Ohren für den Verein aufhält.

Öffnung statt Abgrenzung

Le Parkour verändert sich. Die städtische Aneignung, das freie, urbane Lebensgefühl wird durch das zusätzliche Angebot von sicheren Hallen und den Vorteilen von Sport in einer Organisation erweitert. Dominik Moos: „Die reine und strenge Philosophie war stark, aber sie weicht auf, zugunsten der uneingeschränkten Freude an der Bewegung.“

STIPENDIUM FÜR JUNGES ENGAGEMENT 2021

JETZT BEWERBEN!

Auch in diesem Jahr vergibt die Sportjugend im Landessportbund NRW in Zusammenarbeit mit der Staatskanzlei des Landes NRW Stipendien (monatlich 200 Euro) für besonders engagierte und sportbegeisterte junge Ehrenamtliche für das Jahr 2021.

PERSÖNLICHES COACHING

Das Stipendium richtet sich an junge Menschen zwischen 16 und 26 Jahren in der schulischen oder beruflichen Ausbildung, die sich in einem besonderen Maße ehrenamtlich im Sport engagieren und ihr Ehrenamt perspektivisch ausbauen wollen. Neben der finanziellen Unterstützung erwartet die jungen Ehrenamtlichen ein wertvolles Netzwerk sowie individuelle und passgenaue Qualifizierungsangebote und persönliches Coaching.

Bernhard Schwank (Staatskanzlei, l.)
und Martin Wonik (LSB-Vorstand) freuen sich mit
einem Stipendiaten der Generation 2020



Foto: Marc Hermenau

BEWERBUNGSSCHLUSS IST AM 16. AUGUST. _____

Online bewerben unter:
sportstipendien-nrw.de

Anzeige

www.benz-sport.de



Offizieller Förderer des

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Über 10.000 Artikel

**Besuchen Sie unseren
Onlineshop**

ORIGINAL
BENZ[®]
SPORT



SCHULSPORT | BREITENSport | LEISTUNGSSport | GYMNASTIK | FITNESS | THERAPIE

D-71364 Winnenden | Tel. 07195 6905-0 | info@benz-sport.de | www.benz-sport.de

Stellung beziehen

Michaela Engelmeier wurde kürzlich vom LSB-Präsidium zur „Integrations- und Anti-Rassismus-Beauftragten“ des Landessportbundes NRW berufen. Eine Aufgabe in bewegten Zeiten. Die Diskussion um „Black lives matter“ hat auch unser Land erreicht. Viele Sportler*innen haben sich zu Wort gemeldet. Die ehemalige SPD-Bundestagsabgeordnete ist seit Anfang April auch Generalsekretärin der Deutsch-Israelischen Gesellschaft und hat davor das Büro des jüdischen Sportverbandes „Makkabi Deutschland“ geleitet. „Wir im Sport“ im Gespräch mit einer Frau, die sich seit jeher für Vielfalt, Toleranz und Teilhabe einsetzt.

Frau Engelmeier, insbesondere junge Menschen protestieren im Moment weltweit gegen Rassismus. Die Demonstrationen haben auch unser Land und den Sport erreicht...

Rassismus war weltweit und auch in Deutschland latent immer vorhanden. Jetzt aber ist etwas aufgebrochen. Bei uns wurde früher – auch aufgrund unserer Geschichte – vieles öffentlich nicht gesagt. Durch die sozialen Netzwerke ist das anders geworden. Aus der Anonymität heraus wird das Unsagbare jetzt sagbar. Wir dürfen hier nicht schweigen, sondern müssen gegen Rassismus und auch gegen Anti-Semitismus eintreten. Bei jeder Gelegenheit, in der Familie, auf der Arbeit und auch beim Sport müssen wir „die Klappe aufmachen“. Man muss diese Leute stellen. Überall.

Gibt es etwas, was Sie besonders alarmierend finden?

Was mich zutiefst beunruhigt und empört ist, dass wir einen neuen Anti-Semitismus sehen. Da erzählen plötzlich Leute auf diesen Corona-Demonstrationen etwas von einer jüdischen Weltverschwörung. Wie zum Beispiel dieser Wutkoch Hiltmann. Das muss man juristisch prüfen. Es laufen welche rum, die verwenden den Judenstern und fühlen sich verfolgt, weil sie Impfgegner sind. Das ist Wahnsinn!

Ihr neues Amt beim Landessportbund NRW ist anspruchsvoll ...

Ich bin sehr dankbar, dass der LSB dieses Amt eingerichtet hat. Ich glaube, wir sind im Sport die ersten in Deutschland, die explizit eine solche Position geschaffen haben. Und das bevor die Debatte richtig losging. Und mit Gründung von „Entschlossen weltweit! – Gemeinsam für Demokratie und Respekt im Sport“ (➔ [go.isb.nrw/weltoffen](https://www.go.isb.nrw/weltoffen)) hat der Landessportbund NRW schon 2016 ein Zeichen gesetzt.

Bitte erläutern

Sie uns kurz

diese Initiative...

Viele engagieren sich intensiv für das soziale Zusammenwachsen. Einige aber geraten an die Grenzen der Belastbarkeit. Und manche werden gar angefeindet. Hier setzt der Landessportbund NRW an. Wir setzen auf Informations-, Beratungs- und Schulungsangebote, um ehren- und hauptamtlich Tätige zu unterstützen. Wir wollen für menschenverachtendes Verhalten sensibilisieren und Handlungssicherheit im Umgang damit vermitteln. Wir bieten zum Beispiel auch eine anlassbezogene Beratung bei konkreten Vorfällen im organisierten Sport an.

Was möchten Sie

persönlich in der nächsten

Zeit anpacken?

Ich möchte die angesprochenen Themen noch mehr in die Sportorganisationen tragen, zum Beispiel über regelmäßige Berichte an das LSB-Präsidium oder auch auf den Ständigen Konferenzen der Bünde und Verbände. Von den Mitgliedsorganisationen können die Inhalte dann noch mehr in die Vereine getragen werden.

Niemand soll sagen können: „Was, das gibt es auch im Sport? Das hätte ich nicht gedacht.“ Ich will aber nicht als Botschafter des Negativen unterwegs sein. Diskriminierung, Rassismus, das sind ja schlimme Phänomene. Aber wir können Lösungswege vorschlagen und Positives bewirken. Darum geht es mir.



DER SPORT
IST NICHT DIE
INSEL DER
GLÜCKSELIGEN

Neben „Integration/Rassismus“ sind auch Themen wie „Sexualisierte Gewalt im Sport“ oder „Umwelt/Klima und Sport“ immer mehr im Fokus. Manche sagen, damit lösen wir uns immer mehr von unserem sportlichen Kerngeschäft – die Vereine sind sowieso schon überlastet. Teilen Sie diese Position?

Nein, überhaupt nicht. Wir müssen auf diese Themen reagieren. Der Sport ist nicht die Insel der Glückseligen. Der Landessportbund NRW setzt sich vielmehr dafür ein, dass diese Themen immer mehr aus dem Nischendasein heraustreten.

Sie waren lange Jahre aktive Leistungssportlerin im Judo und Mitglied der Judo-Nationalmannschaft. Was haben Sie aus dieser Zeit mitgenommen an Erfahrungen – auch im Hinblick auf die Themen „Integration und Anti-Rassismus“?

Durch meine sportliche Laufbahn bin ich viel in der Welt herumgekommen und habe große Offenheit und unterschiedlichste Menschen kennengelernt. Der Sport hat hier ein riesiges Potenzial. Aber gerade deshalb wäre es tragisch, wenn wir im Sport sagen würden, wir hätten mit Schattenseiten nichts zu tun. ...

Die Sichtbarmacher

Unternehmen haben im Moment andere Sorgen als Sportsponsoring. Erst mal muss der Laden wieder laufen, dann kann man weitersehen – und das kann Jahre dauern. Stimmt das? Natürlich ist Sponsorenakquise derzeit harte Arbeit. Aber wenn ein Verein seine Öffentlichkeitsarbeit im Griff und Partnern etwas anzubieten hat, kann es klappen. Denn auch die Unternehmen haben zur Zeit Sichtbarkeitsbedarf.

„Frag mal den Hans, vielleicht will der ne Bande haben. Das wär gut für ihn, der könnte grade mehr Aufträge haben. Und wir kriegen endlich die neuen Mädchen-Trikots.“ Diese Herangehensweise kennen Sie: Hans, der Schwippschwager von Jürgen aus dem Vorstand hat eine kleine Firma und engagiert sich mit Trikotwerbung, Bandenwerbung und seinem Firmenlogo auf der Vereinshomepage. Das mag für alle Beteiligten eine Win-win-Situation sein. Im rechtlichen Sinne ist das Sponsoring. Im Marketing-Sinne ist es das nicht.

MOTIV LOKALPATRIOTISMUS

„Die meisten Geldgeber im Breitensport sind keine Sponsoren, sondern Förderer“, erklärt Sportmarketing-Fachmann Andreas Will. Der Berater aus Reutlingen unterscheidet drei unterschiedliche Sponsoring-Typen.

TYP 1 unterstützt den Verein aus Leidenschaft und Begeisterung. Er erwartet meist keinen hohen Werbewert. Dementsprechend wenig strategisch planen

er und der Verein die Unterstützung: Marketing- oder Kommunikationsziele sind selten definiert. Typ 1 sind meist lokale Kleinunternehmen – wie Hans´ kleiner Betrieb.

TYP 2 will die Region stärken und sich gesellschaftlich engagieren. Stadtwerke oder Sparkassen fallen unter diese Kategorie. Ihnen reichen klassische und standardisierte Werbeleistungen wie Banden oder ihr Logo auf der Website. Oft verfolgt Typ 2 den Nutzen des finanziellen Engagements nur oberflächlich.

Mit **TYP 3** gehen Vereine ein echtes Sponsoring ein: Er definiert klare Kommunikationsziele, bestimmt diese anhand der Reichweite des Vereins und erwartet auf ihn zugeschnittene Sponsoringkonzepte. Ohne Reichweite geht mit Typ 3 nichts.

WIN-WIN NUR MIT REICHWEITE

Da liegt der Hund begraben. Denn welcher Verein kennt schon seine Reichweite? Wer hat schon einmal analysiert, wo und wie oft seine Trikots zu sehen sind und welcher Werbeeffect darin liegt? Eine Medienanalyse ist für Großvereine sinnvoll, die langfristige Partnerschaften eingehen möchten. Der klassische Verein sollte sich auf sein vermarktbare Produkt konzentrieren, findet Will: die Mitgliedschaft. Dazu muss er seine Öffentlichkeitsarbeit anpacken. Er muss im Internet gefunden werden, seine Kanäle nutzen und seine Angebote kommunizieren. „Ich kenne viele tolle Vereine mit hochattraktiven Angeboten, von denen Interessenten nichts erfahren.“

Eine gute, solide Sichtbarkeit schätzen potenzielle Förderer oder Sponsoren. LSB-Marketingberater Dirk Schröter plädiert dafür, frühzeitig gemeinsam zu überlegen, welche Geschichten und Aktionen man gemeinsam umsetzen kann. „Es reicht nicht, die Spieler vor dem Sponsorenlogo abzufotografieren und

KOOPERATIONEN MIT ONLINE-DIENSTLEISTERN

Best Practise gesucht! Kooperieren Sie beim Vereinsmarketing mit einem Online-Dienstleister oder einer -Plattform? Mit einem Startup? Hier liegen neue Kooperationschancen für Vereine – wer nutzt sie bereits? Ihre Best Practise-Geschichte für die neue Sponsoring-Rubrik auf → vibss.de – melden Sie sich bei uns!

KONTAKT:

Juergen.Weber@lsb.nrw, Telefon: 0203 7381-858

Das reine Zeigen seines Logos bringt dem Sponsor wenig. Viel wichtiger ist die Partnerschaft auf Augenhöhe. Bestimmt lassen sich Geschichten rund um den Verein und „sein“ Unternehmen erzählen





Klassische Partner für Sportvereine:
die regionalen Sparkassen oder Stadtwerke

zu posten. Der Sponsor möchte nicht nur abgebildet werden, sondern inhaltlich eingebunden sein.“ Besser: Das Partnerunternehmen kann beispielsweise einen Wettbewerb stiften und dabei selbst anwesend sein – als Siegerehrender vielleicht oder als Ausrichter eines eigenen Miniwettbewerbs. Darüber kann über alle Kanäle berichtet werden, Tage vorher und noch Tage später.

GESUCHT: LANGFRISTIGE IDEEN

In jedem Fall, da sind sich die Marketingberater einig, muss ein Verein sich fragen: Was biete ich einem möglichen Sponsorpartner an? Und was hat der Sponsor davon, unser Partner zu werden? „Image und Bekanntheit“ würden die meisten Vereine antworten: Die Firma möchte vom Ansehen des Vereins profitieren und ihre Bekanntheit steigern. Aber passt das Image des Vereins zur Firma (und umgekehrt!)? Und kann ein Verein überhaupt ausreichend Bekanntheit erzeugen? Wer sich diese Fragen nicht ernsthaft beantwortet und daraus ein partnerschaftliches Konzept strickt, bekommt eine Bande mit dem Logo von Hans´ kleiner Firma. Auch nicht schlecht – aber Sponsoring ist das nicht. –

Woher soll das Geld noch kommen?

SPONSORING IN DER NACH-CORONA-ZEIT

Marketing-Fachleute sind vorsichtig optimistisch. Ja, die Wirtschaft steuert auf eine Rezession zu. Doch nicht jede Branche ist gleich stark betroffen, und aus der Krise erwächst für die Unternehmen ein erhöhter Kommunikationsbedarf. Dienstleistungen oder Produkte, die den Menschen gerade jetzt helfen, wollen sichtbar sein: Lebensmittel, Hygieneprodukte, die Gesundheitsbranche insgesamt, aber auch Telekommunikation oder IT, also Beschleuniger für digitale Transformation. Nichts spricht also dagegen, die lokale App-Entwickler-Firma oder das neue Food-Lieferportal anzusprechen – wenn sie zum Verein passen und der Verein ihnen etwas bieten kann.

SPONSORING IST MARATHON-DISZIPLIN

Natürlich sind die Unternehmen unsicher, wie sich die Krise weiter entwickeln wird. Marketing-Budgets könnten sich erstmal verringern, Budgetplanungen stehen auf wackeligen Füßen. Außerdem wollen Unternehmen den Eindruck vermeiden, als sei Geld für Sponsoring vorhanden, nicht aber für die eigenen Mitarbeiter, die teilweise in Kurzarbeit beschäftigt sind. Wohl dem Verein, der schon vor Jahren eine langfristige, gewachsene, belastbare Partnerschaft eingegangen ist, denn die Solidarität der Unternehmen mit „ihrem“ Verein ist oft groß. Für die Neuakquise nach Corona werden die Unternehmen auf starke Verbindungen der Vereine zu ihren Mitgliedern und Fans setzen – ein wertvolles Pfund, mit dem die Vereine wuchern können.

SPONSOREN SUCHEN IDEEN

Und noch eine Hoffnung: Zwar fließt der Löwenanteil der globalen Sponsorengelder nach wie vor in den Fußball, mit weitem Abstand gefolgt von Basketball (sieben Prozent). Aber dann: Mit ebenfalls sieben Prozent folgt der eSport. Das zeigt: Sponsoren setzen auf Altbewährtes, aber auch auf neue Sportarten und neue Zielgruppen. Unser Fazit: Wer pfiffige Angebote und Konzepte zusammenstellen kann und damit in Branchen vorstellig wird, die (auch coronabedingt) Kommunikationsbedarf haben, hat in den Jahren nach Corona realistische Chancen auf ein Engagement. _____

HERAUSGEBER

Landessportbund
Nordrhein-Westfalen e. V.

Hausadresse:

Friedrich-Alfred-Allee 25
47055 Duisburg

Postadresse:

Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg
Telefon 0203 7381-0
Telefax 0203 7381-615
lsb.nrw
wir-im-sport@lsb.nrw

REDAKTION

Ilja Waßenhoven (V.i.S.d.P.)
Kiyu Kuhlbach (Leitung),
Theo Düttmann
(geschäftsführender Redakteur),
Andrea Bowinkelmann (Foto),
Ulrich Beckmann, Ramona Dziwornu,
Sabrina Hemmersbach,
Frank-Michael Rall,
Jürgen Weber, Sinah Barlog,
Lara Benkner (Redaktionsassistentin) und
Annelie Braas (Redaktionsassistentin)

Titelfoto

Andrea Bowinkelmann

LSB-Fotos

Andrea Bowinkelmann

SERVICE VEREINE

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

IM INTERNET

magazin.lsb.nrw

GESTALTUNG

Entwurfswerk, Düsseldorf
entwurfswerk.de

DRUCK

L. N. Schaffrath GmbH & Co. KG
Druck-Medien, Geldern

ANZEIGENVERWALTUNG

Luxx Medien Verlagsgesellschaft
Bertha-von-Suttner-Platz 1-7
53111 Bonn
Telefon 0228 688 314 12
Telefax 0228 688 314 29
luxx-medien.de

Ansprechpartner

Jörn Bickert, bickert@luxx-medien.de

Redaktionsschluss 20.08.2020

Anzeigenschluss 20.08.2020

ISSN: 1611-3640

Gedruckt auf 100% Altpapier,
zertifiziert mit dem Blauen Engel
(das Umweltzeichen)

GO GREEN

Klima schützen
mit Deutsche Post

Sozialer Kontakt als Lebenselixier

von **Judith Blau**, Referatsleiterin Bewegt ÄLTER werden in NRW!



Der Sportbetrieb kommt langsam wieder ins Rollen. Die Vereine öffnen nach und nach ihre Pforten

mit Trainings- und Kursmöglichkeiten unter entsprechenden Schutzmaßnahmen.

Das ist äußerst erfreulich und gerade für die Generation der Älteren eine gute Nachricht. Während

des Lockdowns kam es für alle coronabedingt zu Einschränkungen. Die Zeit war jedoch besonders für diese Generation schwierig, da neben dem Sporttreiben auch die sozialen Kontakte zum Erliegen kamen. Die Situation der Menschen in Pflegeeinrichtungen war dabei sehr belastend. Es ist gut, dass das

LSB-Programm BAP 2.0 nach dreimonatigem Stillstand

nun auch in diesen Einrichtungen langsam wieder Fahrt aufnimmt.

Rund 17 Millionen Menschen in Deutschland sind älter

als 65 Jahre. *Eine bunte Mischung, von der viele im Sportverein sind, um sich zu*

bewegen oder sich ehrenamtlich zu engagieren. Der körperliche und seelische Aspekt des Miteinanders im Verein für Gesundheit und Wohlbefinden kann für diese Gruppe

gar nicht hoch genug eingeschätzt werden. Und: Sie sind eine tragende

Säule des Vereinslebens.

Der Blick geht jetzt nach vorne. *Bei allen nun umzusetzenden Lockerungen*

*im Sport unterscheidet der Landessportbund NRW bewusst nicht nach Alter oder Risikogruppen. Ob alt oder jung: Am Ende muss jede Teilnehmer*in selbstverantwortlich entscheiden. Es gilt, eine Balance zu finden, um einerseits Infektionsrisiken zu*

mindern und andererseits peu à peu in die Alltagsbewegung zurückzufinden.





S P O R T S
F R E U N D



Auf ins Leben.

Wir wünschen Timo Boll viel Erfolg für 2020.

Hart am Ball. Sportlich, wenn es um Leistung geht und fair in der Sache:
Das ist Timo Boll. Das ist Sport. Das ist ARAG!