

# neuer START

Offizielles Magazin des Behinderten-Sportverbandes Niedersachsen



Zur Wahl - 6 Kandidat\*innen

Förderer des Behindertensports in Niedersachsen



## Dein Auto über den BSN

Eine Partnerschaft, die sich auszahlt.

Du suchst einen Allrounder, Mannschaftsbus oder Cityflitzer? Unser Partner ASS Athletic Sport Sponsoring hat für Dich das passende Auto zu monatlichen Komplettraten.

Das Besondere: Du musst Dich um nichts kümmern! Die ASS-Mitarbeiter bestellen Dein Fahrzeug, lassen es zu, sprechen mit Dir einen Termin zur Abholung ab. Und falls Du mal ein Anliegen hast, ist die ASS immer für Dich da.

Unschlagbare Vorteile:

- Monatliche Komplettrate - inklusive Versicherung und Steuern
- Keine Kapitalbindung - Anzahlung und Schlussrate fallen nicht an!
- 12-Monats-Verträge - hohe Planungssicherheit durch maximale Flexibilität
- Jährliche Neuwagen - zahlreiche Modelle verschiedener Hersteller stehen zur Auswahl
- ASS für Dich - persönliche Beratung, schnelle Bearbeitung

Die ASS mit Sitz in Bochum gibt es seit mittlerweile mehr als 20 Jahren. Sie bietet Autos zu Komplettraten an, und zwar Ehren- wie Hauptamtlichen, die im Sport aktiv sind, sowie auch deren direkten Angehörigen. Mehr als 11.000 Personen sind bundesweit schon begeistert und nutzen aktuell das einzigartige Auto-Angebot.

Behinderungsgerechte Umrüstungen der Fahrzeuge sind gegen Kostenübernahme auf Anfrage ggf. möglich.

Worauf wartest Du noch? Steig ein!

Informationen und Beratung:

ASS Athletic Sport Sponsoring GmbH

0234 -9512840

info@ass-team.net

www.ass-team.net



**EXKLUSIV FÜR DEN BSN**

# OPEL CORSA

1.2 L | 100 PS | EDITION | INKL. 20.000 KM FREILAUFLEISTUNG

**DEIN NEUWAGEN-ABO:**

- // 12 MONATE VERTRAGSLAUFZEIT
- // INKL. KFZ-VERSICHERUNG
- // INKL. KFZ-STEUER
- // INKL. ÜBERFÜHRUNGSKOSTEN
- // INKL. ZULASSUNGSKOSTEN
- // KEINE ANZAHLUNG / SCHLUSSRATE
- // INKL. GANZJAHRESREIFEN

Limitiertes Angebot - Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. 20.000 km Freilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich). Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Stand: 15.01.2021.

ICH BIN DEIN AUTO - ASS Athletic Sport Sponsoring | TEL: 0234-9512840 | WEB: www.ichbindeinauto.de

ICH BIN DEIN AUTO  
Behinderten Sportverband  
Niederrhein



Liebe Leserinnen und Leser,

für das Jahr 2021, dessen erster Monat ja nun auch schon wieder der Vergangenheit angehört, wünsche ich Ihnen persönlich wie auch Ihren Angehörigen und Vereinsmitgliedern alles Gute und freue mich auf die weitere erfolgsbringende Zusammenarbeit!

Ein Highlight steht auch diesmal gleich am Beginn des Jahres: Vom 12. Februar bis zum 10. März findet zum 21. Mal die landesweite Wahl „Behindertensportler\*in des Jahres“ statt, erneut ermöglicht durch die großzügige und engagierte Unterstützung unserer Sponsoren, Förderer und Medienpartner. Sicher fast unnötig ist mein Appell an Sie: Beteiligen Sie sich zur Würdigung unserer herausragenden Kandidat\*innen zahlreich an der Wahl. Wir stellen sie Ihnen in dieser Ausgabe ausführlich vor. 2021 stehen junge, motivierte und ehrgeizige Sportler\*innen im Mittelpunkt, die sich durch Trainingsfleiß und Engagement auszeichnen, eine tolle sportliche Entwicklung durchlaufen und sich auch während der Corona-Krise nicht von ihren sportlichen Zielen abbringen lassen. Wie immer gibt es attraktive Preise für die Wähler\*innen zu gewinnen - und auch für Vereine, die die Wahl besonders aktiv unterstützen. Bitte motivieren Sie also im Verein, im Freundes-, Familien- und Kollegenkreis nach Kräften zur Teilnahme. - Unsere Leistungsträger\*innen haben es verdient!

Mit sportlichen Grüßen  
Ihr

Karl Finke (Präsident)

## Inhalt

Wahl Behindertensportler*in	
Tim Haller	4
Anna Lena Henning	5
Flora Kliem	6
Jered Müller	7
Angelina Salli	8
Lucas Schwechheimer	9
<i>BSN-Info</i>	
Landessporttag des LSB	13
Kooperation BSN und NBV	14
Neues Handbuch Behindertensport des DBS	15
	16
Günter Ehmke	17
<i>Aus den Vereinen</i>	
Weihnachten für alle	18
Corona als Chance für Neues	19

## Impressum

Herausgeber:  
Behinderten-Sportverband  
Niedersachsen e. V.



Behinderten Sportverband  
Niedersachsen

Neuer Start Verlag GmbH, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover,  
Tel.: 0511/1268-5111, Fax: 0511/1268-4-5111, e-mail: info@neuerstart.de  
Homepage: www.neuerstart.de, Geschäftsführer: Gerhard Müller

Redaktion: Hannes Hellmann, BSN-Geschäftsstelle, Mail: hellmann@bsn-ev.de

Anzeigen: Udo Schulz, Stolzestr. 37, 30171 Hannover  
Tel.: 0511-30062140, e-mail: anzeigen.schulz@web.de

Layout & Druck: www.diaprint.de

Neuer Start erscheint sechsmal jährlich im Februar, April, Juni, August, Oktober, Dezember bei Neuer Start Verlag GmbH, Anschrift siehe Herausgeber. Er wird über die Mitgliedsvereine des Behinderten-Sportverbandes Niedersachsen e. V. den Mitgliedern zugestellt.

Der Einzelpreis für ein Heft beträgt Euro 2,50 (zzgl. Versandkosten), der Preis für ein Jahresabonnement Euro 16,50 (inkl. Versandkosten), Redaktionsschluss ist jeweils der 10. des Vormonats.



## Tim Haller

Buxtehuder SV/Team BEB

### Kämpfernatur mit festen Zielen

Flink und mit wachem Blick flitzt Tim Haller über das Spielfeld. Schlägt er den Ball eben noch von der Grundlinie aus zu seinem Gegner, ist er im nächsten Moment schon am 1,55 Meter hohen Netz und schmettert den Ball in Höchstgeschwindigkeit auf die andere Seite. Der Para Badmintonspieler gibt Vollgas, legt in jedem Training all seine Energie in jeden einzelnen Schlag und powert sich so richtig aus. Bis zu 420 Stundenkilometer schnell wird so ein Ball im Spiel. „Ich möchte ordentlich gefordert werden, und dass niemand Rücksicht auf mein Handicap nimmt. Im Turnier spielt ja schließlich auch jeder auf die Schwächen des Gegners“, sagt der 25-Jährige vom Buxtehuder SV/Team BEB selbstbewusst. Und wenn sich am nächsten Tag ein Muskelkater bemerkbar macht, „dann war es ein gutes Training“.

Seit 15 Jahren ist die Sportart Badminton ein bedeutender Teil in Tim Hallers Leben, seit 2011 ist er im Para Badminton aktiv. Zuvor hatte er Fußball, Handball und Snowboard fahren ausprobiert. Doch

im Mannschaftssport fand Tim Haller nicht seinen Platz, er ist eher der Einzelkämpfer. So wurde die Leidenschaft der Mutter schließlich auch zu seiner. „Ich habe es einfach mal ausprobiert und schnell einen Leistungssprung gemacht“, sagt der Athlet, der seit seiner Geburt mit einer rechtsseitigen Spastik, an Taubheit grenzender Schwerhörigkeit sowie einer Lerneinschränkung lebt. Bereits nach etwa zwei Jahren wurde der Buxtehuder Kreismeister im Landkreis Stade. Ein Grund für diesen schnellen Erfolg: „Ich will einfach immer jeden Ball erreichen und staune manchmal selbst, was ich alles schaffe“, sagt er. Mit diesem Ehrgeiz wurde er 2012 Deutscher Vizemeister im Einzel, Europameister 2012 im Doppel und gewann 2018 EM-Bronze im Einzel.

### Hallenschließung für Grundlagen genutzt

Welche Kämpfernatur in dem jungen Mann steckt, wurde schon kurz nach seiner Geburt deutlich. Sechs Wochen zu früh geboren, war sein Zustand einige Zeit lang labil. Doch die Ärzte konnten nach drei Wochen Entwarnung geben. „Tim ist ein Kämpfer, der schafft das.“ Und das wurde gewissermaßen zu seinem Lebensmotto. Sein Biss hilft ihm bis heute, sein Ziel nicht aus den Augen zu verlieren. Obwohl die Paralympics 2020 in Tokio verschoben wurden und über den Sommer auch keine anderen Turniere stattfanden, hat Tim Haller es geschafft, sich fit zu halten. Er kann der turnierlosen Zeit sogar etwas Gutes abgewinnen. „Ich konnte im Sommer einfach mal runterkommen und mich mit mehr Ruhe auf das Training konzentrieren.“ Zum Vergleich: 2019 hat er insgesamt elf internationale Turniere gespielt. Die Reisen und die jeweilige Zeitverschiebung kommen zur sportlichen Belastung jedes Mal hinzu. Im sogenannten „Corona-Sommer“ gab es hingegen eher die Herausforderung, die Fitness nicht zu verlieren. „Mit Laufen und Krafttraining habe ich meine Grundlagen verbessert - bis Juni konnte ich mich mit meinem Trainer viel über Skype austauschen“, blickt Tim Haller zurück. Seit das Hallentraining wieder möglich ist, darf er zudem jede Woche Montag und Dienstag das Stützpunkttraining in Hannover in Anspruch nehmen. Möglich wird das durch die Stiftung Deutsche Sporthilfe, die es ihm erlaubt, seine wöchentliche Arbeitszeit als Fahrzeugaufbereiter entsprechend zu reduzieren. „An diesen beiden Tagen kann ich mich voll auf den Sport konzentrieren“, freut sich der Spieler.

### Vorbild für Jugendliche

Seit Tim Haller Mitglied im Perspektivkader des Deutschen Behindertensportverbandes ist, hat er vor allem in Sachen Technik große Fortschritte gemacht. „Es ist toll, wenn ich ein Gefühl für die Technik bekomme und sie im Spiel gut umsetzen kann“, sagt er. Einmal hat er nach einem Lehrgang mit einer unerwartet neuen Bewegung beinahe seine Heimtrainerin „erschlagen“, wie er schmunzelnd sagt. Mit seiner positiven Einstellung und seiner Zielstrebigkeit ist Tim Haller ein großes Vorbild für die Jugendlichen in seinem Verein. Als Jugendtrainer kann er dem sportlichen Nachwuchs das Spiel aus seinen Erfahrungen heraus beibringen und ihnen auch mal persönliche Tricks verraten. Die Trainertätigkeit stellt er bis zu den Paralympics erst einmal zurück. „Ich schaue aber schon, was die Jugendlichen so machen und gebe ihnen auch Tipps“, sagt Tim Haller.

Viel Zeit für Hobbys bleibt dem 25-Jährigen neben Arbeit und Training nicht. Dennoch: „Ich bin ein absoluter Naturmensch und surfe und zelte gern“, sagt Tim Haller. Bald möchte er sich ein E-Mountainbike zulegen, um sich einen sportlichen Ausgleich zu schaffen. Aber auch wenn er gern Neues ausprobiert, bleibt Tim Haller seinem sportlichen Ziel auf jeden Fall treu.

Text: Heike Werner/Fotos: Das Fahrgastfernsehen./Martin Bargiel



## Anna Lena Henning

RSC Osnabrück /Team BEB

### Rollstuhlbasketball - eine Perspektive für das Leben

Anna-Lena Hennig hat Biss. In den Zweikämpfen kann ihr so leicht keiner das Wasser reichen. Hochkonzentriert arbeitet sie gegen ihren Trainingspartner, der zwischen zwei Linien auf dem Boden versucht, an ihr vorbeizukommen. Links-rechts-Drehungen, Abstoppen, schnelle Reaktionen – es rappelt ordentlich, wenn die Rollstühle ineinanderkrachen. Ballhandling, Ausdauer und Krafttraining sind weitere Inhalte, die ihre Trainingseinheiten füllen. Die 21-Jährige mit einer spastischen Diparese ist Mitglied im Team BEB und spielt in der U25-Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft der Damen sowie mit dem BBC Münsterland in der 1. Bundesliga. Auf Position eins verteilt sie die Bälle und trägt dadurch die Verantwortung für die Umsetzung der Strategie und den Spielfluss. Schnelle Entscheidungen zu treffen, bedeutet für sie Herausforderung und Einflussmöglichkeit zugleich.

### Das Spiel verzeiht keine Nachlässigkeit

„Ein Spiel kann sich innerhalb von Sekunden vollständig verändern“, betont Anna-Lena Hennig. Eine Erfahrung, die sie schon mehrfach gesammelt hat. So wie im Spiel um den Einzug ins Viertelfinale bei der Weltmeisterschaft in Thailand 2019. „Wir haben bis kurz vor Schluss geführt und den Sieg dann doch noch hergegeben“, erinnert sie sich. „Dieser extrem schnelle Sport verzeiht einfach keine Nachlässigkeit.“ Nicht zuletzt das ist der Grund für die talentierte Athletin, intensiv an ihren individuellen Fähigkeiten zu arbeiten. Aufgrund ihrer Behinderung muss sie im Vergleich zu ihren Team-Kolleginnen in einigen Bereichen mehr investieren. „Meine Koordination und meine Balance sind schlecht“, nennt sie die zwei wesentlichen Herausforderungen. Anna-Lena Hennig kam vier Monate zu früh zur Welt und erlitt bei der Geburt einen Schlaganfall. Dieser schädigte den Bereich im Gehirn, der für die Motorik der Beine zuständig ist. „Das wurde aber erst entdeckt, als ich fünf Jahre alt war. Bis dahin meinten die Ärzte, dass ich einfach ein bisschen länger brauche als andere Kinder.“ Bis zum Alter von acht Jahren wurde sie mehrfach operiert, um die stark verkürzten Muskeln in den Beinen zu verlängern. „Mit Rollator und Orthesen konnte ich dann laufen bis ich 13 war, aber die Pubertät hat alles wieder verschlimmert.“ Am Ende gab es zum Rollstuhl keine Alternative, auch wenn sich das Mädchen damals „mit Händen und Füßen dagegen gewehrt“ hat, wie sie sagt. Als der Arzt ihr empfahl Sport zu treiben, begann sie sich langsam mit dem Rollstuhl zu arrangieren. 2013 hat Anna-Lena Hennig in einer Reha-Klinik Rollstuhlbasketball kennen und kurz darauf bei der RSG Langenhagen lieben gelernt. „Dafür bin ich heute noch sehr dankbar“, betont sie. Sie hatte ihre Sportart gefunden und bewies Talent. 2016 zog sie ins Lotto-Sportinternat und spielte seitdem für Hannover United in der zweiten Mannschaft. Im Januar 2020 folgte der Wechsel nach Osnabrück. „Dort konnte ich auf meiner Position mehr Spielzeit bekommen und mich besser entwickeln“, erklärt sie und blickt dennoch ein bisschen wehmütig auf ihre Hannover-Zeit zurück.

### Niemals im Stillstand

Der Sport ist für Anna-Lena Hennig von unschätzbarem Wert. Als sie an einer Essstörung erkrankte, unterstützten ihre Familie, ein Netzwerk aus Ärzten und Psychologen und ihr sportliches Umfeld die junge Sportlerin intensiv. Aber auch die Perspektive, bei der WM in Thailand im Aufgebot zu stehen, trug zur Stabilisierung bei. „Der Sport hat mir Hoffnung gegeben. Spätestens mit dem Einstieg ins Flugzeug wollte ich die Krankheit abschließen. Für den Sport muss und will ich einfach gesund bleiben“, sagt sie nachdrücklich. Auch körperlich hilft ihr der Rollstuhlbasketball ganz entscheidend. „Auf lange Sicht wirkt sich das Training positiv auf meine Spastik in Armen und Beinen aus. Allerdings muss ich zugleich aufpassen, dass ich nicht zu viel mache, weil die Spastiken dann nachts kommen.“ Bei acht bis neun Trainingseinheiten pro Woche ist es unter anderem dieser Balanceakt, der Anna-Lena Hennig vorantreibt. Und noch mehr: „Rollstuhlbasketball ist schnell und niemals im



Stillstand. Die Technik und die Spieler entwickeln sich ständig weiter. Dementsprechend bist du in deiner Entwicklung nie fertig“, erläutert sie.

Zuletzt hat die COVID-19-Pandemie diese Entwicklungsmöglichkeiten stark ausgebremst. Weil mit dem zweiten Shutdown alle unteren Ligen den Spielbetrieb einstellten und auch kein Team-Training mehr erlaubt war - so auch beim RSC Osnabrück -, ist Anna-Lena Hennig seit Januar beim BBC Münsterland aktiv. Kraft und Ausdauer lassen sich zwar auch zu Hause gut trainieren. Aber die Einheiten in der Gemeinschaft sind für die 21-Jährige enorm wichtig. „Das Team-Training dreimal pro Woche gibt mir mein sportliches Leben und meine Struktur wieder. Außerdem kann ich hier wertvolle Erfahrungen sammeln.“ Und mit dieser Perspektive blickt sie der neuen Saison erwartungsvoll entgegen.

Text: Heike Werner/Fotos: Das Fahrgastfernsehen./Martin Bargiel





## Flora Kliem

ASC Göttingen/Team BEB

### „Nur wenn ich das Beste draus mache, kann es schön werden“

Er sieht imposant aus, der Bogen, den Flora Kliem zu Beginn des Trainings zusammenbaut. Da wird geschraubt, gespannt und diverses Zubehör verstaut. Drei Kilogramm wiegt das Sportgerät am Ende. Köcher, neun Pfeile aus Aluminium, Sehne, Stabilisator und Schusszähler gehören dazu. Und nicht zu vergessen, das Schaf, das am Schaft von Erwin - so heißt der Bogen - baumelt, seit Flora Kliems Patentante es ihr geschenkt hat. Die langen Haare werden mit einem Zopf Gummi gebändigt, und wenige Sekunden später ist die 22-Jährige vom ASC Göttingen /Team BEB hoch konzentriert. 18 Meter entfernt steht die Scheibe in der Vereinssporthalle, der Durchmesser des 10er-Rings beträgt gerade einmal vier Zentimeter und 12,2 Zentimeter, wenn sie draußen über 70 Meter schießt. Und Flora Kliem trifft. Sie ist eine der besten Para-Bogenschützinnen Deutschlands, wurde schon zweimal Deutsche Meisterin und Dritte bei den Berlin Open im Jahr 2019. Letzteres vollkommen unerwartet, wie sie selbst immer wieder verwundert feststellt. Schließlich war es ihr erstes internationales Turnier. Im Halbfinale wurde sie noch „einfach so weggeputzt“, wie sie es etwas flapsig formuliert. Im Duell um

Platz drei ging es - spannender konnte es nicht werden - bis ins Stechen. „Da standen beim entscheidenden Schuss plötzlich alle Zuschauer auf.“ Flora Kliem behielt die Nerven.

Der Bogensport und der ASC Göttingen sind für Flora Kliem ein Zuhause geworden. Seit ihrem Unfall im Jahr 2013, durch den sie ein Polytrauma an Rücken und Beinen erlitt und seit dem sie einen Rollstuhl nutzt, hat sich im Leben der jungen Frau so gut wie alles verändert. Der Umzug von Berlin nach Göttingen mit 18 Jahren, die neue Schule, die sportliche Umstellung auf das Bogenschießen - Flora Kliem hat mit dem Prozess, sich mit der Behinderung zu arrangieren, ein neues Leben begonnen. „Es war von Anfang an keine Option zu sagen, ich habe keinen Bock mehr. Nur wenn ich das Beste aus der Situation mache, kann es auch schön werden“, sagt sie. Charakterlich habe sie sich sehr verändert. „Ich gebe nicht mehr so schnell auf.“ Für eine mentale Präzisionssportart, wie das Bogenschießen, eine unabdingbare Voraussetzung.

### 170 Schuss in der Wohnung

Der Sport und die Gemeinschaft im Verein wirken sich in vielerlei Hinsicht sehr positiv aus. Zum einen auf Flora Kliems psychische und körperliche Stärke. „Es wird mir hier aber auch sehr leicht gemacht, mal Hilfe anzunehmen.“ Als die Beschränkungen aufgrund der COVID-19-Pandemie das Vereinstraining unmöglich machten, wurde ihr kurzerhand eine Zielscheibe in die Wohnung gestellt. „Dadurch konnte ich meine Muskulatur und die Technik erhalten, sonst hätte ich irgendwann wieder von vorn angefangen“, erklärt sie. Darüber hinaus hat das Training ihr dabei geholfen, eine Tagesstruktur aufrechtzuerhalten. Dennoch versucht die 22-Jährige vor allem, etwas „lockerer“ durch die Pandemiezeit zu kommen. „Es gibt zurzeit so viele Herausforderungen und Situationen, mit denen ich zurecht kommen muss, da versuche ich im Training etwas gnädiger mit mir zu sein, wenn es mal nicht so läuft“, sagt sie. Immer mit dabei: eine große Portion Humor und eine stets positive Einstellung.

Nachdem Flora Kliem 2020 ihr Abitur bestanden hat, studiert sie nun Grundschulpädagogik an der Universität Kassel. Während des ersten Semesters ausschließlich online. Dadurch hat sie nach wie vor Zeit für das Training, das sie „nie ausfallen lassen würde“, wie sie betont. Im Sommer steht sie fünfmal pro Woche auf dem Bogenplatz, im Winter geht es normalerweise drei- bis viermal in die Halle. Pro Einheit absolviert sie 150 bis 170 Schuss. Hinzukommen Kraftübungen, um die Muskulatur in den Schultern auszugleichen. Zudem betreut Flora Kliem Anfängerkurse in der Rehaklinik, was ihr unglaublich viel Spaß macht. „Es ist schön zu sehen, dass ich vor allem zu Kindern sofort einen Zugang habe“, freut sich die Bogenschützin. Motivation genug, um später vielleicht einmal eine Übungsleiter-Lizenz zu absolvieren.

### Noch viel zu entdecken

Die größte Motivation zieht Flora Kliem aus ihrer Familie und aus Freundschaften. Und ganz besonders auch aus der Erkenntnis, „dass ich alles schaffen kann“. „Ich war nach dem Unfall so weit unten, und jetzt bin ich so weit oben. In den letzten Jahren ging es nur bergauf, und es gibt noch so viel, was ich entdecken kann“, sagt sie strahlend. So ist es nicht verwunderlich, dass Flora Kliem ihr sportliches Ziel klar formuliert: „Die Paralympics 2024 in Paris wären toll.“ Und auf dem Weg dorthin wird sie nicht nur durch Erwin und das Schaf begleitet, sondern auch von der Gemeinschaft im Verein unterstützt.

Text: Heike Werner/Fotos: Das Fahrgastfernsehen./Martin Bargiel



## Jered Müller

S. C. Hellas Einbeck

### Schwimmen ist mehr ...

Wenn Jered Müller durch das Becken krault, ist er im wahrsten Sinne des Wortes in seinem Element. Mit kräftigen Armzügen gleitet er durch das kühle Nass, dreht eine Rollwende und befindet sich schon wieder auf dem Rückweg. Sein schlanker Körper mit den kräftigen Schultern scheint regelrecht mit dem Wasser zu verschmelzen. Seit er im Alter von sechs Jahren das Seepferdchenabzeichen gemacht hat, ist der inzwischen 17-jährige Para Schwimmer vom S.C. Hellas Einbeck aus dem Becken kaum noch herauszubekommen. „Im Wasser geht es mir körperlich einfach viel besser als an Land“, sagt er. „Das kühle Wasser ist gut für meine Gelenke, und ich habe weniger Schmerzen!“

Mit seiner Einschulung begannen bei Jered Müller die ersten Symptome einer Rheumaerkrankung. Oligoarthritis extended wurde daraufhin diagnostiziert. Eine chronische Entzündung, von der bei dem Para Schwimmer vor allem Hüften, Knie, Sprung- und Handgelenke sowie zeitweise kleinere Gelenke wie Finger betroffen sind. Hinzukommt eine sogenannte Fibromyalgie, ein Schmerzverstärkungssyndrom. Was so kompliziert klingt, ist es auch. Vor allem die Behandlung der Krankheit erfordert einen vielseitigen Therapieplan. Neben schmerz- und entzündungshemmenden Medikamenten bekommt er regelmäßig Physiotherapie, übt sich in autogenem Training, lässt sich durch eine Klangtherapie behandeln und versucht nach Möglichkeit, Trubel und große Menschenansammlungen zu meiden. Denn auch die Psyche hat Auswirkungen auf das Schmerzempfinden. Immer wieder hat er Schübe, in denen die Symptome besonders stark werden. Das erzwingt oft Trainingspausen. Doch Jered Müller lässt sich von den immer wiederkehrenden Rückschlägen nicht aus der Bahn werfen. „Grundsätzlich bin ich so lange voll dabei, bis es wehtut, und passe meine Pausenzeiten entsprechend an“, sagt er.

### Mit zwölf schon Trainerassistent

Drei- bis viermal pro Woche zieht Jered Müller im Becken seine Bahnen. 500 Meter Einschwimmen, Technikübungen für die vier verschiedenen Lagen und spezielle Übungen für die Beine gehören dazu. Doch nicht nur das eigene Training ist für den 17-Jährigen ein wichtiger Bestandteil seines Alltags. Bereits im Alter von zwölf Jahren hat er seiner Trainerin in der Gruppe mit den jüngeren Schwimmern assistiert. Als diese später aufhörte, übernahm er kurzerhand die Gruppe und gründete zudem im S.C. Hellas Einbeck die Para Schwimmgruppe. Nach und nach wurde daraus die Sparte „Para Schwimmen“. So ist Jered Müllers Ziel, im Frühjahr die Trainer C-Ausbildung Breitensport zu absolvieren, nur der logische nächste Schritt. Im Herbst soll dann der Trainer C Leistungssport folgen.

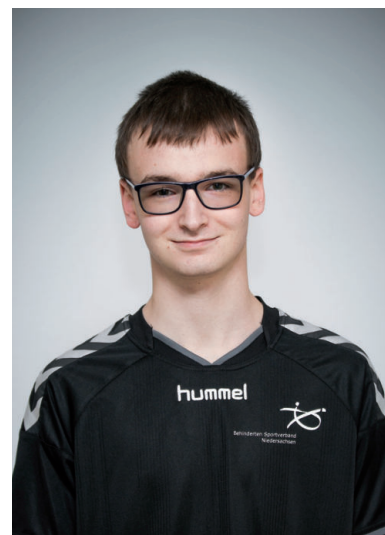
Bei diesem Engagement überrascht es nicht, dass Jered Müller auch regelmäßig als Kampfrichter im Einsatz ist. Wobei in dieser Hinsicht das Jahr 2020 durch die COVID-19-Pandemie ein ruhiges war. Schwerer wog jedoch, dass der Athlet wochenlang nicht schwimmen konnte. Doch er hat es auch ohne Wasser geschafft, einigermassen fit zu bleiben. „Ich war regelmäßig mit meinem Hund Magnus draußen.“ Der Dackelmischling spielt eine bedeutende Rolle in Jered Müllers Leben. „Er ist einfach immer da, vor allem, wenn es mir nicht so gut geht.“ Dann liegt Magnus eng bei dem 17-Jährigen und lässt ihn keine Sekunde aus den Augen. Die beiden verbindet nicht nur blindes Verständnis, sondern auch die Leidenschaft für Wasser. „Magnus hat sogar einen eigenen Pool in unserem Garten.“

### Größte Motivation: Spaß und Gesundheit

Insgesamt ist der Einbecker glücklich, auf soviel Unterstützung in seinem Leben bauen zu können. Seine Eltern, seine Trainer und auch seine Freunde - ohne dieses große funktionierende Netzwerk wäre es für Jered Müller wesentlich schwieriger, seine sportliche Leidenschaft zu leben. „Schon mit zehn bin ich bei der Internationalen Deutschen Meisterschaft in Berlin geschwommen. Das ist seitdem meine absolute Lieblingsveranstaltung.“ Was seine sportlichen Ziele angeht, ist der Schwimmer indes zurückhaltend. „Ich habe immer eher eine Zielzeit als eine Platzierung, die ich erreichen möchte. Über 100 Meter möchte ich endlich mal die Minute knacken und über 50 die 28-Sekunden-Marke.“ Seine größte Motivation, um sich vielfältig für das Schwimmen einzusetzen, ist und bleibt aber der Spaß daran und die Gesundheit. Das Schwimmen wirkt in jeder Hinsicht wie eine Therapie, nicht nur körperlich.



„Ich bekomme im Wasser einfach den Kopf frei. Und wenn ich als Trainer am Beckenrand stehe und weiß, wovon ich rede, gibt mir das auch eine Menge Selbstbewusstsein.“ Sein Titel bei den Deutschen Jugendmeisterschaften 2018 und die Zugehörigkeit zum Nachwuchskader 2 des Deutschen Behindertensportverbandes bedeuten ihm zwar auch eine Menge und machen ihn sehr zufrieden. „Doch letztlich ist Schwimmen einfach viel mehr, als von Beckenrand zu Beckenrand zu schwimmen. Text: Heike Werner/Fotos: Das Fahrgastfernsehen./Martin Bargiel





## Angelina Salli

PSV Hannover

### Durch Judo zu Respekt und Feingefühl

„Ich bin ein Multitalent“, sagt Angelina Salli über sich selbst. Und sobald die junge ID-Judoka ihre Nervosität abgelegt hat, wird deutlich, was sie damit meint. Es gibt so viele Themen, über die die 22-jährige gerne spricht. Ihre Interessen sind vielseitig, und sie erzählt so lebhaft und redegewandt davon, dass ihre geistige Einschränkung, mit der sie zur Welt kam, zunächst gar nicht auffällt. Sie lebt beim Nähen ihre Kreativität aus und backt am liebsten Papageienkuchen – „aber ohne Papagei“, wie sie schmunzelnd betont. Kochen, Konzerte besuchen, Tanzen, Fotografie aber auch die Bewegung spielen in ihrem Leben eine große Rolle. Denn neben dem Judo-Training zweimal pro Woche, geht sie am Wochenende ins Fitnessstudio, um ihre Kraft zu trainieren, und besucht Zumba-Kurse. Mountainbike fahren - „im Sommer am liebsten durch den Wald“ - ist eine weitere ihrer Leidenschaften. Angelina Salli scheint keine Langeweile zu kennen.

Seit 2017 ist Angelina Salli bei den Hannoverschen Werkstätten in der Tischlerei tätig. „Ich habe schon Kaninchenställe gebaut“, erzählt sie stolz. Überhaupt ist die kräftige junge Frau eher der handwerkliche Typ. Lesen, Schreiben und Rechnen fallen ihr schwer. Auch ihre Merkfähigkeit ist nicht gut ausgeprägt, vor allem, wenn es um Zeiträume und Zahlen geht. Dennoch versucht die fröhliche Sportlerin im Alltag so selbständig wie möglich zu sein. Ihre Mutter unterstützt und fördert sie dabei nach Kräften, übt mit ihr Wege ein, bis Angelina Salli diese eigenständig bewältigen kann. Bus und Bahn fahren klappen in der Stadt Hannover inzwischen sehr gut. Den Umgang mit dem Computer und dem Handy hat sich die junge Frau hingegen weitestgehend selbst beigebracht. Hilfsmittel, wie Online-Videos, weiß sie zu nutzen.

### Die eigenen Grenzen verschieben

Wichtig sind für Angelina Salli feste Bindungen. „Wenn diese wegfallen, leidet sie sehr“, sagt ihre Mutter. So erstaunt es nicht, dass die Judoka schon seit fast zehn Jahren beim Polizei-Sportverein Hannover (PSV) trainiert. Beim TuS Bothfeld hat sie als Kind ihre sportliche Grundausbildung genossen. Sie entwickelte sich so gut, dass ihr im Training irgendwann gleichstarke Gegner\*innen fehlten und damit die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten zu erweitern. Seit ihrem Wechsel zum PSV kann sie nun auch im Training mit Partner\*innen kämpfen, die sie herausfordern. „Lisa motiviert mich besonders“, sagt die Trägerin des blauen Gürtels über ihre Trainingspartnerin. Und wer die beiden ineinander verkeilt und mit hochroten Köpfen kämpfen sieht, kann das sofort nachvollziehen.

Wohin diese Motivation führen kann, zeigen ihre bisherigen Teilnahmen an den Special Olympics in Hannover und Bremen, die Ehrung „Sportler des Jahres“ beim früheren Oberbürgermeister Stephan Schostok und nicht zuletzt der Europameistertitel im Jahr 2019 in der Klasse über 78 Kilogramm. Angelina Salli hat schon einiges in ihrer sportlichen Karriere erlebt und weiß auch das Drumherum der jeweiligen Veranstaltung zu nutzen. „Als wir bei den Internationalen Deutschen Einzelmeisterschaften in Berlin waren, bin ich zum ersten Mal durch das Brandenburger Tor gegangen. Das war toll!“, sagt sie strahlend. Und wenn sie an ihre Begegnung mit dem Gewinner der olympischen Bronzemedaille in London 2012 Dimitri Peters beim Jugend-Länder-Cup denkt, gerät sie fast ins Schwärmen. „Er ist so groß und kann so gut kämpfen. Und er ist mein Vorbild. Er hat mir sogar ein Autogramm auf meiner Jacke gegeben und mir die Hand geschüttelt. Da war ich sehr glücklich.“

### Ziel schwarzer Gürtel

Der Judo-Sport hat Angelina Salli in ihrer Entwicklung schon immer sehr gefördert. Sie ist groß und kräftig und konnte als Kind ihre Energie und Kraft schlecht einschätzen und kanalisieren. Beim Judo hat sie gelernt, ihre eigenen Stärken wahrzunehmen, ein Feingefühl für ihre Gegnerinnen zu entwickeln und im Kampf den nötigen Respekt und Abstand einzuhalten. „Sie hat vor allem gelernt, sich fair zu wehren und zu verteidigen“, betont ihre Mutter. Dennoch: „Ich kann beim Judo meine Wut und angestaute Energie rauslassen“, sagt die Trägerin des blauen Gürtels. Mit dieser Energie und ihrer Zielstrebigkeit geht sie ihre Ziele an: „Ich möchte gern an vielen Lehrgängen teilnehmen und irgendwann den schwarzen Gürtel schaffen.“ Ein großer Traum wäre zudem die Teilnahme an den Weltmeisterschaften.

Text: Heike Werner/Fotos: Das Fahrgastfernsehen./Martin Bargiel





# Lukas Schwechheimer

VfL Wolfsburg/Team BEB

## Eine sensationelle Entwicklung

Der Weg, den Lukas Schwechheimer geht, ist nicht unbedingt geradlinig, aber er ist gründlich überlegt. Was zuweilen ein wenig nach „mit der Brechstange“ aussieht, hat Wirkung. Auf ihn selbst, aber auch auf die Menschen in seiner Umgebung. Das begann in sportlicher Hinsicht im Jahr 2011, als er gefragt wurde, ob er nicht mal bei der Para Leichtathletik des VfL Wolfsburg vorbeischauchen wolle. „So aus Spaß“ sei er dann zum ersten Training gegangen, erinnert sich der 21-Jährige. Daraus wurde relativ schnell der Spaß an der Sportart. Gepaart mit einer großen Portion Talent und Trainingsfleiß geriet er in die Erfolgsspur und wurde 2015 Doppel-Juniorenweltmeister im Kugelstoßen und Diskuswurf. Doch die Freude über den Erfolg war für den Athleten vom VfL Wolfsburg/Team BEB nicht wirklich nachhaltig. Obwohl er mit seinem Umzug ins Lotto-Sportinternat in Hannover optimale Schul- und Trainingsbedingungen vorfand. „Ich habe mich in meinem Körper nicht wohl gefühlt und hatte auf einmal keinen Spaß mehr am Kugelstoßen und Diskuswurf. Ich stand einfach nicht mehr dahinter“,

erinnert er sich. Mit der Para Leichtathletik aufzuhören, kam nicht in Frage. Stattdessen wagte er nach reiflicher Überlegung den Wechsel zum Sprint, für den er als Werfer allerdings zu viel Gewicht mitbrachte. Die Folge: 20 Kilogramm Gewichtsverlust innerhalb kürzester Zeit – Lukas Schwechheimer war kaum wiederzuerkennen. „Ich habe mich in dieser Zeit auch persönlich weiterentwickelt“, betont er. Aus dem introvertierten Jugendlichen ist ein redogewandter junger Mann geworden. Und auch die Leistungssteigerung war grandios. Innerhalb von drei Jahren hat er seine 200-Meter-Bestzeit um sage und schreibe zehn Sekunden verbessert, läuft inzwischen in der nationalen Spitze mit und ist auch international unter den Top Ten bei den Junioren. „Eine sensationelle Entwicklung“, bescheinigt ihm Landestrainerin Catherine Bader, die ihm auch im Weitsprung konkurrenzfähige Weiten voraussagt. „Lukas ist diesbezüglich zwar ein Trainingsanfänger, bringt aber durch seine Schnelligkeit sehr gute Voraussetzungen mit.“

## „Ich möchte mich auf Menschen einlassen“

Lukas Schwechheimer lebt mit einer spastischen Hemiparese - einer linksseitigen unvollständigen Lähmung in Arm und Bein. Ausgelöst wurde sie durch einen Schlaganfall noch vor seiner Geburt, diagnostiziert aber erst, als der Junge etwa zweieinhalb Jahre alt und sein Gangbild auffällig war. Seinen Bewegungsdrang dämpfte die Krankheit nie. „Schon mit fünf Jahren stand ich im Fußballtor“, sagt er. Einzig die Kontrolle seiner Emotionen sei ihm früher schwergefallen. Die Ursache: eine Vernarbung der Neuronen, die für die emotionale Steuerung zuständig sind. „Früher hatte ich regelrecht Angst vor dieser extremen Wut. Heute habe ich zwar noch Respekt davor, erkenne aber inzwischen die ersten Anzeichen und kann darauf reagieren.“ Das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ), das er aktuell absolviert, stellt ihn diesbezüglich ab und zu vor eine Herausforderung. „Ich arbeite mit zum Teil schwer eingeschränkten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Da kommt es manchmal zu Situationen, die ich nur schwer verarbeiten kann.“ Dann braucht er einen Rückzugsort. Zugleich sind ihm diese Erfahrungen wichtig. „Es zeigt mir, dass es auch Menschen gibt, die mit ihren Einschränkungen nicht selbständig leben können. Auf sie möchte ich mich einlassen und ihnen helfen.“ Die Idee für das FSJ entstand während der COVID-19-Pandemie und durch die Anregung seiner Mutter, die als Reittherapeutin arbeitet. „Ich wollte etwas Soziales machen, das nichts mit Sport zu tun hat, um meinen Horizont zu erweitern.“

## Ein eigener Krafraum

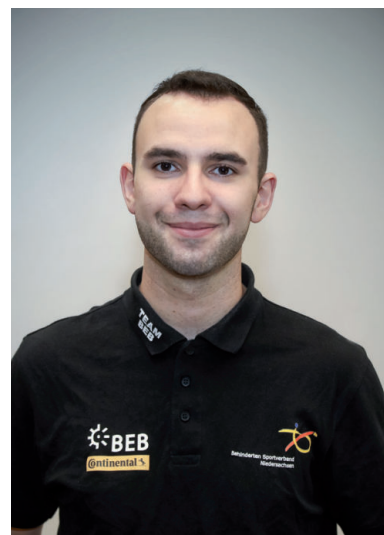
Seine sportlichen Ziel verliert Lukas Schwechheimer indes nicht aus den Augen. Während des ersten Shutdowns hielt er sich zusammen mit seinem Vater fit, der sich zu Hause einen eigenen Krafraum zusammengestellt hatte. In Kombination mit Dauerläufen konnte der Athlet die acht Wochen ohne Training am Sportleistungszentrum sowie die Schließung des Lotto-Sportinternats in Hannover gut überbrücken.



## Die Wahl: Bestätigung und Würdigung

Über die Nominierung zur Wahl „Behindertensportler\*in des Jahres 2021“ freut sich Lukas Schwechheimer sehr. „2015 stand ich mir trotz meiner Erfolge selbst im Weg. Inzwischen bin ich mit mir im Reinen. Ich empfinde die Nominierung als Bestätigung für meinen Weg und eine Würdigung für meine Leistungen und Ziele.“ Und natürlich als Motivation. Im Juni stehen die Europameisterschaften an, bei denen der Nachwuchskaderathlet im Juniorenteam auf sich aufmerksam machen kann. „In jedem Fall will ich 2021 beweisen, dass ich stetig meine Form verbessern und national und international vorn dabei sein kann.“ Sein Fernziel Paralympics 2024 in Paris hat er dabei fest im Blick

Text: Heike Werner/Fotos: Das Fahrgastfernsehen./Martin Bargiel





Behinderten Sportverband  
Niedersachsen

Partner:



**SPORTBUZZER**

Das  
Fahrgastfernsehen.

Förderer:



**ProSenis**

Niedersächsische  
**LOTTO-SPORT-STIFTUNG**  
Bewegen · Integrieren · Fördern



# Abstimmen und gewinnen!

Wählen Sie vom 12. Februar bis zum 10. März 2021  
auch im Internet: [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)



**Tim Haller**



**Anna-Lena Hennig**



**Flora Kliem**



**Jered Müller**



**Angelina Salli**



**Lukas Schwechheimer**

Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover  
Tel (05 11) 1268 5101  
Fax (05 11) 1268 45100  
Email: [info@bsn-ev.de](mailto:info@bsn-ev.de)  
Homepage: [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)

# Behindertensportler\*in des Jahres 2021

Partner: Hallo Niedersachsen, NDR 1 Niedersachsen, Sportbuzzer und Das Fahrgastfernsehen.  
Förderer der Wahl: AUCOTEC, Hannoversche Volksbank, Lotto Niedersachsen, Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung, ProSENI und Volkswagen Sportkommunikation.

Die Proklamation „Behindertensportler\*in des Jahres“ findet am 17. Juni 2021 in Hannover statt.

## Abstimmen und gewinnen!



### 1. Preis

**LOTTO Niedersachsen**  
Urlaub im Hotel Residenz  
Heinz Winkler im Chiemgau

### 2. Preis

**TUI Deutschland**  
TUI MAGIC LIFE Candia Maris,  
Vier-Sterne-Hotel, Heraklion,  
Kreta, 7 Tage Aufenthalt für  
2 Personen im DZ, Flug und  
Transfer

### 3. Preis

**Hannoversche Volksbank**  
iPad Air 256 GB, Wi-Fi + Cellular

### 4. Preis

**ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt:** Reisegutschein im Wert von € 1.000.-

### 5.–6. Preis

**AUCOTEC:** Je ein Aktiv-Wochenende für 2 Personen mit 2 Übernachtungen im Doppelzimmer im 4-Sterne „relexa hotel Harz-Wald“ in Braunlage

### 7. Preis

**GOP-Entertainment-Group:** Ein Varietébesuch für 2 Personen im GOP-Varieté in München mit Übernachtung

### 8. Preis

**Continental:** Einladung für 2 Personen für ein ADAC-Fahrsicherheitstraining mit einer Übernachtung im Doppelzimmer inkl. Frühstück im 4-Sterne-Hotel in Hannover

### 9.–11. Preis

**Hallo Niedersachsen und NDR 1 Niedersachsen:** Jeweils 2 Eintrittskarten für ein Konzert nach Wunsch der NDR Radiophilharmonie

### 12. Preis

**ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt:** Gutschein für ein ADAC-Fahrsicherheitstraining „Individuell“ im Fahrsicherheitszentrum Hannover-Laatzten

### 13.–14. Preis

**Ole Siegel Sports:** Je ein Sportausrüstungsset von HUMMEL und ERIMA im Wert von € 150.-

### 15.–18. Preis

**Volkswagen Sportkommunikation:** Jeweils 2 x Businesskarten und 2 x Sitzplatzkarten für die Fußball-Bundesliga VfL Wolfsburg – Bayern München und VfL Wolfsburg – Borussia Dortmund

### 19.–20. Preis

**Hannover 96:** Jeweils zwei Business-Tickets für ein Fußball-Bundesligaspiel

### 21.–22. Preis

**TSV Hannover-Burgdorf:** „Match-Worn“ RECKEN Trikots mit Autogrammen der Spieler

### 23. Preis

**GOP-Entertainment-Group:** Exklusive Theaterführung und 2 Variétékarten für das GOP-Varieté in Hannover

### 24.–25. Preis

**Hannover 96:** Jeweils zwei Tickets für ein Fußball-Bundesligaspiel

### 26.–30. Preis

**GOP-Entertainment-Group:** Ein Variétébesuch für jeweils 2 Personen in einem GOP-Varieté

### 31.–33. Preis

**TK zu Hannover:** Jeweils 2 Eintrittskarten für die DBBL Basketball-Bundesliga: TK Hannover in den Playoffs und je 2 Fanschals.

### 33.–40. Preis

**Hannover United:** Jeweils 2 Eintrittskarten für die RBBL1 Rollstuhlbasketball-Bundesliga: Hannover United in den Playoffs.



### Tim Haller

**Buxtehuder SV/Team BEB**

Der 25-jährige Para-Badmintonspieler ist einer der Besten dieser schnellsten Ballsportart der Welt. 2018 wurde der schwerhörige Athlet mit einer rechtsseitigen Spastik EM-Dritter.



### Anna-Lena Hennig

**RSC Osnabrück/Team BEB**

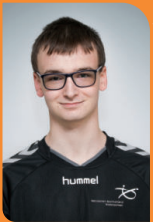
Die 21-jährige U25-Nationalspielerin mit einer spastischen Diparese übernimmt für ihr Team gern Verantwortung. An ihre sportliche Weiterentwicklung stellt sie sehr hohe Ansprüche.



### Flora Kliem

**ASC Göttingen**

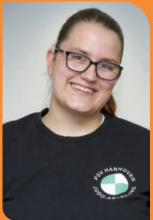
Von ihrem unfallbedingten Polytrauma an Rücken und Beinen lässt sich die 22-jährige Para-Bogenschützin nicht unterkriegen. Sie gewann zwei DM-Titel und wurde Dritte bei den Berlin Open 2019.



### Jered Müller

**S.C. Hellas Einbeck**

Von der Oligoarthritits extended und einer Fibromyalgie lässt sich der 17-jährige Para-Schwimmer nicht entmutigen. Neben seinem eigenen Training arbeitet er als Trainer und Kampfrichter.



### Angelina Salli

**Polizei-Sportverein Hannover**

Die 22-jährigen Judoka mit einer geistigen Behinderung schöpft durch ihren EM-Titel aus dem Jahr 2019 enorme Motivation. Eisern trainiert sie, um sich für die Weltmeisterschaften zu qualifizieren.



### Lukas Schwechheimer

**VfL Wolfsburg/Team BEB**

Trotz eingeschränkter Trainings und beruflicher Herausforderungen: Der 20-jährige Para-Leichtathlet mit einer spastischen Hemiparese behält sein Ziel im Auge: die Paralympics.

Teilnahmebedingungen:  
Einsendeschluss ist der 10. März 2021  
(Posteingang beim BSN)  
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover

Zur Online-Wahl:  
www.bsn-ev.de  
oder einfach  
QR-Code scannen



## Wählen Sie Ihre/n Favorit\*in

Absender\*in:

- Tim Haller
- Anna-Lena Hennig
- Flora Kliem
- Jered Müller
- Angelina Salli
- Lukas Schwechheimer

Telefon:

E-Mail:





### Tim Haller

#### Buxtehuder SV/Team BEB

Es ist die schnellste Ballsportart der Welt, und der 25-Jährige gehört im Para Badminton international zu den Besten. Der schwerhörige Athlet mit einer rechtsseitigen Spastik gibt immer Vollgas. Dank seines Ehrgeizes und seiner Schnelligkeit wurde er 2018 EM-Dritter. Seine Erfahrungen gibt er an die Jüngeren weiter und ist ihnen gern ein Vorbild.



### Anna-Lena Hennig

#### RSC Osnabrück/Team BEB

Die 21-Jährige ist U25-NationalspielerIn bei den Rollstuhlbasketball-Damen. Mit großem Talent und beständigem Streben nach Weiterentwicklung übernimmt sie in ihrem Team gern Verantwortung. Der Sport hat für die SpielerIn mit einer spastischen Diparese eine riesengroße Bedeutung. Er hilft ihr, motiviert und gesund ihre Ziele zu verfolgen und ihre Träume zu verwirklichen.

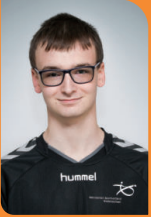


### Flora Kliem

#### ASC Göttingen/Team BEB

Von ihrem unfallbedingten Polytrauma an Rücken und Beinen lässt sich die 22-jährige Para-Bogenschiitzin nicht unterkriegen. Sie wurde schon zweimal Deutsche Meisterin und Dritte bei den Berlin Open 2019. Neben Studium und

Training gibt sie ihr Können und ihre Erfahrungen in Bogensport-Kursen in Reha-Kliniken weiter.

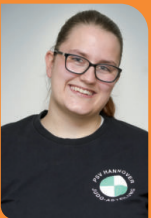


### Jered Müller

#### S.C. Hellas Einbeck

Höchst motiviert arbeitet der 17-jährige Para-Schwimmer an neuen Bestzeiten. Regelmäßig ist der junge Mann mit einer Oligoarthritis extended und einer Fibromyalgie aber auch als Trainer und Kampfrichter im Einsatz.

Von Rückschlägen lässt er sich nicht entmutigen und möchte zeigen, dass Schwimmen mehr ist, als von Beckenrand zu Beckenrand zu schwimmen.



### Angelina Salli

#### Polizei-Sportverein Hannover

Die 22-jährige Judoka mit einer geistigen Behinderung lässt sich in ihrer Zielstrebigkeit nicht bremsen. Kräfte kontrollieren, überschüssige Energie abbauen, das nötige Feingefühl für ihr Gegenüber – all das hat die

HannoveranerIn schon zu einem Europameistertitel gebracht. Eisern trainiert sie nun, um sich für die Weltmeisterschaften zu qualifizieren.



### Lukas Schwechheimer

#### VfL Wolfsburg/Team BEB

Kaum Wettkämpfe, eingeschränkte Trainingsmöglichkeiten, der Beginn eines Freiwilligen Sozialen Jahres: Für den 20-jährige Para-Leichtathleten mit einer spastischen Hemiparese waren die vergangenen Monate mit vielen

Herausforderungen gespickt. Doch der Sprinter und Weitspringer lässt sich in seiner Motivation nicht beirren. Sein Ziel: die Paralympics.



Behinderten Sportverband  
Niedersachsen

# Wahl Behindertensportler\*in des Jahres 2021 Mit VEREINTen Kräften mitmachen und gewinnen!

Im Rahmen der diesjährigen Wahl **Behindertensportler\*in des Jahres** werden junge, motivierte und ehrgeizige Sportler\*innen gewürdigt, die sich durch Trainingsfleiß und Engagement auszeichnen, eine tolle sportliche Entwicklung durchlaufen und sich auch während der Corona-Krise nicht von ihren sportlichen Zielen abbringen lassen.

Die Bedeutung dieser Wahl und damit die Würdigung der Nominierten hängen natürlich auch von einer möglichst hohen Beteiligung ab. Und hier sind die Mitgliedsvereine des BSN mindestens so gefragt wie die Bevölkerung.

## Deshalb lobt der BSN auch in diesem Jahr einen Wettbewerb aus:

Der Verein, der in seiner Kategorie die meisten Stimmkarten einsendet, gewinnt jeweils vier Eintrittskarten der GOP-Entertainment Group für einen Besuch in einem GOP-Theater-Varieté seiner Wahl.

- Es können nur gesammelt eingesandte Stimmkarten gewertet werden, die Verteilung auf mehrere Einsendungen ist jedoch möglich.
- Es wird in drei Kategorien gewertet: bis 100 Mitglieder, 101 bis 500 Mitglieder und über 500 Mitglieder. Basis für die Mitgliederzahl ist die Mitgliederzahl des Gesamtvereins (**bitte bei Einsendung mit angeben!**).
- Die Vereine, aus denen die Nominierten stammen, sind von der Teilnahme ausgeschlossen.
- Einsendeschluss für gesammelte Rückmeldungen ist der **10. März 2021** (in der Geschäftsstelle des BSN eingehend).
- Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Weitere Stimmkarten können Sie anfordern unter 0511 1268-5107 oder [toezen@bsn-ev.de](mailto:toezen@bsn-ev.de).

**Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.**  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover



## Landessporttag des LSB

*Masterplan Inklusion einstimmig verabschiedet*

Ein Meilenstein für die Inklusion im und durch Sport: Am 19. November verabschiedeten die Delegierten des 45. Landessporttags des LSB einstimmig den „Masterplan Inklusion im niedersächsischen Sport“. - Die Botschaft: Bis 2030 sollen sich Sportvereine, Landesfachverbände und Sportbünde so weiterentwickeln, dass Menschen mit Behinderungen als Teilnehmende im Sportbetrieb, als Ehrenamtliche, Freiwillige oder Hauptberufliche gleichberechtigt an den Leistungen des Sports partizipieren können. Die Sportverbände und der LSB verstehen sich dabei als Akteure und Impulsgeber. Sie eint die Überzeugung, dass die Sportorganisation als Ganzes ihre Verantwortung für Inklusion nach außen nur wahrnehmen kann, wenn zugleich der Zusammenhalt im Innern erhalten bleibt. Und das setzt gemeinsames strukturelles Handeln voraus. BSN-Präsident Karl Finke sagt zu diesem Meilenstein im Sport: „Die Beteiligung der Behindertensportverbände ist Ausdruck unserer gemeinsamen Überzeugung, dass wir die Expertise von Menschen mit Behinderungen einbeziehen wollen – von Beginn an also auf Partizipation setzen. Wir setzen damit ein bundesweites Zeichen.“ Der Masterplan steht zum Download zur Verfügung:

file:///C:/Users/hellmann/Desktop/broschuere\_masterplan\_inklusi-on\_II\_20\_online.pdf



## Adele Ahland: Schmerzfrei im Lot.

Gelenkverschleiß verhindern, OPs vermeiden.

Würzburg 2020 Spurbuchverlag

ISBN 978-3 88778-590-1, Euro 8,80

Als sportmedizinischer Ratgeber zur Vermeidung von Gelenkverschleiß wird ein sehr schlichtes, aber bewusstes Alltagsverhalten mit sehr effektivem Trainingswert erarbeitet, begründet in der Rundumspannung durch die gleichzeitige Aktivität von Streck- und Beugemuskulatur.

Das Hintergrundwissen über anatomische und neurologische Reaktionen des Körpers zeigt uns einen zeitsparenden Weg, um Gelenke bis ins hohe Alter funktionstüchtig und schmerzfrei zu halten. Auf Störfaktoren wird hingewiesen und erklärt, wie wir eine erworbene Beinlängendifferenz mit Beckenschiefstand daheim beseitigen können.



### L300 Go

Neurostimulation

Schlaganfall, Schädelhirntrauma,  
Zerebralparese – Schritte nach vorn

Funktionelle Elektrostimulation für Patienten mit Fußheberschwäche. Das innovative Produkt von Ottobock.

Wir beraten Sie gerne.

**JOHN+BAMBERG**

Gesundheit. Mobilität. Lebensqualität.

Orthopädietechnik im Annastift | Anna-von-Borries-Str. 2 | 30625 Hannover | www.john-bamberg.de





Gefördert durch die  
**AKTION  
 MENSCH**

## Kooperation BSN und Niedersächsischer Basketballverband

*Unterzeichnung am UN-Welttag der Menschen mit Behinderungen*

Der Niedersächsische Basketballverband (NBV) arbeitet bereits seit der Unterzeichnung einer Vereinbarung zur Kooperation mit dem BSN und dem Fachbereich Rollstuhlbasketball des Deutschen Rollstuhl-Sportverbandes (DRS) aus dem Jahr 2011 beim Thema Inklusion eng mit dem BSN zusammen – beispielsweise bei der erstmals inklusiven 3 x 3-Streetball-Tour 2018 in Göttingen. Am 3. Dezember, dem UN-Welttag der Menschen mit Behinderungen, unterzeichneten BSN-Präsident Karl Finke und NBV-Präsident Mayk Taherian eine im Rahmen des von der Aktion Mensch geförderten BSN-Projekts „Bewegung für Artikel 30!“ neu erarbeitete Kooperationsvereinbarung für das Themenfeld Inklusion in Hannover. „Diese Vereinbarung, heute an diesem Tag, ist ein tolles Zeichen für Inklusion und Basketball für Menschen mit Behinderung“, freute Karl Finke. „Die Vereinbarung ist klar auf die Zukunft gerichtet. Die gute Zusammenarbeit der vergangenen Jahre wird jetzt auch nach außen noch einmal bekräftigt.“ Besonders über die Rollstuhlbasketballer von Hannover United besteht seit Jahren eine gute Partnerschaft. Die Inhalte der Vereinbarung sind vielfältig. Sie reichen von der grundlegenden Sen-

sibilisierung für Inklusion und Basketball für Menschen mit Behinderung bis hin zur Einbindung des Themas in das Aus-, Fort- und Weiterbildungssystem des NBV, bei der der NBV in Zukunft verstärkt auf die Expertise des BSN zurückgreifen möchte. Auf diese Weise wird das von BSN und LSB gemeinsam entwickelte Grundverständnis von Inklusion nachhaltig vermittelt und verbreitet. Außerdem verabredeten beide Verbände einen regelmäßigen Informationsaustausch und die Zusammenarbeit bei Veranstaltungen im Themenfeld Inklusion. Die Vereinbarung stehe symbolisch für das, „was beide Verbände schon Jahre lang machen“, bestätigte auch Mayk Taherian die bisherige Zusammenarbeit, die jetzt nur noch einmal verschriftlicht werde. „Ich freue mich auf die gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem BSN“, blickte er optimistisch in die Zukunft und meinte abschließend: „Denn nur gemeinsam sind wir stark!“ Ein neuer, wichtiger Aspekt dieser Kooperationsvereinbarung: Beide Verbände verabreden daneben, einen konkreten Maßnahmenplan für den NBV zu entwickeln, um die formulierten Ziele zu erreichen und weitere Inklusionsprozesse im Basketball anzustoßen.

*Bild oben links:  
 Die Präsidenten mit „Corona-Abstand“*

## Verbandstag 2021

### Neuer Termin für den BSN-Verbandstag

Durch die anhaltende Pandemie muss der Verbandstag erneut verschoben werden. Neuer Termin ist nun der 11. September 2021 in Hannover. Wir werden zu gegebener Zeit weitere Details mitteilen.

Karl Finke, Präsident



## Neues Handbuch Behindertensport des DBS

„Teilhabe VEREINFacht - So gelingt der Sport für Alle!“

„Teilhabe VEREINFacht - So gelingt der Sport für Alle!“ So lautet der Slogan des Handbuchs Behindertensport, das der DBS pünktlich zum Tag der Menschen mit Behinderung am 3. Dezember herausgegeben hat. Dass es sich dabei um ein notwendiges Projekt handelt, zeigt ein Blick auf die Zahlen: Laut zweitem Teilhabebericht der Bundesregierung treiben in Deutschland 46 Prozent der Menschen mit Behinderung keinen Sport - bei Menschen ohne Behinderung sind es lediglich 28 Prozent. „Diese Statistik unterstreicht den Handlungsbedarf. Doch es ist nicht nur Aufgabe und Herausforderung für den DBS mit seinen 17 Landes- und zwei Fachverbänden, sondern für ganz Sportdeutschland und die Gesellschaft“, betont DBS-Präsident Friedhelm Julius Beucher: „Menschen mit Behinderung haben das Recht auf Teilhabe. Unser Appell lautet: Mut und Offenheit statt Berührungsängste und Skepsis. Dabei muss nicht von Beginn an alles perfekt sein, es braucht vielmehr einen ersten Schritt, um Teilhabe am Sport für Alle zu ermöglichen.“ Zur Umsetzung und somit zu einer größeren sportlichen Teilhabe beitragen soll auch das neue Handbuch Behindertensport. Die Intention liegt klar auf der Hand: Mehr Menschen mit Behinderung zum Sporttreiben bewegen sowie Vereine und Übungsleiter\*innen ermutigen, mehr wohnortnahe Sportangebote für Menschen mit Behinderung zu schaffen - gern auch inklusiv. Solche Angebote sind in Deutschland längst nicht flächendeckend vorhanden. „Die Gründe dafür sind meist Barrieren - bauliche Barrieren mit Blick auf die Sportstätten, kommunikative Barrieren hinsichtlich der Informationsbereitstellung von Sportangeboten für Menschen mit Behinderung, aber auch Barrieren in den Köpfen“, erklärt Beucher. Das Handbuch soll aufzeigen, wie verschiedene Sportarten von Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen ausgeübt werden können und welche Anpassungen bzw. praktischen Hilfsmittel dafür benötigt werden. Kern sind daher Texte zu insgesamt 32 Sportarten. Und es gibt z. B. auch ein umfassendes Kapitel mit Praxistipps zu verschiedenen Behinderungsarten sowie Wissenswertes zu Qualifizierungsmöglichkeiten und zur Barrierefreiheit. Zusätzlich gibt es konkrete Anlaufstellen und Kontakte zu den Landes- und Fachverbänden im DBS, um den Weg in den Behindertensport zu starten oder

Informationen einzuholen. Das von der Aktion Mensch geförderte Handbuch steht als Druckversion sowie als E-Book zur Verfügung. Mit begleitenden kommunikativen Maßnahmen wie Kurz-Clips und Erklärvideos soll es zudem gelingen, die generelle Aufmerksamkeit für den Sport von Menschen mit Behinderung bundesweit zu erhöhen, zu informieren und zum Nachdenken anzuregen. Auf der Website des DBS gibt es das Handbuch als E-Book, die Möglichkeit zur Bestellung sowie weitere nützliche Materialien und Informationen: [www.dbs-npc.de/handbuch-behindertensport.html](http://www.dbs-npc.de/handbuch-behindertensport.html)



**„Abstand hat nichts mit Distanz zu tun. Wir sind weiter für Sie da.“**



**EINFACH UNVERZICHTBAR.**

📍 Meine Apotheken in Niedersachsen.

[www.einfach-unverzichtbar.de](http://www.einfach-unverzichtbar.de)



Deutscher Behindertensportverband e.V.  
National Paralympic Committee Germany

## Erste Bilanz des neuen DBS-Generalsekretärs

*„Menschen mit Behinderung sind eine Bereicherung für Sportgruppen“*

Torsten Burmester hat im September die Nachfolge von Thomas Urban als DBS-Generalsekretär angetreten. Zuvor fungierte der 57-Jährige u. a. als stellvertretender Abteilungsleiter Sport im Bundesministerium des Innern und persönlicher Referent des damaligen Bundeskanzlers Gerhard Schröder. Zum Start ins Jahr 2021 zieht Burmester eine erste Bilanz und blickt auf ein herausforderndes Jahr.

*Wie verlief Ihr Start als DBS-Generalsekretär?*

„Er war und ist gekennzeichnet von der Corona-Pandemie. Nach der Beruhigung im Spätsommer verschärfte sich die Situation auch für uns - vor allem im Rehasport. Unabhängig davon bin ich froh, dass ich in so einem attraktiven Betätigungsfeld gelandet bin. Der Sport war schon immer meine Leidenschaft. Meine Begeisterung für den Behindertensport überträgt sich auch auf meine Aufgaben.“

*Welche Unterschiede können Sie zur Arbeit von Verband und Politik bzw. Verwaltung bisher feststellen?*

„Meine Arbeit ist jetzt viel mehr geprägt von aktuellen Herausforderungen und handfesten Fragestellungen. Zuvor war ich in hierarchischeren Strukturen mit verbindlicheren Abläufen unterwegs. Ein Sportverband ist viel dynamischer, erfordert mehr Kommunikation und mehr Empathie - auch mit Blick auf das Ehrenamt.“

*Wie bewerten Sie den Stellenwert des Sports für Menschen mit Behinderung in der Öffentlichkeit und für die Gesellschaft?*

„Die Berichterstattung über den Para Sport wie auch der Umfang der öffentlichen Förderung ist enorm gewachsen - das ist eine erfreuliche, aber notwendige Entwicklung. Die Barrieren in vielen Köpfen sind noch nicht überwunden. Jeder sollte die Möglichkeit haben, seinen eigenen Talenten und Fähigkeiten nachzugehen - erst recht Menschen mit Behinderung.“

*Welche Aufgabe hat dabei ein Spitzensportverband wie der DBS, und welche Bedeutung kommt der Politik zu?*

„Kernaufgabe der Politik ist es, die Lebenswirklichkeit für die Menschen zu verbessern und Dinge möglich zu machen. Wir müssen die Politik antreiben, Vorschläge machen und die Umsetzung einfordern.“

*Die Paralympics in Tokio mussten aufgrund der Corona-Pandemie verschoben werden. Was erwarten Sie mit Blick auf die geplante Austragung der Spiele in diesem Jahr?*

„Wir haben die Hoffnung, dass sie stattfinden. Klar ist aber auch, dass es andere Spiele werden mit anderen Voraussetzungen als bisher. Wir müssen daher aufpassen, dass dies nicht zu weniger Aufmerksamkeit und weniger medialer Berichterstattung führt. Schon die Verschiebung hat die Lebensträume von Athlet\*innen bedroht. Sie bereiten sich jahrelang auf dieses Highlight vor und haben es verdient, dass sie ihre beeindruckenden Leistungen abrufen und auf der Bühne der Paralympics präsentieren dürfen. Sie dürfen nicht noch mehr unter der Verschiebung leiden als ohnehin schon.“

*Welche Auswirkungen hat das Corona-Virus auf den nationalen wie internationalen Behindertensport?*

„Es hat konkrete Auswirkungen auf Wettkämpfe, von denen seit Ausbruch der Pandemie viele abgesagt werden mussten. Im Leistungssport gab und gibt es teilweise Einschränkungen. Besonders problematisch ist es mit Blick auf den Breiten- und Rehasport, der temporär nicht durchführbar war bzw. ist. Das bedroht auf Dauer ehrenamtliches Engagement sowie die Mitgliederzahlen und gefährdet auch die gesellschaftliche Funktion des Sports.“

*Welche Ziele haben Sie sich für Ihren neuen Job gesetzt?*

„Ich möchte erfolgreich dazu beitragen, dass wir unsere Ziele erreichen und die Möglichkeiten im Sport für Menschen mit Behinderung nachhaltig verbessern. Eine der Hauptaufgaben: Wir wollen unbedingt Kinder und Jugendliche und generell mehr Menschen mit Behinderung zum Sport bewegen. Dafür braucht es auch Barrierefreiheit in den Sportstätten und auf dem Weg dorthin. Übergreifendes Ziel ist es, den DBS zu einem jüngeren, digitaleren, sozial verantwortungsvollen und finanziell gesunden Verband zu entwickeln.“

Foto: DBS

Bild oben links:  
DBS-Generalsekretär Torsten Burmester





## Günter Ehmke

*Ein Nachruf*

Der Behinderten-Sportverband Niedersachsen (BSN) trauert um eine Persönlichkeit, die unermesslich viel für behinderte Menschen geleistet hat. Günter Ehmke ist am 16. Januar 2021 im Alter von 98 Jahren verstorben. Mit ihm haben wir ein Urgestein des Versehrten-/Behindertensports in Niedersachsen verloren. „Jammer nicht – mach Sport!“ Das ist eine überlieferte Äußerung vom Macher und Mutmacher Günter Ehmke, mit der er ungezählte Menschen zu sportlichen Betätigungen animierte. Mit dieser Aufforderung wusste er nicht nur zufällig getroffene, wildfremde Personen zu gewinnen. Auch Festgesellschaften und sogar Verbandstagsdelegierte konnte er von der Sinnhaftigkeit einer Unterbrechung durch kleine Bewegungseinlagen überzeugen. Der Ausgangspunkt seines großen ehrenamtlichen Engagements liegt Anfang der 1960er Jahre, als kriegsblinde Bürger der Kreisstadt Lüchow nachfragten, weshalb es vor Ort kein Sportangebot für Kriegsveteranen gäbe, wohl aber in der weiteren Umgebung. Dies war ein Grund für Günter Ehmke, an dieser Stelle tätig zu werden mit dem Ergebnis, dass am 14.03.1964 eine selbstständige Versehrten-sportabteilung des TuS Lüchow gegründet wurde. Er war als Mann der ersten Stunde von Beginn an als Ideengeber und Motor dabei. Sein Name ist untrennbar mit dem Versehrten-/Behindertensport in Lüchow verbunden: Sportwart (1964 - 1999), Übungsleiter (1964 - 2009), 2. Vorsitzender (1964 - 1972), 1. Vorsitzender (1972 - 1990), Ehrenvorsitzender (seit 1990). Neuerungen gegenüber war Günter Ehmke stets aufgeschlossen und setzte sie zum Teil als Vorreiter in Niedersachsen mit der ihm eigenen Beharrlichkeit zum Wohle aller Beteiligten um, z. B. Kanusport, Sport mit mental beeinträchtigten Kindern und Jugendlichen und Rehabilitationssportangebote. Sein erfolgreiches kreisweites Engagement stellte er als Fachvertreter des Behindertensports im KSB Lüchow-Dannenberg und als Vorsitzender (1970 - 1984) des damaligen Bezirks Lüneburg des BSN unter Beweis. Auch unser Präsidium durfte von Günter Ehmkes Kompetenz, gepaart mit großem Einfühlungsvermögen, Überzeugungskraft und Kompromissfähigkeit, profitieren. Als Vizepräsident (1984 - 1996) hat er mit dem damaligen Präsidenten Heiner Rust nach seiner Devise „Einfach anfangen!“ maßgeblich an der äußerst positiven Ent-

wicklung des Verbandes, vornehmlich im Rehabilitationssport sowie bei Gründungen von Sportgruppen für Menschen mit einer geistigen Behinderung, mitgewirkt. Nach seinem Ausscheiden aus dem Präsidium wurde ihm die Ehrenmitgliedschaft im BSN verliehen. Sein außerordentliches Engagement erfuhr weitere großartige Würdigungen: Goldene Ehrennadel des BSN, Ehrengabe des BSN, Goldene Ehrenplakette des Deutschen Behindertensportverbandes, Goldene Ehrennadel des LSB Niedersachsen sowie Verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland. Für uns wird Günter Ehmkes Lebensleistung im niedersächsischen Behindertensport immer in lebendiger Erinnerung bleiben.

Karl Finke  
Präsident

Herbert Michels  
Vizepräsident

Heinrich Bredemeier  
Vizepräsident



Landesvertretung  
Selbsthilfe  
Körperbehinderter  
Niedersachsen



## Euro-WC-Schlüssel hier bestellen

Hans-Werner Eisfeld • Am Eikel 14a • 38259 Salzgitter  
Tel.: 05341 2251181 • E-Mail: niedersachsen@lv.bsk-ev.org



## AUS DEN VEREINEN

### Stärkere Unterstützung der ehrenamtlich Tätigen

*Übungsleiter- und Ehrenamtszuschale ab 2021 erhöht*

Der Deutsche Behindertensportverband (DBS) begrüßt das vom Bundestag beschlossene Jahressteuergesetz. Die Änderungen betreffen auch die Stärkung von Vereinen und Ehrenamtlichen. So werden die sogenannte Übungsleiterzuschale ab 2021 von 2.400 auf 3.000 Euro und die Ehrenamtszuschale von 720 auf 840 Euro erhöht. Bis zu einem Betrag von 300 Euro wird ein vereinfachter Spendennachweis ermöglicht. Die Zuschalbeträge waren seit dem Veranlagungszeitraum 2013 nicht mehr angepasst worden. DBS-Präsident Friedhelm Julius Beucher zeigt sich erfreut über diesen Beschluss: „Dies ist ein äußerst wichtiges Zeichen der staatlichen Wertschätzung des Ehrenamts.“ So soll sich das freiwillige Engagement noch mehr auszahlen. „Durch die derzeitigen Pandemie-Maßnahmen besteht gerade jetzt besonders die Gefahr, dass neben Mitgliedern in Vereinen insbesondere auch Übungsleiter\*innen und weitere Ehrenamtler\*innen sowie letztlich auch Sportangebote in großer Anzahl aus dem System verloren gehen“, ergänzt Dr. Vera Jaron, DBS-Vizepräsidentin für Bildung und Lehre und Vizepräsidentin des BSN. „Der Erhalt der Sportstrukturen und der vielfältigen Angebote ist jedoch zwingend notwendig. Sport schafft Begegnung von Menschen mit und ohne Behinderung, erzeugt Verständnis füreinander und Freude miteinander, Sport hat eine hohe Relevanz für die Persönlichkeitsentwicklung für Kinder und Jugendliche und ist wichtig für die Gesunderhaltung aller Altersgruppen – sowohl körperlich als auch psycho-sozial. Diese wichtigen Beiträge des Sports für die Gesellschaft drohen verloren zu gehen. Die Sportverbände und -vereine dienen keinem Selbstzweck, sondern den Menschen vor Ort.“ *Foto: M. Volkmann*



### Weihnachten für alle!

*Aktion der Sportjugend im Regionssportbund Hannover*

Die Sportjugend wollte jungen Mitgliedern im Regionssportbund (RSB) Hannover ein schönes Weihnachtsfest bereiten. Im Rahmen des 75-jährigen RSB-Jubiläums hat sie sich überlegt, wie es in diesen doch schwierigen Zeiten möglich ist, etwas für die Kinder und Jugendlichen aus den Mitgliedsvereinen zu tun, bei denen Weihnachten - aus welchen Gründen auch immer - nicht wie gewohnt stattfinden kann und denen es pandemiebedingt nicht so gut geht. Unter dem Motto „Weihnachten für alle“ hat die Sportjugend diese daher mit einer besonderen Aktion überrascht und ihnen die Chance auf ein Weihnachtsgeschenk im Wert von ca. 50 Euro gegeben. So haben 75 junge Sportler\*innen die Möglichkeit bekommen, ein sportliches Präsent zu Weihnachten zu erhalten. Thorsten Lange vom SV Wacker Osterwald hatte beim RSB die Wunschzettel von drei Leichtathletik-Kindern mit Handicap - Laura, Leon und Jonas - eingereicht. Die Drei wurden ausgewählt. Und so konnte der „Weihnachtsmann Thorsten“ am 24.12. den drei glücklichen Kindern auf dem Wacker-Sportplatz ihre Geschenke überreichen. „Wir hatten nichts verraten, erst waren sie überrascht, dann mit den Geschenken in den Händen strahlten die Augen. Sport kann so schön sein! Eine klasse Aktion des Regionssportbundes Hannover!“

*Bild oben rechts:  
„Weihnachtsmann Thorsten“ mit den Beschenkten*



## Corona als Chance für Neues

*Unser Verein „Erlebnis und Bewegung“ berichtet*

„Den Namen unseres mittlerweile 35jährigen Vereins „Erlebnis und Bewegung“ verstehen wir als Programm und auch Haltung in unserer Arbeit mit Kindern und Eltern. So bedeuten die verschiedenen Lock Downs der Corona-Pandemie in ihrer Konsequenz und ihren Durchführungsbestimmungen für unsere psychomotorischen Angebote, die eigentlich mit Kleingruppen in geschlossenen Räumen stattfinden, eine drastische Reduzierung - wenn nicht sogar das komplette Aus! Bewegung und soziales Lernen sind die zentralen Elemente der Psychomotorik. Im Spiel entdecken die Kinder die Welt und finden Selbstvertrauen. Bei den derzeitigen Einschränkungen geht dies den Kindern verloren! Das konnten und wollten wir uns so nicht vorstellen oder akzeptieren. Doch welche Möglichkeiten haben wir eigentlich? Das war die Grundfrage, die wir uns stellten. Die Berücksichtigung von Anfragen betroffener Familien, die schon in der Vor-Corona-Zeit mangels notwendiger Kapazitäten oftmals auf eine Warteliste gesetzt werden mussten, drohte unmöglich zu werden. Wieso gehen wir nicht raus? Kinder haben zur Natur oft ein offenere Haltung, als wir Erwachsene uns vorstellen wollen oder können. Unsere Mitarbeiterinnen haben einen großen fachlichen Erfahrungsschatz, so dass die Umsetzung nur eine Frage von Fantasie, Organisation und Engagement war. Rund um unsere Hauptstandorte liegen große, ansprechende Naturgebiete, z. B. der Teutoburger Wald. Gesagt - Getan! Zwei unserer Mitarbeiterinnen ergriffen die Initiative, sprachen Eltern an, ob sie mit dieser Art unseres Angebots einverstanden sind. Gerade in dieser Zeit der Verbote aller möglichen Gruppenaktivitäten rannten wir bei ihnen sprichwörtlich offene Türen ein. Zumal auch Forscher des Leibniz-Instituts in Bremen vor den Folgen des Bewegungsmangels in der Krise warnen. Bewegungsangebote in freier Natur sind ein ideales Trainingsgebiet für Kinder und waren im ersten Lock Down noch möglich. Die Kinder waren total begeistert und motiviert, die fantasievollen Angebote wie Balancieren, Hangeln, Klettern und Gestalten in freier Natur zu meistern. Für sie sind es tolle Erlebnisse. Die Rückmeldungen der Eltern waren entsprechend

*Bild oben links:  
Kinder entdecken die Welt im Spiel*

*Bild oben rechts:  
Spaß statt Bewegungsmangel in der Krise*

positiv. Sie berichteten, dass sie bei den sonntäglichen Spaziergängen von ihren Kindern an die Hand genommen wurden, um das in der Woche Erlebte nachzuspielen. Der zweite Lock Down zeigte uns nun noch engere Grenzen auf. Keine Gruppen, nur noch Einzelsituationen. Doch uns war schon bei dem ersten Runterfahren die Idee von Online-Aufgaben entstanden. Damals schoben wir diese noch beiseite, da die psychomotorische Entwicklung als wichtiger Schritt das soziale Lernen eigentlich nur in einer Gruppe zulässt. Wir versuchten also, die bestehende Gruppe mit Online-Aufgaben zu erreichen, die gemeinsam mit der Familie oder gemeinsam mit anderen Gruppenmitgliedern zu lösen waren - z. B.: sammelt Gegenstände, die ihr draußen findet, und gestaltet die Bilder aus. Ebenso konnten entwicklungsgerechte Bewegungsaufgaben im familiären Kreis oder allein durchgeführt werden. In unseren Angeboten wurden wir nicht unwesentlich vom Leibniz-Institut (Mirko Brandes, Präventionsforschung und Epidemiologie) sowie der Clemens-August-Jugendklinik (Dr. Andreas Romberg, Chefarzt Kinder- und Jugendpsychiatrie, beratender Arzt unseres Vereins) bestärkt. Für uns und vor allem für unsere Mitarbeiter war das sehr motivierend für die weitere Arbeit. Wir hoffen alle sehr, dass diese Krise bald vorüber ist und wir wieder zur Normalität zurückkehren können.“

*Volker Tewes*

Offset + Digitaldruck **diaprint.**

Flyer | Broschüren  
Briefbogen | Folder  
Mappen | Visitenkarten  
Mailings | Plakate  
Blocks und vieles mehr.

diaprint KG  
Planetenring 7  
30952 Ronnenberg-Empelde  
Telefon 0511 43889-0  
Telefax 0511 43889-89

**Gut gedruckt seit 1975.** [www.diaprint.de](http://www.diaprint.de)

# VOR PRUNG

ist, wenn man sich kennt



Egal, wo Sie sind: Mit über 1.500 Vertretungen und Sparkassenfilialen in Niedersachsen sind wir immer für Sie da, wenn Sie uns brauchen.  
[www.vgh.de/vorsprung](http://www.vgh.de/vorsprung)

fair versichert  
**VGH** 