

neuer START

Offizielles Magazin des Behinderten-Sportverbandes Niedersachsen



Fotos Mariska Beijer, Bernd Jeffré, Björn Schnake, Christoph Wilke: Das Fahrgastfernsehen, Markus Lampe
Fotos Alexander Bley, Tim Focken: Das Fahrgastfernsehen, Martin Bargiel

Wahl Behindertensportler*in des Jahres 2022

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



Athletic Sport Sponsoring
— ICH BIN DEIN AUTO

ZAHL DAS, WAS DU SIEHST!

ALLES IN EINER RATE DRIN, KEINE VERSTECKTEN KOSTEN

OPEL CORSA FÜR MTL. 249€ IN UNSERER KOMPLETTRATE

OPEL CORSA | 1.2 L. | 75 PS | BENZINER | GANZJAHRESREIFEN
DEINE KOMPLETTRATE - ALLES DRIN, AUSSER TANKEN

// 12 Monate Vertragslaufzeit // inkl. 20.000 km Freilaufleistung
// inkl. KFZ-Versicherung // inkl. KFZ-Steuer
// inkl. Überführungskosten // inkl. Zulassungskosten
// keine Anzahlung // keine Schlussrate // 24 std. Schadenaufnahme

**BEREITS IN
14 TAGEN
ABHOLBEREIT!**

Limitiertes Angebot! Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. 20.000 - 30.000 km Freilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich). Stand: 25.01.2022.

ASS Athletic Sport Sponsoring | 0234-9512840 | www.ichbindeinauto.de



Liebe Leserinnen und Leser,

für das Jahr 2022, 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 erfolbringende Zusammenarbeit!

Über die Beschwerlichkeiten und Gefahren der Pandemie zu sprechen, hieße langsam, Eulen nach Athen zu tragen, die Medien sind nach wie vor voll von beunruhigenden Meldungen.

Umso mehr freuen wir uns, in dieser Ausgabe des „Neuer Start“ mit der landesweiten Wahl „Behindertensportler*in des Jahres“ wieder ein Highlight präsentieren zu können: Vom 18. Februar bis zum 16. März findet zum 22. Mal die landesweite Wahl „Behindertensportler*in des Jahres“ statt. – Einmal mehr 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. 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

Mariska Beijer	4
Alexander Bley	5
Tim Focken	6
Bernd Jeffré	7
Björn Schnake	8
Christoph Wilke	9
Vereinswettbewerb	12

Aus dem Leistungssport

Para Bogensport	13
Sportlerwahl der Neuen Presse Hannover	14
Para Badminton	15
Sportivationsstage	16

BSN-Info

Neu beim BSN - Sven Körner	17
Aktionsprogramm „Startklar in die Zukunft“	17
Rehabilitationssport und Funktionstraining	18
Das Emsland ist die Keimzelle von InduS	19

Impressum

Herausgeber:
Behinderten-Sportverband
Niedersachsen e. V.



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, Stolze Str. 37, 30171 Hannover
Tel.: 0151 14949519, 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.

Redaktionsschluss ist jeweils der 10. des Vormonats.



Mariska Beijer

Hannover United

Kraft, Kopf und Kreativität

Die paralympische Goldmedaille hat ihren Platz in den Niederlanden. Doch den Ritterorden von Oranje-Nassau zeigt Mariska Beijer in ihrem WG-Zimmer in Hannover – stolz und fast ein bisschen ehrfürchtig. Das Jahr 2021 war ein äußerst aufregendes und unglaublich erfolgreiches für die 30-jährige Rollstuhlbasketballspielerin. Der Paralympicssieg mit der niederländischen Rollstuhlbasketball-Damenmannschaft stellt eine vorläufige Krönung ihrer sportlichen Karriere dar. Seit 20 Jahren ist die Niederländerin im Rollstuhlbasketball aktiv. Vor fünf Jahren startete sie ihre Profikarriere in Deutschland. Zunächst in Trier, seit zwei Jahren trainiert und spielt sie für Hannover United in der 1. Bundesliga und kämpfte sich mit dem Team in der abgelaufenen Saison auf Rang vier.

„Kein Moment ist wie der andere“

Was Mariska Beijer am Rollstuhlbasketball so liebt? „Die Action im Spiel und die Begeisterung der Zuschauer*innen in der Halle. Nachdem ich das erste Spiel gesehen hatte, war ich sofort verliebt in

diese Sportart“, erinnert sie sich. Zuvor hatte sie Para Badminton ausprobiert. „Aber es fehlten mir die Dynamik und das Mannschaftsgefühl“, erläutert sie. Das Faszinierende am Rollstuhlbasketball ist für die eigentlich immer strahlende Spielerin eben diese Dynamik und die so wichtige Flexibilität. „Kein Moment ist wie der andere“, betont sie, die von ihren unterschiedlichen Rollen profitiert, die sie einerseits in der Nationalmannschaft, andererseits bei ihrem deutschen Bundesliga-Verein innehat. „In der Nation bin ich die kräftigste und schnellste Frau, die sich den Ball greifen und einfach Punkte machen soll. Bei Hannover United spiele ich als Center.“ Genau diese Flexibilität ist eine ihrer großen Stärken, kann sie doch für jede Spielsituation eine passende Taktik entwickeln.

Doch der Erfolg kam für Mariska Beijer nicht sofort. Die ungestüme Sportlerin hat sich über die Jahre vor allem in einer Richtung weiterentwickelt. „Ich musste lernen, mehr mit dem Kopf zu spielen. Inzwischen bin ich ruhiger und kontrollierter geworden“, erklärt sie. Dabei kommen ihr ihre Kreativität und das strategische Denken zugute. Denn den Überblick über das jeweilige Spiel zu behalten, ist ihre wichtigste Aufgabe. Die größte Motivation zieht sie aus dem Bestreben, ihrem Team zu helfen und jeden Tag ein bisschen besser zu sein. Der Lohn: das Vertrauen der Mannschaft und der gemeinsame Erfolg. Aber auch die Tatsache, dass sie mit der Nationalmannschaft zuletzt etwas Historisches geschafft hat: die Titel bei den Europa- und Weltmeisterschaften und den Paralympicssieg. Zudem wurde sie auch 2021 Europameisterin. Das Turnier stand jedoch unter keinem guten Stern, sondern ganz im Zeichen eines chaotischen Corona-Managements. Am Ende gewannen die Niederländerinnen das Finale kampflos – ihre Gegnerinnen traten nicht an. Doch das ist eine ganz eigene Geschichte und überschattet die Tatsache, dass das Team um Mariska Beijer insgesamt vier große Turniere in Folge gewonnen hat und damit zurzeit ein Bollwerk im Rollstuhlbasketball der Damen verkörpert, nur ein wenig.

„Der Sport hat mich gerettet“

Wie so viele Menschen, die bereits in jungen Jahren durch einen Unfall oder von Geburt an eine Behinderung haben, ist auch Mariska Beijer eine echte Kämpfernatur. Bei ihr ist es aber nicht bei einem Unglück geblieben – das Schicksal schlug gleich dreimal zu. Als Kleinkind erkrankte sie an Nierenkrebs. Geschwächt durch die Chemotherapie brach sie sich bei einem Treppensturz das rechte Bein. Der Bruch hätte durch einen Gips normal abheilen können. Er wurde jedoch zu eng angelegt und klemmte die Blutzufuhr in den Fuß ab. Ein sogenanntes Kompartmentsyndrom entstand, zahlreiche Operationen waren die Folge und schließlich die Amputation des Fußes im Alter von sieben Jahren. „Ich hatte permanent Schmerzen, aber mit der Prothese konnte ich dann alles machen“, sagt Mariska Beijer. Und das tat sie auch. Bis 2002 ein Skiunfall dazu führte, dass das linke – das „gute“ – Bein Nervenschäden davontrug. Seitdem nutzt Mariska Beijer einen Rollstuhl – eine große Umstellung für die an sich so positive junge Frau. „Ich hatte plötzlich das Gefühl, dass die ganze Welt gegen mich ist.“ Der Sport, so sagt sie, hat ihrem Leben schließlich wieder ein Ziel gegeben. „Im Sport habe ich plötzlich wieder Momente erlebt, in denen alles geklappt hat. Er hat mich gerettet.“ Die Motivation war zurück, die Energie floss wieder, und Mariska Beijer lernte, ihre Situation anzunehmen und zum Guten zu wenden.

Bei Hannover United zu Hause

Und noch etwas hat sich gerade in der schweren Zeit als unendlich wichtig erwiesen: der Kontakt zu Familie und Freunden, die Gemeinschaft. „Das alles fügt sich wie in einem Puzzle zu einem Gesamtbild zusammen“, bringt Mariska Beijer es auf den Punkt. Ein enorm wichtiges Puzzleteil ist die Mannschaft von Hannover United. „Ich fühle mich in diesem Team zu Hause und bin mit meinem abwechslungsreichen Leben sehr glücklich“, betont die Spielerin, die neben den 16 Stunden Training pro Woche als Marketing-Beraterin für Non-Profit-Organisationen arbeitet, die in den Niederlanden die Bedingungen für Rollstuhlbasketball optimieren wollen. Das alles macht Mariska Beijer mit einer enormen Kraft, positiver Lebenseinstellung und einem großen Selbstbewusstsein. Und berührt damit die Menschen um sie herum.

Text: Heike Werner/Portraitfoto: Das Fahrgastfernsehen./Markus Lampe

Alexander Bley

GSV Braunschweig

Mit „Runner's High“ zum Weltrekord

Nur Fliegen ist schöner! So ähnlich muss sich das 1.500-Meter-Rennen beim Leichtathletik-Meeting in Pfungstadt im August 2021 für Alexander Bley angefühlt haben. „Ich habe das erste Mal in meinem Leben das sogenannte ‚Runner's High‘ erlebt“, erinnert sich der Mittelstreckler strahlend. Es lief einfach unfassbar gut – bis zum Schluss! Um drei Sekunden toppte er seine bisherige, vier Jahre alte Bestmarke auf 3:47,99 Minuten, was zugleich Weltrekord der Gehörlosen bedeutete. Die perfekte Ausgangsposition für die nur wenige Wochen später anstehenden Weltmeisterschaften. Und selbst ein Infekt, den er sich zwei Wochen vorher einfing, konnte den 31-Jährigen nicht aufhalten. Gerade noch rechtzeitig wieder fit geworden, wurde er sowohl über 1.500 Meter als auch über 3.000 Meter Hindernis souverän Gehörlosen-Weltmeister. Und verbesserte auch im längeren Rennen seine bisherige Bestzeit um elf Sekunden. „Ich habe alles auf meine Grundschnelligkeit gesetzt und auf den letzten 200 Metern alles gegeben“, erzählt er. Die Konkurrenz konnte nicht folgen – mit 50 Metern Vorsprung stürmte der 1,95 Meter große Athlet vom GSV Braunschweig als Erster über die Ziellinie.

Lebensziel Deaflympics-Medaille

Doppelweltmeister, Weltrekord – die Belohnung für die Bewältigung einer durchwachsenen Zeit. Die Pandemie hatte Alexander Bleys sportliche Pläne durcheinandergewürfelt. Im Dezember 2021 hätten eigentlich die Deaflympics in Brasilien stattfinden sollen, nachdem sie zuvor schon aus dem Jahr 2020 verschoben worden waren. Woraus einmal mehr nichts wurde. Doch das Ganze hatte wie so häufig auch eine gute Seite. Um neue Impulse zu setzen, wechselte Alexander Bley 2020 den Verein und erhält seitdem eine sehr individuelle Betreuung durch seinen neuen Trainer Ulrich „Ulli“ Merkert. „Wir tauschen uns sehr intensiv aus und arbeiten sehr vertrauensvoll zusammen“, freut sich der Läufer. Knowhow in Sachen Trainingsplanung kann er aus seinen eigenen Erfahrungen als Trainer B Lauf und seiner bisherigen Übungsleitertätigkeit bei verschiedenen Vereinen einbringen. „Wir erarbeiten gemeinsam Lösungen für das tägliche Training.“ Vollkommen neu ist, dass Alexander Bley das Grundlagentraining nun auch in Form alternativer Sportarten absolviert. Aquajogging und Rennrad fahren ergänzen das Lauf- und Athletiktraining – beides schon die Gelenke. „Ich werde ja auch nicht jünger und hatte immer wieder Verletzungen“, erklärt er. Aktuell läuft es also besonders rund für den hannoverschen Leichtathleten, so dass er mutig neue Ziele anpeilt. „Die Deaflympics sollen nun im Mai 2022 in Caxias do Sul, Südbrasilien stattfinden. Dort eine Medaille zu gewinnen, ist mein Karriere- und mein Lebensziel“, sagt er mit fester Stimme. Seine momentane Form lässt hoffen. Und zeigt einmal mehr, dass Alexander Bley gute Strategien kennt, mit denen er Rückschläge und Herausforderungen meistert. Denn nicht immer lief es so gut in seinem Leben.

Dankbar für mutige Eltern

Nicht nur, dass er aufgrund einer Meningitis im Alter von 13 Monaten ertaubte und damals weltweit das jüngste Kind war, das ein Cochlear-Implantat (CI) bekam. Auch sein genetisch bedingtes Rheuma sorgte immer wieder dafür, dass Alexander Bley nicht kontinuierlich trainieren konnte. Zuletzt hatte er im Herbst mit Rückenschmerzen zu kämpfen. Doch insgesamt liegen die Entzündungswerte auf einem vergleichsweise niedrigen Niveau. Einmal im Monat bekommt er eine lindernde Spritze. „Es schränkt mich aktuell nicht wirklich ein.“ Alexander Bley schätzt sich glücklich, in Deutschland geboren worden zu sein, vor allem wegen der guten medizinischen Versorgung. „Ich bin aber meinen Eltern auch sehr dankbar, dass sie damals den Mut hatten, mir das CI implantieren zu lassen. Schließlich gab es mit so kleinen Kindern keinerlei Erfahrung. Auch jetzt bin ich immer noch derjenige, der den Ärzten wichtige Erkenntnisse liefert.“ Wie lange funktioniert ein CI? Muss es irgendwann ausgetauscht werden?

Erfolgsrezept: Fokus auf sich selbst

Letztlich ist Alexander Bley durch den mutigen Schritt seiner Eltern als hörendes Kind aufgewachsen. Was nicht heißt, dass ihn seine Gehörlosigkeit überhaupt nicht einschränkt. „Gezieltes Hören ist mir nicht möglich. Bei zu lauten Umgebungsgeräuschen verstehe ich mein Gegenüber nicht.“ Zudem ist er auf das sogenannte Mundbild seines Gesprächspartners angewiesen – liest die gesprochenen Worte auch vom Mund ab. Einmal mehr bewusst geworden ist dem Biomedizinstudenten das, seitdem die Menschen pandemiebedingt Mund-Nasen-Masken tragen. In lauten Umgebungen, wie der Stadtbahn, muss er Gesprächspartner*innen oftmals bitten, die Maske zumindest für einen Moment abzusetzen. Da ist die Situation im Wettkampf der Gehörlosen vergleichsweise einfach zu handhaben. Dann nämlich muss er die Hörhilfe absetzen und befindet sich in absoluter Stille. Seinen eigenen Atem, Kommandos von außen oder die Schritte seiner Konkurrenten hört er nicht. Doch Alexander Bley hat dafür genau die richtige Strategie: vollen Fokus auf sich selbst und am Ende einfach nur noch Gas geben. Funktioniert!

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





Tim Focken

SV Etzhorn/Team BEB

Mit neuer Strategie zur Punktlandung

Eine einzige Chance hatte Tim Focken, um vor seinem großen Auftritt bei den Paralympics in Tokio das so wichtige Wettkampfgefühl zu bekommen. Bei einem Wettkampf im serbischen Novi Sad Anfang Juli konnte er sich nach einer pandemiebedingten Wettkampfpause zumindest einen Hauch Routine zurückerobert. „Ich habe dabei viel gelernt, vor allem, mich auf die Stressbelastung mental vorzubereiten“, sagt der 37-jährige Para Sportschütze vom SV Etzhorn/Team BEB. Denn das ist das Allerwichtigste für seinen Sport. Nun ist es nicht so, dass Tim Focken das nicht alles schon vorher beherrscht hätte. „Aber bestimmte Mechanismen verlernt man mit der Zeit, wenn man nicht regelmäßig Wettkämpfe schießt.“ Sportlich habe er sich während der vergangenen Monate zwar enorm weiterentwickelt, aber ohne die Wettkampfkontrolle und das Feedback durch den Trainer schleichen sich technische Fehler ein, die hinterher mühsam wieder ausgebügelt werden müssen. Denn nach dem ersten Lockdown 2020 durfte Tim Focken nur allein in der Schießhalle trainieren.

Offen für neue Wege und Entscheidungen

Der Sportschütze wäre allerdings nicht so erfolgreich, wenn er nicht auch mit diesen Widrigkeiten umzugehen gewusst hätte. Schließlich hat er in seinem Leben schon ganz andere Herausforderungen gemeistert. Vor allem seine schwere Verwundung, die er bei einem Bundeswehreininsatz im Afghanistan-Krieg 2010 erlitten hat. Bei einem Feuergefecht bohrte sich plötzlich eine Kugel in die linke Schulter und trat im Rücken wieder aus. Die Folge: eine 17-stündige Operation, eine Oberarm-Plexuslähmung, durch die er den Arm nicht mehr heben kann, und keine Ahnung, wie sein Leben weitergehen würde. Doch es ging weiter – mit einer Sporttherapie aus Schwimmen und Leichtathletik sowie der Unterstützung der Bundeswehr. „Ich habe gelernt, Situationen anzunehmen und offen für neue Wege zu sein. Und mich für einen Weg zu entscheiden“, sagt er. Dafür entwickelt er mentale Strategien, die ihm vor allem im Wettkampf helfen. Bis 2020 war das noch die Vorstellung von Yoda mit Musik, die ihn in eine gedankliche Fantasiewelt versetzte, um dann alle erlernten Automatismen abzurufen. Inzwischen hat sich Tim Focken ein Mantra geschaffen. „Ich bestimme mein Schicksal selbst“, sagt er sich immer wieder, vor allem, wenn mal ein Schuss misslingt.

„So viele Menschen haben an mich geglaubt“

Heute ist Tim Focken unendlich dankbar für die Unterstützung, die er von so vielen erhalten und die es ihm ermöglicht hat, als erster kriegsversehrter Bundeswehrsoldat an den paralympischen Spielen teilzunehmen. Dass zum Beispiel der Attaché der damaligen Verteidigungsministerin Annegret Kramp-Karrenbauer den Wettkampf vor Ort verfolgt hat, empfindet der Para Sportschütze als große Ehre. Aber auch anderen widmet er seinen 14. Platz bei den Paralympics. „Ohne den BSN, das Team BEB und vor allem die Bundeswehr wäre ich nicht so weit gekommen. Deutschland auf der sportlichen Ebene in Tokio zu vertreten, war für mich eine große Ehre. Ich bin dankbar, dass so viele Menschen an mich geglaubt haben!“ Mit seinem paralympischen Debüt ist er absolut zufrieden. Zwar hat sein Ergebnis mit dem Freien Gewehr nicht ganz für das Finale der besten acht gereicht, aber mit seinen 619 Ringen hätte er es bei früheren Spielen locker in die Endrunde geschafft. „Meine Maßgabe waren 619/620 Ringe, das war also eine Punktlandung. Aber es wurde auf unglaublich hohem Niveau geschossen – andere waren einfach besser.“

Das Schicksal angenommen

Vor dem Hintergrund, dass Tim Focken mit seiner Afghanistan-Erfahrung zu Zeiten des Truppenabzugs aus diesem Land ganz besonders im Fokus der medialen Aufmerksamkeit stand, ist seine Leistung sicherlich noch höher einzuschätzen. „Ich musste das Thema aufs Neue versuchen auszublenden, habe mich dazu im Vorfeld vom Truppenpsychologen der Bundeswehr beraten lassen“, erzählt er und ergänzt schulterzuckend: „Diese Geschichte ist mein Schicksal – ich habe es angenommen.“ Und so fällt es dem Sportschützen auch nicht schwer, seine nächsten sportlichen Ziele ins Visier zu nehmen. „Es muss einfach Paris sein. Alle möchten mit mir weitermachen, also werde ich noch eine Schippe drauflegen und mich mental noch besser aufstellen“, sagt er bestimmt. Und vor allem hofft er darauf, in den kommenden zwei Jahren viel mehr Wettkämpfe zu schießen. Fest eingeplant sind 2022 die Europa- und die Weltmeisterschaften. Hoffentlich kommen noch Weltcups dazu. Fünf bis sechs internationale Turniere pro Jahr sind es üblicherweise. Aber selbst, wenn es durch Corona wieder Absagen gibt – „ich werde mich darüber nicht ärgern, sondern einfach weitermachen und mich auf den jeweils nächsten Wettkampf konzentrieren“. Und so setzt Tim Focken vor allem auf eines: „Ich werde niemals aufgeben, sondern jeden Wettkampf bis ins Detail analysieren.“ Frei nach seinem Mantra: „Ich bestimme mein Schicksal selbst.“

Text: Heike Werner/Portraitfoto: privat

Bernd Jeffré

GC Nendorf/Team BEB

„Der Spaß ist mein innerer Motor“

„Wir haben die optimale Leistung unter katastrophalen Bedingungen gebracht“, sagt Bernd Jeffré vom GC Nendorf/Team BEB. Gemeint ist das Team-Relay-Rennen bei den Paralympics in Tokio. Strömender Regen und eine extrem anspruchsvolle Strecke ca. 100 Kilometer vor den Toren der japanischen Hauptstadt ließen die Hoffnungen und Chancen auf Edelmetall im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser fallen. Diese waren aufgrund der Bronzemedaille bei den Weltmeisterschaften wenige Monate zuvor durchaus realistisch. „Die steilen und langen Abfahrten wären eigentlich unser Vorteil gewesen. Da hätten wir unsere leichten Defizite bergauf mehr als wettmachen können“, erklärt Bernd Jeffré. Diese Defizite entstehen im Team Relay durch die Zusammensetzung der Mannschaften. Sie bestehen aus drei Athlet*innen aus allen Startklassen, darunter auch die sogenannten „Kniebiker“, die bergauf ihren gesamten Oberkörper einsetzen können, bergab aber nicht so windschnittig sind, wie die liegenden Handbiker*innen. Auf dem extrem verwinkelten Kurs und nasser Fahrbahn entwickelte sich jede Tempoverschärfung auf den Abfahrten jedoch zu einem unkalkulierbaren Risiko. „Es gab viele Stürze, da wollten wir kein Risiko eingehen.“ Letztlich war der Abstand zur Bronzemedaille relativ knapp. Es fehlten 44 Sekunden. Doch Bernd Jeffré ist zufrieden, auch mit seinem Abschneiden im Einzelzeitfahren, das er als Achter beendete. „Insgesamt hat es sich gelohnt, dabei gewesen zu sein“, resümiert er. Und es hat ihm gezeigt, dass er mit seinen 57 Jahren noch mithalten kann – für Bernd Jeffré die größte Belohnung.



Karriere mit Zwischentief

Seit nunmehr fast 20 Jahren ist Bernd Jeffré im Para Radsport zuhause. Nach einem kleinen Umweg über Rollstuhlbasketball fuhr er 2002 seinen ersten Halbmarathon, bei dem er den zweiten Platz belegte. Nach der Teilnahme am Hannover-Celle-Marathon 2003 stieg er dann von seinem Vorspann-Bike auf ein professionelles Handbike um, mit dem er sich im Jahr darauf bei den verschiedenen Rennen im Mittelfeld platzierte. Die ersten Rennserien fuhr er 2006 – seitdem basiert sein Training auf exakt ausgearbeiteten Trainingsplänen – mit Erfolg. 2007 wurde Bernd Jeffré in den Nationalkader aufgenommen, gewann den Hamburg-Marathon und wurde 2008 im Trikot des niedersächsischen Vereins GC Nendorf Deutscher Meister im Einzelzeitfahren, bei dem er als erster deutscher Handbiker im Durchschnitt schneller als 40 Kilometer pro Stunde gefahren ist. Es folgten Siege beim Berlin-Marathon, beim Europacup in Tschechien sowie 2009 der Vizetitel bei den Deutschen Meisterschaften im Bergzeitfahren.

2012 dann sein bis dato größter und wertvollster Erfolg: die Bronzemedaille bei den Paralympics in London. Doch was war seither geschehen? Bernd Jeffré schien quasi von der Bildfläche verschwunden zu sein. „2014 hatte ich ein kleines Tief. Meine Schmerzmedikamente mussten umgestellt werden. Die hatten aber Nebenwirkungen, die meine Leistungsfähigkeit deutlich herabsetzten.“ Im Rahmen einer Schmerztherapie erhielt Bernd Jeffré neue Medikamente, die allerdings den Puls um acht bis zehn Schläge beschleunigten. Das machte das Durchschlafen und damit eine vollständige Regeneration unmöglich. So zog der Handbiker eigenverantwortlich Konsequenzen und setzte die Medikamente ab. „Seitdem habe ich permanent Schmerzen in den Beinen, aber das nehme ich auf mich.“ Für die Qualifikation und Nominierung für die Paralympics in Rio de Janeiro reichte es durch all das nicht.

Fernziel: Paralympics 2024

Die Motivation litt indessen nicht. „Es macht immer noch Spaß, das ist mein innerer Motor. Außerdem tue ich etwas für meine Gesundheit und bin ein Vorbild für andere.“ Und das, obwohl die Ärzte ihm nach seinem Arbeitsunfall 2001 eine Lebensdauer von weiteren fünf Jahren prognostiziert hatten. Stattdessen fährt Bernd Jeffré heute rund 22.000 Trainingskilometer pro Jahr, absolviert Trainingslager auf Gran Canaria, mit der Nationalmannschaft auf Lanzarote und holt sich im Sommer die nötige Kraftausdauer in den Bergen. Zuletzt hat ihm durch die Corona-Pandemie zwar die Möglichkeit gefehlt, im Fitnessstudio gezielt an der Maximalkraft zu arbeiten, was er auch in Tokio gemerkt hat. Aber insgesamt ist er zuversichtlich, was seine weiteren Ziele angeht. „Mein Fernziel sind die Paralympics in Paris 2024. Aber ich schaue von Jahr zu Jahr. 2022 stehen im September die Weltmeisterschaften in Kanada an.“ Dort und in Paris hofft er darauf, dass die Rennen wieder vor einer begeisterten Zuschauermenge gefahren werden können. Und dass auch seine Frau mit dabei ist. „In Tokio waren wir ja quasi eingesperrt. Sogar den Bus, mit dem wir vom Hotel zum Wettkampf gebracht wurden, hat die Polizei versiegelt“, erinnert er sich. Land und Leute konnten die Athlet*innen so nicht kennen lernen, geschweige denn Freunde und Familie als Unterstützung mitbringen. So bleibt neben dem Wunsch, wieder Anfeuerung an der Rennstrecke zu bekommen, auch das Ziel, die kuriosen Tokioter Spiele durch eine Pariser Paralympics-Medaille wieder wettzumachen. „Ich bin guter Dinge, dass das klappt!“

Text: Heike Werner/Portraitfoto: Das Fahrgastfernsehen./Markus Lampe



Björn Schnake

TSV Thiede 1900/Team BEB

„Freizeitsport ist nichts für mich“

Jeder Muskel ist angespannt, der Blick fixiert den kleinen weißen Kunststoffball auf der ausgestreckten Hand. Aber nur kurz verharrt Björn Schnake in dieser Haltung, schon befördert er das 2,7 Gramm leichte Sportgerät mit dem Schläger und höchster Präzision knapp über das Netz auf die andere Seite des Tisches. Was dann folgt, ist ein regelrechtes Feuerwerk. Von Schlag zu Schlag erhöht der Para Tischtennisspieler vom TSV Thiede 1900/Team BEB das Tempo. Enormes Reaktionsvermögen steckt in jeder Bewegung. Zugleich verfolgt der 50-Jährige eine Taktik, um den Gegner aus dem Rhythmus zu bringen. „Bei gleichstarken Gegnern entscheidet zu 90 Prozent der Kopf, wer die Partie gewinnt“, sagt Björn Schnake. In erster Linie kämpfe man also gegen sich selbst bzw. darum, die Konzentration während des Ballwechsels und durch das gesamte Spiel hindurch aufrecht zu erhalten. Zuletzt ist das dem Hildesheimer bei den Paralympics in Tokio hervorragend gelungen. Im Team gewann er die Bronzemedaille.

Von der Krankheit ausgebremst

Erst spät kam Björn Schnake zum Para Tischtennis. Zwar begann er bereits im Alter von sechs Jahren mit dem Tischtennis, war aber ausschließlich im Sport der Menschen ohne Behinderungen aktiv. Mit viel Talent gesegnet gewann er schon früh Turniere, in denen seine Gegner oft ein Jahr älter waren. Kreismeister, Bezirksmeister, Landesmeister standen bereits im Alter von neun Jahren auf seiner Erfolgsliste. „Daraufhin hat mich dann der Landestrainer angesprochen“, erinnert sich der 50-Jährige. Mit 13 Jahren wechselte er bereits in den Herrenbereich und wurde mit 15 in der 2. Bundesliga eingesetzt. Norddeutsche Meisterschaften spielte er auch noch, und dann war das Ende seiner sportlichen Karriereleiter zunächst erreicht. „Die Krankheit hat mich dann doch ausgebremst“, sagt Björn Schnake. Die Krankheit, das ist eine Hypophosphathämie und eine Vitamin-D-resistente Rachitis. Heißt, der Körper von Björn Schnake baut Osteophyten an, durch die die Gelenke verknöchern. Trotz zahlreicher Operationen lautete im Kindesalter die Prognose: mit 20 Jahren im Rollstuhl. Zudem wurde ihm davon abgeraten, Sport zu treiben. Doch der sportbegeisterte Junge war davon nicht abzubringen. „Aus heutiger Sicht gilt eher: so viel Sport wie möglich“, betont der Athlet. So gesehen ist er schon immer den richtigen Weg gegangen, ist sich zugleich darüber im Klaren, dass der Rollstuhl irgendwann in seinem Leben eine Rolle spielen wird. „Ich kenne meinen Weg und habe ihn akzeptiert. Unser Haus habe ich schon barrierefrei gebaut“, sagt er.

Aus Spaß wird Ehrgeiz

Nachdem Björn Schnake mit 26 Jahren noch in der Regional- bzw. Oberliga gespielt hatte, folgte eine zehnjährige Tischtennispause. Beruf und Familie nahmen wertvolle Zeit in Anspruch, dazu kamen erneut Operationen. „Nur so aus Spaß“ habe er wieder mit dem Tischtennis angefangen. BSN-Landesfachwart Para Tischtennis Johannes Urban sprach ihn dann auf die Möglichkeit an, im Para Sport aktiv zu werden. „Bis dahin hatte ich mich gar nicht im Para Sport gesehen, hatte halt nur eine kleine Einschränkung“, erinnert er sich. Sein erstes Para Tischtennis-Turnier waren die Landesmeisterschaften, „die waren fürchterlich“, weil sie ihn nicht gefordert haben. Erst bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften fühlte er sich wohler. „Mit den anderen Wettkampfklassen und den Aktiven aus verschiedenen Ländern hat das richtig Spaß gemacht.“ Bei seinem ersten Weltranglistenturnier bezwang er den damaligen Weltranglisten-Vierten und erhielt ein hervorragendes Initialranking: Platz elf. Das war 2019. Nach dem dritten internationalen Turnier lag er schon auf Rang neun. Das angesetzte vierte Turnier in China fiel der Corona-Pandemie zum Opfer. So oder so war der Weg zu den Paralympics in Tokio aber geebnet. Und der Weg zurück in den Leistungssport vollzogen. „Im Leistungssport habe ich mich früher schon immer sehr wohl gefühlt. Die Grenzerfahrung reizt mich. Reiner Freizeitsport ist nichts für mich“, begründet er seine Rückkehr.

Absoluter Gewinnwille

Doch ohne die Unterstützung seiner Frau und seiner drei Kinder könnte Björn Schnake seine sportliche Karriere nicht so erfolgreich weiterverfolgen. Sein Vollzeitjob als Group Solutions Manager und fünf Trainingseinheiten pro Woche – drei davon im Frühtraining in der Akademie des Sports in Hannover – lassen nicht viel Zeit für die Familie. „Aber sie wissen, dass es mein Traum ist, meine Leistung und mein Ergebnis in Paris 2024 zu verbessern“, sagt er. Heißt: Bei den nächsten Paralympics will er die Goldmedaille. „Wer nicht gewinnen will, der hat bei Paralympics nichts zu suchen.“ Und so geht Björn Schnake konsequent seinen Weg, in der Hoffnung, 2022 wieder sechs Turniere weltweit spielen und zur Weltmeisterschaft nach Italien seine Familie mitnehmen zu können. Die Wahl „Behindertensportler*in des Jahres“ nimmt er auf diesem Weg gern als Motivation mit. „Die Nominierung bedeutet mir sehr viel, weil ich als Debütant eine paralympische Medaille gewonnen habe, meine Heimat Niedersachsen gern repräsentiere und Sportlern älteren Kalibers ein Vorbild sein kann.“

Text: Heike Werner/Portraitfoto: Das Fahrgastfernsehen./Markus Lampe

Christoph Wilke

TC Meerbeck

Ein mentaler Langstreckler

Mit kraftvollen Schüben treibt Christoph Wilke den Sportrollstuhl voran. Wendig und dynamisch rollt er im Slalom um die am Boden liegenden Tennisbälle. Schnell stehen dem 19-Jährigen die ersten Schweißperlen auf der Stirn. Jetzt noch die muskulösen Schultern dehnen, und los geht es mit dem Training. Was dann kommt, zeigt, dass Rollstuhltennis weit mehr ist, als einen kleinen Filzball über ein 1,07 Meter hohes Netz zu schlagen. Die schnelle Orientierung zum Ball, das Handling des Rollstuhls – beschleunigen, abstoppen, wenden, und das alles mit dem Tennisschläger in der Hand. Dabei die eigene Taktik nicht vernachlässigen und den Ball exakt platzieren. Das alles in einer unglaublichen Geschwindigkeit. Kondition und eine gute Orientierung im Raum sind neben dem Beherrschen der jeweiligen Schlagtechnik das A und O. Dass Christoph Wilke vom TC Meerbeck das alles ganz hervorragend beherrscht, ist das Ergebnis eines gelungenen Zusammenspiels vieler Faktoren.

Top 20 der Junioren-Weltrangliste

„Ich bin ein Arbeitstier“, sagt der junge Athlet über sich selbst und ergänzt: „Mein größtes Talent ist mein Wille und meine Zielstrebigkeit.“ Hinzukommt die Erkenntnis, dass Leistung aus vielen kleinen Schritten und auch Fehlern besteht. Um die Schritte so groß und die Fehlerquote so gering wie möglich zu gestalten, investiert Christoph Wilke wöchentlich zwölf bis 15 Stunden auf dem Tennisplatz und zusätzlich acht Stunden im Fitnessstudio. „Ich habe sehr hohe Erwartungen an mich selbst“, begründet er dieses Engagement. Doch das allein reicht nicht, um zu erklären, wie und warum der Rollstuhltennisspieler es unter die TOP 20 der Junioren-Weltrangliste geschafft hat. „Ich bin sehr ehrgeizig und konsequent und versuche, mit aller Kraft meine Ziele zu erreichen. Dabei bin ich immer fair und diszipliniert“, erklärt Christoph Wilke. Durch einen Workshop in Sportpsychologie hat er zudem die Erkenntnis gewonnen, dass er für seine Erfolge selbst verantwortlich ist. „Dadurch, dass mir bewusst ist, dass ich die Dinge selbst beeinflussen kann, habe ich mir den Druck genommen. Ich habe gelernt, dass ich für das Erreichen meiner Ziele ein mentaler Langstreckler sein muss.“

Rollstuhl als Möglichkeit

Die mentale Stärke scheint Christoph Wilke in die Wiege gelegt worden zu sein. Von Geburt an fehlt dem Stadthagener durch einen Gendefekt das linke Bein, im rechten hat er eine Spastik und eine Sehnenverkürzung. Letztere ist der Grund für zahlreiche Operationen, die er bereits als Säugling über sich ergehen lassen musste. „Die Sehnen wurden verlängert und das Bein durch mehrere Fixateure nach und nach gestreckt.“ Mit drei Jahren bekam er seinen ersten Rollstuhl, den er von Beginn an als Möglichkeit gesehen hat, um alles aus sich herauszuholen, und nicht als Hindernis. Dennoch: Im Alter von elf Jahren musste er bereits auf viel „Negatives“ zurückblicken, wie er sagt. Vom Sporttreiben hielt ihn das aber nicht ab. Rollstuhlbasketball und Para Eishockey probierte er aus. Doch im Tennissport hat er sich schließlich am wohlsten gefühlt. Mit zehn Jahren wurde er Mitglied im TC Meerbeck und wollte fortan eines: Leistung bringen. Es folgten Trainingscamps in Köln und gewonnene Talent-Cups, im Alter von 13 Jahren der Rückschlag. „Da hatte ich eine schwierige Phase, in der mir das Tennisspielen schwer fiel“, erinnert sich Christoph Wilke. Schmerzen in der Schulter bremsten ihn aus. „Meinen Frust habe ich dann beim Kickboxen abgeagiert.“ Das damit verbundene Krafttraining half zudem der Schulter. Doch ohne Tennis ging es nicht lange. „Durch Anthony Dittmar bin ich wieder zum Tennis zurückgekehrt und habe 2017 mein erstes internationales Junioren-Turnier gespielt.“ Mit Platz zwei und dem daraus resultierenden Platz unter den Top 35 der Junioren-Weltrangliste äußerst erfolgreich.

„Ich möchte den Menschen die Augen öffnen“

Inzwischen hat sich der junge Rollstuhltennisspieler enorm entwickelt. Körperlich und mental. Seine Ziele sind klar gesteckt: 2024 möchte er mit einer Platzierung unter den Top 50 in der Weltrangliste zu den Paralympics nach Paris. 2028 als Top-20-Spieler um eine Medaille kämpfen. Bei all den sportlichen Ambitionen verliert Christoph Wilke eines jedoch nicht aus den Augen: „Ich will ein Leben nach meiner Tennis-Karriere haben, das nichts mit dem Tennis zu tun hat. Das Kapitel möchte ich irgendwann abschließen.“ Beruflich möchte er nach einer kaufmännischen Ausbildung Wirtschaft studieren und sich im Bereich Projektmanagement etablieren. „Verantwortung zu übernehmen, macht mir Spaß“, betont er. Dass er dafür Talent mitbringt, zeigt die erfolgreiche Durchführung eines eigenen Tennisturniers in seiner Heimatstadt. „Planung und Organisation liegen mir“, freut er sich. Gepaart mit seiner Fähigkeit, sich selbst und Situationen bis ins Detail zu analysieren und daraus die richtigen Schlüsse zu ziehen, sollte dem Erreichen seiner gesteckten Ziele nichts im Wege stehen. Denn eines steht fest: Mit seinen 19 Jahren ist Christoph Wilke im Leben angekommen und bringt alles mit, um die mentale Langstrecke zu bewältigen – egal, ob im Sport oder im Beruf. Doch vor allem möchte er eins: „Mit meiner Geschichte anderen die Augen öffnen und zeigen, dass Menschen mit einer Behinderung alles leisten können.“

Text: Heike Werner/Portraitfoto: Das Fahrgastfernsehen./Markus Lampe





DIE WAHL BEHINDERTENSPORTLER*IN DES JAHRES 2022

WÄHLEN SIE IHRE/N FAVORIT*IN



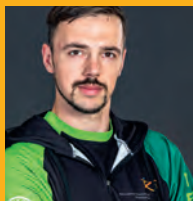
Mariska Beijer, Hannover United

Ihren größten Erfolg bisher feierte die 30-Jährige mit einer Unterschenkelamputation 2021 in Tokio – mit der niederländischen Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft wurde sie Paralympicssiegerin.



Alexander Bley, GSV Braunschweig

Mit persönlicher Bestzeit und zugleich Weltrekord gewann der 31-jährige Mittelstreckler die Gehörlosen-Weltmeisterschaften über 1.500 Meter und 3.000 Meter Hindernis.



Tim Focken, SV Etzhorn/Team BEB

Bei seiner ersten Paralympics-Teilnahme kam der 37-jährige Para Sportschütze mit einer Oberarmplexuslähmung mit dem Freien Gewehr über 50 Meter auf den 14. Platz.



Bernd Jeffré, GC Nendorf/Team BEB

Nach dem Gewinn der WM-Bronzemedaille im Team Relay wurde der 57-jährige Handbiker mit einer Querschnittlähmung bei den Paralympics in Tokio mit dem Team Vierter sowie Achter im Einzelzeitfahren.



Björn Schnake, TSV Thiede 1900/Team BEB

Der 50-jährige Para Tischtennispieler mit einer Hypophosphathämie und einer Vitamin-D-resistenten Rachitis gewann bei den Paralympics in Tokio die Bronzemedaille im Team.



Christoph Wilke, TC Meerbeck

Der Rollstuhltennisspieler ist unter den Top 20 der Junioren-Weltrangliste. Das Ziel des 19-jährigen mit einer Beinamputation links und einer Spastik und Sehnenverkürzung rechts: die Paralympics 2024 in Paris.





Partner:



Behinderten Sportverband
Niedersachsen

Förderer:



GEWINNEN SIE WERTVOLLE PREISE!



1. Preis

Urlaub im Hotel Residenz
Heinz Winkler im Chiemgau
LOTTO Niedersachsen

2. Preis

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

3. Preis

IPad Air 256 GB, Wi-Fi + Cellular
Hannoversche Volksbank

- 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 DZ im 4-Sterne „relaxa hotel Harz-Wald“ in Braunlage
- 7. Preis **Continental:** Einladung für 2 Personen für ein ADAC-Fahrsicherheitstraining mit einer Übernachtung im Doppelzimmer inkl. Frühstück im 4-Sterne-Hotel in Hannover
- 8.–10. Preis **Volkswagen Sportkommunikation:** Jeweils zwei VIP-Tickets für die Fußball-Bundesliga VfL Wolfsburg : Arminia Bielefeld, VfL Wolfsburg : FSV Mainz 05 und VfL Wolfsburg : Bayern München
- 11. Preis **GOP-Entertainment-Group:** Ein Variétébesuch für 2 Personen im GOP-Variété in Hannover mit dem Wunschmenü in der „Gondel“
- 12.–14. Preis **Hallo Niedersachsen und NDR 1 Niedersachsen:** Jeweils 2 Eintrittskarten für ein Konzert nach Wunsch der NDR Radiophilharmonie
- 15.–16. Preis **Hannover 96:** Jeweils zwei Business-Tickets für das Fußball-Bundesligaspiel Hannover 96 : Fortuna Düsseldorf
- 17. Preis **ADAC Niedersachsen/Sachsen-Anhalt:** Gutschein für ein ADAC-Fahrsicherheitstraining „Individuell“ im Fahrsicherheitszentrum Hannover-Laatzten
- 18.–19. Preis **Ole Siegel Sports:** Je ein Sportausrüstungsset von HUMMEL und ERIMA im Wert von 150 €
- 20.–24. Preis **Hannover 96:** Jeweils zwei Tickets für Fußball-Bundesligaspiel Hannover 96 : Fortuna Düsseldorf
- 25. Preis **GOP-Entertainment-Group:** Ein Variétébesuch für 2 Personen im GOP-Variété in Hannover mit einem 2-Gang-Menü im Theatersaal
- 26.–31. Preis **TSV Hannover-Burgdorf:** Jeweils zwei Tickets für die Handball-Bundesliga und ein „Match-Worn“ RECKEN-Trikot
- 32.–36. Preis **GOP-Entertainment-Group:** Ein Variétébesuch für jeweils 2 Personen für das GOP-Variété in Hannover
- 37.–38. Preis **BG Göttingen:** Jeweils 2 Eintrittskarten für die BBL Basketball-Bundesliga bei der BG Göttingen
- 39.–44. Preis **TK zu Hannover:** Jeweils 2 Eintrittskarten für die DBBL Basketball-Bundesliga: TK Hannover in den Playoffs
- 45.–50. Preis **Hannover United:** Jeweils 2 Eintrittskarten für die RBBL1 Rollstuhlbasketball-Bundesliga: Hannover United in den Playoffs



Favorit*in wählen, ausschneiden, in einem frankierten Briefumschlag bis zum 16. März 2022 schicken an:
Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover
Online wählen: www.bsn-ev.de oder einfach den QR-Code scannen

- Mariska Beijer
- Alexander Bley
- Tim Focken
- Bernd Jeffré
- Björn Schnake
- Christoph Wilke

Absender*in:

Telefon: _____

E-Mail: _____



Behinderten Sportverband
Niedersachsen

Wahl Behindertensportler*in des Jahres 2022



Mariska Beijer
Hannover United
Rollstuhlbasketball



Alexander Bley
GSV Braunschweig
Para Leichtathletik



Tim Focken
SV Etzhorn/Team BEB
Para Sportschießen



Bernd Jeffré
GC Nendorf/Team BEB
Para Radsport



Björn Schnake
TSV Thiede 1900/
Team BEB
Para Tischtennis



Christoph Wilke
TC Meerbeck
Rollstuhltennis

mit VEREINten Kräften mitmachen und gewinnen!

Im Rahmen der diesjährigen Wahl **Behindertensportler*in des Jahres** werden Sportler*innen gewürdigt, die im vergangenen Jahr herausragende sportliche Leistungen erbracht haben. Mit ihrer Motivation, ihrem Ehrgeiz und ihrer Flexibilität hinsichtlich der pandemiebedingten Herausforderungen sind sie Leistungsträger*innen und Vorbilder des niedersächsischen Behindertensports.

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-Variété 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 **16. März 2022** (in der Geschäftsstelle des BSN eingehend). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Weitere Stimmkarten können Sie anfordern unter 0511 1268-5101 oder info@bsn-ev.de.

Behinderten-Sportverband Niedersachsen e. V.

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover

Para Bogensport

BSN-Landeskader bei den „Berlin Open 2021“

Nach einer coronabedingten Absage im Jahr 2020 fanden die „Berlin Open“ zur Freude der niedersächsischen Para Bogensportler*innen 2021 wieder statt. Sieben Landeskaderathlet*innen machten sich mit BSN-Landestrainer Rainer Schemeit am 17. Dezember auf den Weg nach Berlin und nahmen dort am internationalen Vergleichswettkampf teil.

Im Viertelfinale der Wettkampfklasse „Para Recurve“ siegte Flora Kliem (ASC Göttingen/Team BEB) gegen Jule Lammers (BSC Werlte) mit 6:4, Hermann Nortmann (BSC Werlte) setzte sich gegen Milena Olszewska/POL mit 6:4 durch. Andreas Kretzer (BSG Osterholz-Scharmbeck) hatte ein Freilos und kam dadurch automatisch ins Halbfinale.

Flora Kliem gewann das Halbfinale gegen Marcin Chmielewski/POL deutlich mit 6:0. Im zweiten Halbfinale wurde Hermann Nortmann von Andreas Kretzer mit sechs Punkten besiegt. Im „kleinen Finale“ setzte sich Hermann Nortmann gegen Marcin Chmielewski/POL mit 6:2 durch und erzielte damit den 3. Platz in der Wettkampfklasse „Para Recurve“.

Im Para-Recurve-Finale trafen die beiden niedersächsischen Landeskaderathlet*innen Flora Kliem und Andreas Kretzer aufeinander, welches Flora mit 6:4 für sich entscheiden konnte. Es war damit die Wiederholung des „kleinen Finales“ von 2019.

Zufrieden mit den Platzierungen trat der Para Bogensport-Landeskader am 20. Dezember die Heimreise an. „Mit technischen Problemen bei der Anreise und einem nächtlichen Zimmerbrand im Hotel, den alle unbeschadet überstanden haben, sind wir in das Wochenende gestartet. Alle konnten die Turbulenzen ausblenden und sich erfolgreich auf den Wettkampf konzentrieren. Es war der erste internationale Para Bogensport-Wettkampf, der seit Beginn der Corona-Pandemie stattgefunden hat. Mit den Endergebnissen sind wir sehr zufrieden“, äußert sich Para Bogensport-Landestrainer Rainer Schemeit.



Ein erfolgreicher Wettkampf für den BSN-Landeskader/Foto: privat

Die Ergebnisse im Überblick:

- Flora Kliem (ASC Göttingen/Team BEB) 1. Platz/Finale
- Andreas Kretzer (BSG Osterholz-Scharmbeck) 2. Platz/Finale
- Hermann Nortmann (BSC Werlte) 3. Platz/Finale
- Jule Lammers (BSC Werlte) 5. Platz/Finale
- Elke Heins (SSV Tarmstedt) 17. Platz/Finale
- James Greatorex (BSC Garbsen) 27. Platz/ nach Qualifikation

#unverzichtbar
Ihre Apotheken - Ihre E-Rezept-Experten.

„E-Rezept? Ganz einfach. Mit meiner Apotheke vor Ort.“

EINFACH UNVERZICHTBAR.

📍 Meine Apotheken in Niedersachsen. www.einfach-unverzichtbar.de



Athletiktrainer Uwe Rosner, Trainer Martin Kluck und Teammanager Udo Schulz (stehend v. r.) freuen sich mit dem Team über die Auszeichnung/Foto: Debbie Kinsey

Sportlerwahl der Neuen Presse Hannover

Zweimal Gold für United – Beijer und das Team räumen ab

Das war ein großer Moment für Hannover United. Der Rollstuhlbasketball-Bundesligist hat bei der Sportlerwahl der Neuen Presse (NP) Hannover gleich doppelt abgeräumt. Mariska Beijer holte in der Kategorie „Sportlerin des Jahres“ Gold. Und United gewann in der Kategorie „Mannschaft des Jahres“. Beijer errang 22 Prozent der Stimmen vor der Schwimmerin Angelina Köhler (18,6 Prozent) und der Fußballerin Stina Johannes (10,7 Prozent). United landete mit 17,3 Prozent vor Fußball-Drittliga-Aufsteiger TSV Havelse (14,6 Prozent) und den Bundesliga-Handballern der TSV Hannover-Burgdorf (13,7 Prozent). In der Kategorie „Sportler des Jahres“ gewann Turner Andreas Toba.

Für United ist dieser Doppel-Triumph im Jubiläumsjahr eine große Anerkennung der Arbeit der vergangenen zehn Jahre. „Mariska hat in den vergangenen Jahren viel investiert für den Erfolg. Den hat sie sich mit Hannover United in der Bundesliga und in der niederländischen Nationalmannschaft mit Paralympics-Gold und dem Europameistertitel 2021 verdient. Darum freue ich mich insbesondere für sie, dass ihre Leistung mit Platz 1 bei der NP-Sportlerwahl Anerkennung gefunden hat“, so United-Präsident Joachim Rösler. „Das Team hat in den vergangenen Jahren immer wieder Schritte nach vorn gemacht und sich durch Rückschläge nicht entmutigen lassen. Inzwischen gehört Hannover United, mit vielen Nationalspielerinnen und Nationalspielern auch aus den eigenen Reihen, zur Spitzengruppe der 1. Rollstuhlbasketball-Bundesliga. Dass ganz viele Menschen aus Hannover und der Rollstuhlbasketball-Community diese Arbeit im Jubiläumsjahr würdigen, finde ich wunderbar.“

Die Konkurrenz war hart. Unter anderem standen in der Kategorie „Mannschaft des Jahres“ Hannover 96, Wasserball-Meister Waspo 98 und die Hannover Indians mit ihrer großen Fan-Base zur Wahl. „Dass wir uns mit der Mannschaft insbesondere gegenüber den Recken durchgesetzt haben, ist für mich eine kleine Sensation“, sagt Teammanager Udo Schulz. „Bei Mariska als Paralympics-Siegerin habe ich es ein bisschen erwartet, dass sie unter die ersten Drei kommt.“



Entsprechend groß waren die Überraschung und die Freude beim Team, als die NP-Vertreter Uwe von Holt, Stefan Dinse und Debbie Kinsey (Fotografin) am Dienstag beim Training Medaillen und Pokale übergaben. Mariska Beijer, die sich im niederländischen Doorwerth von den Folgen einer Covid-Erkrankung erholt, war per Videotelefonie zugeschaltet. „Es hat mir so gutgetan, bei dieser Ehrung dabei gewesen zu sein. Das war definitiv das verrückteste Teammeeting, an dem ich jemals teilgenommen habe - verrückt im guten Sinn“, sagt die 30 Jahre alte Triple-Siegerin.

Trainer Martin Kluck war schon bei der Vereinsgründung dabei. „Ich freue mich tierisch über diese Auszeichnung und bin davon überzeugt, dass Mariska und das Team das absolut verdient haben“, sagte Kluck. „Das wird Hannover United in der 1. Rollstuhlbasketball-Bundesliga noch mal einen enormen Schub geben für die ehrgeizigen Ziele, die wir verfolgen.“



Vanessa Erskine nahm stellvertretend die Ehrung für Mariska Beijer entgegen, die via Zoom zugeschaltet wurde/Foto: Debbie Kinsey



Para Badminton

Drei Medaillen in Uganda

Vom 15. bis 21. November 2021 fand ein internationales Para-Badminton-Turnier in Uganda statt.

Aus Niedersachsen waren die Bundeskaderathleten Thomas Wandschneider (VfL Grasdorf/Team BEB) und Tim Haller (Buxtehuder SV/Team BEB) nominiert. Thomas Wandschneider holte sich sowohl im Einzel (WH1) als auch im Doppel (WH1/WH2) mit Rick Hellmann die Goldmedaille. Tim Haller gewann im Einzel (SL4) die Bronzemedaille. Entsprechend zufrieden war Bundesstützpunkttrainer Jens Janisch: „Wir sind aufgrund der Corona-Pandemie mit gemischten Gefühlen nach Uganda gereist. Unsere Bedenken wurden direkt vor Ort zerstreut. Die Organisation war gut, und wir haben uns zu jeder Zeit sicher gefühlt. Sportlich haben die Niedersachsen mit drei Medaillen durch Thomas und Tim ihre Ziele erreicht. Besonders begeistert waren wir von der Herzlichkeit, die uns der Gastgeber entgegengebracht hat. Wir wurden bei jedem Ballwechsel vom heimischen Publikum enthusiastisch begleitet“, so das positive Fazit von Janisch.
Jens Janisch/Markus Bennwitz



Shuttle Time - Badmintontraining in der Schule

KELZENBERG, H. DEUTSCHER BADMINTONVERLAG

Meyer & Meyer Verlag, Aachen 2021, 160 Seiten, ISBN 978-3-8403-7770-9, EUR 24,00

Shuttle Time ist das Schulsport-Programm des Badminton-Weltverbandes. Die BWF setzt sich zum Ziel, Badminton zu einer der erfolgreichsten Sportarten in Schulen zu machen. Das vorliegende Programm richtet sich an Lehrende, besteht aus 10 Modulen und bietet 22 Stundenbeispiele sowie 92 Videoclips. Die Module helfen dabei, die Sportart Badminton besser kennenzulernen und in der Schule zu unterrichten. Anhand der Beispiele lernt man schnell, eigene Übungsstunden zu planen und durchzuführen. In diesem Buch erhalten Sie nützliche Informationen zu Themen wie:

- Die Vermittlung von Badminton in großen Gruppen
- Schlagen und Laufen im Vorder-, Mittel- und Hinterfeld
- Ballwechsel gewinnen
- Stundenbeispiele für den Unterricht
- Badminton in Deutschland



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

SPORTIVATIONSTAG



SPORTIVATIONSTAGE 2022

Der BSN bleibt engagiert und ist gemeinsam mit den Organisatorinnen und Organisatoren in den Ausrichterregionen in der Vorbereitung für die diesjährigen SPORTIVATIONSTAGE. Nach dem glücklichen „Neustart“ unserer außergewöhnlichen Sportfeste freuen wir uns, in neun Städten wieder das volle Programm durchzuführen. Die Kinder und Jugendlichen mit einer geistigen Behinderung und auch Kinder ohne Behinderung können nach vielen Monaten der erzwungenen Bewegungspause endlich wieder auf ein Ziel trainieren und bei den Sportfesten die Disziplinen für das Deutsche Sportabzeichen und das DLV-Mehrkampfabzeichen absolvieren.

Der BSN bedankt sich bereits heute bei den Organisatorinnen und Organisatoren der diesjährigen SPORTIVATIONSTAGE, die sich mit großem Einsatz für die Durchführung engagieren. Gleichmaßen gilt der Dank allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, den Prüferinnen und Prüfern sowie den beteiligten Sportvereinen, den Schulen und Universitäten sowie der Bundeswehr und Polizei für die Unterstützung. Und wir danken den Förderern und Sponsoren für ihre Treue und ihren wichtigen Beitrag bei den SPORTIVATIONSTAGEN 2022.



Die Termine sind wie folgt geplant:

- 17. Mai 2022 - Sandkrug
- 19. Mai 2022 - Hannover
- 2. Juni 2022 - Salzgitter
- 8. Juni 2022 - Aurich
- 9. Juni 2022 - Meppen
- 29. Juni 2022 - Holzminden
- 5. Juli 2022 - Osterode (Ausweichtermin 13. September)
- 14. September 2022 - Osnabrück
- 22. / 29. September 2022 - Rotenburg/Wümme



HEINER RUST
STIFTUNG



Die Braunschweigische
Stiftung



Neu beim BSN

Qualitätssicherung Partnerunternehmen

Mein Name ist Sven Koerner, ich bin ledig, 50 Jahre alt und habe eine 13jährige Tochter. Ich wohne und arbeite am schönen Steinhuder Meer. Sport begleitet mich schon mein ganzes Leben.

Seit meinem 4. Lebensjahr bis heute spiele ich begeistert und aktiv Fußball und Badminton. Aber auch beruflich bin ich dem Sport treu geblieben. Seit 1996 bin ich in der kommerziellen Fitnessbranche unterwegs und habe verschiedenee Fitnessstudios in und um Hannover geleitet. Zuletzt das Freizeitcenter KAISER-Center in Hannover-Ricklingen. Auch der Vereinssport ist eine meiner Leidenschaften. Beim LandesSportBund Niedersachsen habe ich die Ausbildung zum Vereins-Manager absolviert und an der IST Sport-Management studiert. Im Jahr 2007 gründete ich einen eigenen Sportverein (BEWEGUNGLeben e. V.) und lernte zu diesem Zeitpunkt auch den BSN als Partner kennen. Durch die Mitarbeit im Fachausschuss Rehabilitationssport und Funktionstraining konnte ich schon meine Energie und mein Wissen einbringen. Seit dem 1. Dezember 2021 bin ich als Nachfolger von Gustav Habermann nun Teil des Teams Vereinsservice und Qualitätssicherung. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit den Vereinen und auf das BSN-Team. Gemeinsam möchte ich neue Ziele erreichen und erfolgreich die Zukunft des BSN und seiner Vereine nach den doch beschwerlichen Zeiten mitgestalten.



Sven Koerner

Jetzt Fördermittel abrufen!

Aktionsprogramm „Startklar in die Zukunft“

Mit dem Aktionsprogramm „Startklar in die Zukunft“ werden Kinder und Jugendliche bei der Bewältigung der Auswirkungen der Corona-Pandemie unterstützt. Es können mit den Sondermitteln beispielsweise Ferienfreizeiten und Kinder- und Jugendfeste gefördert, Jugendplätze aufgewertet und aufgebaut sowie die Digitalisierung in der Kinder- und Jugendarbeit gestärkt werden. Dafür erhalten der LSB und seine Sportjugend bis zu 8,9 Millionen Euro an Fördermitteln, die neben den Sportbünden und Landesfachverbänden auch von BSN-Mitgliedsvereinen abgerufen werden können.

Weitere Informationen und die Förderrichtlinien finden Sie hier:

<https://www.sportjugend-nds.de/startklar-in-die-zukunft>



C-Brace®

Gehen trotz Lähmung

Erfahren Sie mehr zum Thema auf unserer Webseite oder vereinbaren Sie direkt mit uns einen Termin, um das C-Brace® Beinorthesensystem von Ottobock kostenlos zu testen.



Orthopädietechnik im Annastift
Anna-von-Borries-Str. 2 |
30625 Hannover

JOHN+BAMBERG
Gesundheit. Mobilität. Lebensqualität.



Rehabilitationssport und Funktionstraining

Neuerungen in der Rahmenvereinbarung

Mit diesem Text gibt der BSN seinen Vereinen eine Übersicht über besonders wichtige Neuerungen, die zum 1. Januar 2022 gültig geworden sind. Die ausführlichen Informationen finden Sie hier:

www.bsn-ev.de/Neuerungen-RV

Einsatz technischer Geräte (Ziffer 4.7):

Vom Rehabilitationssport/Funktionstraining ausgeschlossen sind weiterhin Maßnahmen, die Übungen an technischen Geräten beinhalten. Eine Ausnahme stellt das Training auf Ergometern in Herzsportgruppen dar. Die Beschränkung auf Fahrradergometer ist gestrichen.

Rehabilitationssportarten (Ziffer 5.1):

Die Rehabilitationssportart Leichtathletik wurde durch „Ausdauer- und Kraftausdauerübungen“ ersetzt.

Rehabilitationssport/Funktionstraining im Freien (Ziffer 7.3):

Rehabilitationssport und Funktionstraining können zukünftig, mit Einverständnis der Teilnehmenden, auf geeigneten Flächen im Freien durchgeführt werden.

Dauer der Übungseinheiten im Funktionstraining (Ziffer 10.4):

Die Dauer einer Übungsveranstaltung im Bereich Wassergymnastik wurde auf mindestens 20 Minuten erhöht.

Herzsport (Ziffern 11.2 ff. + Anlage 5):

Hierzu hatte der BSN bereits Anfang August informiert. Die Details finden Sie hier:

www.bsn-ev.de/Neue-Regelungen-Herzsport

Erweitertes Führungszeugnis (Ziffern 12.2 und 12.3):

Der Nachweis eines erweiterten Führungszeugnisses wird erstmalig in die Rahmenvereinbarung aufgenommen. Dabei muss bezüglich der Anerkennung eines Angebots ein erweitertes Führungszeugnis ausschließlich für Übungsleitende nachgewiesen werden, die in Angeboten für Kinder und Jugendliche sowie im Rahmen der Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins eingesetzt werden. Das Führungszeugnis ist in regelmäßigen Abständen von fünf Jahren vorzulegen. Detaillierte Informationen zu den Verfahrensweisen sowie Vorlagen für die Beantragung und Archivierung können beim BSN angefragt werden.

Leitung des Funktionstrainings (Ziffer 13.2):

Die Leitung der Funktionstrainingsgruppen kann auch durch Übungsleitende mit der Rehabilitationssport-Lizenz Orthopädie erfolgen. Inhalte und Umfang der ebenfalls festgeschriebenen Fort-/Zusatzausbildung werden aktuell mit den Leistungsträgern abgestimmt.

Haftpflicht- und Unfallversicherung (Ziffer 16.2):

Neu ist, dass eine pauschale Haftpflichtversicherung für den Verein gefordert wird. Da die Sportversicherung in Niedersachsen (ARAG) bereits eine Haftpflichtversicherung beinhaltet, entstehen für die Sportvereine kein zusätzlicher Aufwand und keine Kosten.

Größe der Übungsräume:

Für Übungsstätten wird pro Teilnehmer*in eine freie Nettofläche von mind. 5 m² bzw. für Therapiebecken mind. 3 m² vorgegeben. Mit Nettofläche ist die Fläche gemeint, die tatsächlich für die Übungseinheit genutzt werden kann.

Aufnahme der gemeinsamen Erklärung zur regelmäßigen Teilnahme am Rehabilitationssport und Funktionstraining und Definition der „festen Gruppe“:

Diese Erklärung/Definition wurde in die Anlage der Rahmenvereinbarung aufgenommen und ist damit für alle Vereinbarungspartner der Rahmenvereinbarung gültig.





KSB-Präsident Michael Koop freut sich über die bundesweite Anerkennung des Projektes InduS



Die Gewinner (JFV Haselünne) der letzten Saison der InduS-Emslandliga 2019

„Das Emsland ist die Keimzelle von InduS“

Wie es mit dem Inklusionssport bundesweit weitergehen soll

Dass die Inklusion von Menschen mit Behinderungen eine wichtige Aufgabe ist, dürfte unstrittig sein. Dass dabei aber ein emsländisches Projekt zum inklusiven Sport von Menschen mit Behinderungen mit einer namentlichen Erwähnung bis in den Koalitionsvertrag der Bundesregierung schafft, geschieht aber sicher nicht alltäglich.

Geht es nach den Wünschen von Michael Koop, Präsident des KSB Emsland und seinerzeit Initiator des emsländischen Vorzeigeprojekts im Behindertensport, dann tut sich da schon bald was – und am besten im Emsland. „Hier haben wir die Erfahrung, hier haben wir ein ideales Umfeld, und hier haben wir begeisterte Menschen, die sich auch ehrenamtlich voll in dem Projekt integriert sehen. Das ist auch für mich eine Herzensangelegenheit“.

In die gleiche Kerbe stößt BSN-Präsident Karl Finke, einer der maßgeblichen Unterstützer des Projekts. „Das Emsland ist die Keimzelle von InduS. Hier wird seit vielen Jahren die Inklusion durch Sport gelebt. Hier macht man vor, was in anderen Teilen Deutschlands noch eine Wunschvorstellung ist.“, betont er und verweist zu Recht darauf, dass Inklusion durch Sport keine parteipolitische Angelegenheit sei, sondern den behinderten Menschen gewidmet werden müsste, die es in unserer Gesellschaft immer noch viel zu schwer hätten. Deshalb sei es für ihn eine große Freude und Selbstverständlichkeit, dass Projekte dort weiterentwickelt würden, wo sie ihren Ursprung hätten. Und wenn dieses dann dazu führe, dass es künftig ein bundesweites „InduS-Zentrum“ im Emsland gäbe, würde man in ihm einen großen Unterstützer finden.

Und auch der Lingener Bundestagsabgeordnete Jens Beek, der für die FDP den Koalitionsvertrag mitbegleitet hat, hebt die Bedeutung der Inklusion hervor. In einer Stellungnahme dazu heißt es wörtlich: „Sport hat bei der Stärkung der Teilhabe von Menschen mit Behinderungen eine herausragende Bedeutung. Er verbindet Menschen und trägt durch Begegnungen und ein gleichberechtigtes Miteinander zu einer inklusiven Gesellschaft bei. Aus diesem Grund sind Projekte wie InduS des KSB Emsland in meinen Augen unglaublich wichtig. Denn sie sind deutschlandweite Vorbilder dafür, wie gelebte Inklusion gelingt. Dass wir hier eine Unterstützung im Koalitionsvertrag

vereinbaren konnten, freut mich sehr.“

So sieht es auch der emsländische Landrat Marc-André Burgdorf, der sich nahtlos in die Aktivitäten seines Vorgängers Reinhard Winter einfügt, nachdem dieser im Kreis und den ihm angehörenden Kommunen für das Projekt geworben hat: „InduS ist in unserem Landkreis geboren und längst ein Aushängeschild für den Sport im Emsland, das bezeugt auch die Wertschätzung durch die Regierungskoalition. Insofern ist es nur folgerichtig, wenn man den Inklusionsgedanken weiter vorantreibt, indem unser bestehendes, greifbares Erfolgsmodell gezielt weiterentwickelt wird.“

Die Planungen beim KSB Emsland um eine Anerkennung und Fortsetzung des Projekts hinsichtlich des bundesweiten Inklusionszentrums im Emsland laufen derzeit auf Hochtouren. Gespräche mit Kommunen, Ideengebern und Projektentwicklern sind längst gestartet. Gespannt sein darf man auf die bundesweite Präsentation des Projekts.

KSB-Präsident Koop jedenfalls weiß sich der parteiübergreifenden Unterstützung des Zentrums sicher und ist dankbar für die bereits jetzt vielfältig angebotene Unterstützung. Die Inklusion im Sport funktioniert nur durch Kooperationen von Einrichtungen für Menschen mit Behinderung, dem Sport und der Politik.

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

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

fair versichert
VGH 