

# Leben mit Sport

Verbandszeitschrift des Behinderten- und Rehabilitations-  
Sportverbandes Sachsen-Anhalt e. V.

2/2019



Verbandspolitik  
Seite 4

Regionalkonferenzen  
in Magdeburg und  
Landsberg

Aus der Wissenschaft  
Seite 15 **Pause ist Training**

Nach Redaktionsschluss  
Seite 29 **Auszeichnung  
für Andrea Holz**



**Engagiert ...**  
für den Behinderten-  
und Rehabilitations-  
Sportverband  
Sachsen-Anhalt.

Mobilität | Gesund im Beruf | Sport &  
Freizeit | Hilfe im Alltag | Häusliche Pflege

[www.strehlow.info](http://www.strehlow.info)

Anzeige



**Achtung!**

Bitte ab sofort die neue Redaktionsadresse beachten:

**[kontakt@lektorat-missal.de](mailto:kontakt@lektorat-missal.de)**

**INHALT****4 VERBANDSPOLITIK**

BSSA-Regionalkonferenzen 2019  
Großes Projekt erfolgreich realisiert

**8 REHASPORT**

„Zum Glück habe ich die Fassade schon verputzt!“  
BSSA wirbt für Übungsleiter-Tätigkeit in Sportvereinen  
8. Sachsen-Anhaltischer Krebskongress in Magdeburg  
Themenplan BSSA-Netzwerktreffen/Seminare  
Informationstafel zum ambulanten Rehabilitationssport im BG Klinikum Bergmannstrost  
Einsatz eines Datenschutzbeauftragten im Bereich Rehabilitationssport  
Seminar RehaSport – gut organisiert  
BSSA begrüßt neue Mitgliedsvereine

**15 AUS DER WISSENSCHAFT**

Pause ist Training

**17 FÜR DEN ÜBUNGSLEITER**

Körperwahrnehmung einmal anders  
Neue RehaSport-Übungsleiter

**19 AUS DEN VEREINEN**

Hallenboccia-Turniere des BSSV Köthen  
MSV 90 in Stuttgart Zweiter

**20 WETTKAMPFSPORT**

Para-Kanuten starten stark in die internationale Saison  
Zwischen Rio und Tokio  
Deutsche Meisterschaften der Erwachsenen und Jugend im Para Tischtennis  
Saison-Abschluss im Rollstuhlrugby  
Internationaler Deutschlandpokal und Sieg in der Regionalliga Süd-Ost  
Mitteldeutsche Meisterschaften in der Para Leichtathletik  
Teams des BSV Salzwedel glänzen bei Landesmeisterschaft (ID)  
Jugend trainiert für Paralympics  
Landesmeisterschaften im Para Kegeln  
Landesmeisterschaften 2019 im Hallenboccia  
Landesleistungsstützpunkte bestätigt  
Turnierreiches Frühjahr  
Wettkampfsportarten vorgestellt: Boccia

**27 AUSSCHREIBUNG****28 KURZ & INTERESSANT**

Nachruf  
13. Hallesches Begegnungsfest  
Neue Mitarbeiterin im Rehabilitations-Sport

**29 NACH REDAKTIONSSCHLUSS**

Auszeichnung für Andrea Holz

**29 TERMINE****„Wir lieben das Leben“**

... stand auf einer übergroßen Leinwand beim letzten Down-Sportfest in der Hermann-Gieseler-Halle in Magdeburg. Ein Ausdruck der Freude der Teilnehmer an diesem Sportfest, das es nur zwei Mal in Deutschland gibt. „Wir lieben das Leben“ ist Anspruch und Wirklichkeit zugleich in einer Gesellschaft, die sich mit Behinderung und Inklusion oft noch sehr schwertut. Auch ein LandesSportBund kann sich nicht ausschließlich um die Gewinner im Sport kümmern. Tut er auch nicht. Auf breiter Ebene werden viele Voraussetzungen geschaffen, um es Sportlern mit einem Handicap zu ermöglichen, in einem Verein den für sie möglichen Sport zu treiben. Aber der LandesSportBund in Sachsen-Anhalt macht das nicht selber. Es sind insbesondere die Verbände, die mit ihrem Wissen und den ihnen angeschlossenen Vereinen die Voraussetzungen für jede spezielle Sportart schaffen – wie in anderen Sportarten auch. Mit dem Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband, als einem der drei speziell für Menschen mit einem Handicap aktiven Verbände, ist unser Bundesland sehr gut aufgestellt. In den Vereinen sind es insbesondere die qualifizierten Übungsleiter, die im Rehabilitationssport eine sehr wichtige Aufgabe erfüllen und speziell ausgebildete Trainer, die auch für Sportler mit Handicap Leistungssport möglich machen. Mit großer Bewunderung stelle ich fest, dass bei vielen sportlichen Veranstaltungen im Laufe eines Jahres der Sport für die Behinderten nicht zu kurz kommt. Und das trifft dann auch auf den Leistungssport zu, für den der LandesSportBund speziell ausgebildete Trainer im Verein finanziell unterstützt. So schließt sich ein Kreis, der schon für unsere jüngsten Mitglieder oder Sportler mit einem Handicap Sport ermöglicht – bis hin zum Leistungssportler, der trotz oder mit seiner Behinderung zeigt: „Ich kann es auch!“. Ich freue mich, ein kleiner Teil dieser Bewegung zu sein, um mithelfen zu können, Freude zu bereiten.

Rainer Voigt  
Vizepräsident  
LandesSportBund Sachsen-Anhalt

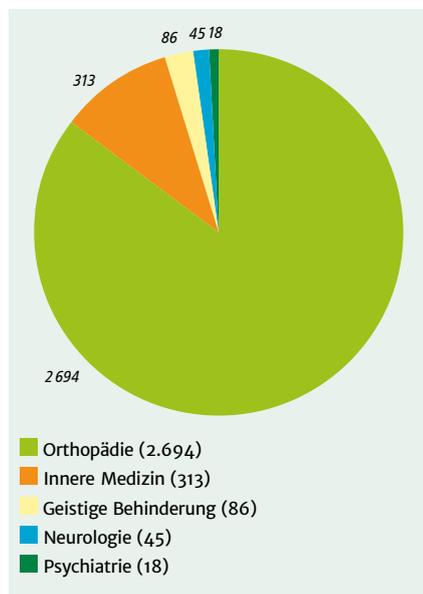
# BSSA-Regionalkonferenzen 2019

von Doreen Seiffert

Der Einladung zu den diesjährigen Regionalkonferenzen folgten insgesamt 115 Teilnehmer aus 57 Vereinen. Die Räumlichkeiten des VSB 1980 Magdeburg e. V. sowie das H+ Hotel (in Landsberg, Ortsteil Peißen) boten gute Bedingungen für beide Tagungen. Der Präsident Dr. Volkmar Stein, der Vizepräsident Rehabilitationssport Dr. Henner Montanus und die Geschäftsführerin Andrea Holz gaben aktuelle Informationen und gestalteten das inhaltliche Programm.

## Rehabilitationssport in Zahlen und Fakten

**Verteilung der 3.156 zertifizierten Rehabilitationssportgruppen in Sachsen-Anhalt auf die Erkrankungsbereiche (Stand: 20.03.2019)**



Insgesamt waren zum 20. März 2019 3.156 Gruppen als Leistungserbringer von Rehabilitationssport nach § 64 SGB IX zertifiziert.

## Qualitätsmanagement im RehaSport

Dr. Henner Montanus (in Magdeburg) sowie Andrea Holz (in Landsberg) gaben einen Rückblick über die Maßnahmen zur Sicherung der Qualität des RehaSports. Im Jahr 2018 wurden Erstberatungen für neue Mitgliedsver-



Dr. Volkmar Stein spricht auf der Regionalkonferenz in Landsberg

eine, Vereinsberatungen für bestehende Vereine sowie Beratungsaudits in RehaSport-Gruppen in den Vereinen durchgeführt. Weiterhin fand ein Netzwerktreffen zum Thema *Kommunikation – der Ton macht die Musik* und Seminare zu den Themen *Vereinsrecht* und *Marketing im Sportverein* statt. Vorstandsmitglieder bzw. Vereinsmitarbeiter hatten die Möglichkeit, an zwei Seminaren *RehaSport – gut organisiert* teilzunehmen.

Ziel des BSSA und seiner Mitgliedsvereine ist es, die Qualität des RehaSports weiterzuentwickeln und Hauptanbieter in Sachsen-Anhalt zu bleiben. Demnach sind für die Jahre 2019 und 2020 folgende Maßnahmen geplant:

- Durchführung von Netzwerktreffen mit neuen Themen z. B. *Übungsleitergewinnung im Sportverein* oder *Vereinsberatung im Sportverein*
- öffentlichkeitswirksame Übergabe der



Teilnehmer Regionalkonferenz Landsberg

Infotafel RehaSport in weiteren Rehakliniken in Sachsen-Anhalt (BG-Klinikum, Uniklinikum Magdeburg, Rehaklinik Bad Schmiedeberg)

- Umsetzung der Kampagne zur Übungsleitergewinnung
- Entwicklung einer Ausbildung *RehaSport-Manager/-in*

**Weitere Aktivitäten des BSSA**

Mit den geplanten Beratungsaudits ist es das Ziel des BSSA, seine Mitgliedsvereine bei Fragen und Problemen umfassend zu beraten und Lösungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Diese Aufgabe wird durch das Regionalzentrum Nord mit seinem Trägerverein VSB 1980 Magdeburg realisiert. Weiterhin dient das Regionalzentrum Nord als regionale Anlaufstelle für Mitgliedsvereine des Verbandes und solche, die es werden wollen.

**Kostensätze im RehaSport**

Andrea Holz und Dr. Henner Montanus informierten die Teilnehmer darüber, dass der Deutsche Behindertensportverband (DBS) die Vergütungsvereinbarung mit dem Verband der Ersatzkassen (vdek) zum 31. Dezember 2019 gekündigt hat. Der DBS wird die Verhandlung zur Erhöhung der Kostensätze mit dem vdek erneut aufnehmen. Ziel ist es, deutlich höhere Kostensätze für 2020 zu verhandeln.

Die neu vorgelegte Vergütungsvereinbarung der Deutschen Rentenversicherung



Jörg Möbius während seines Vortrages in Magdeburg

Bund hat der DBS nicht unterzeichnet. Die Verhandlungen werden fortgeführt. Der Hauptvorstand des DBS tagt dazu am 29. Juni 2019.

Auf Landesebene wird der BSSA die Vergütungsvereinbarung mit den Primärkassen zum 31. Dezember 2019 kündigen. Es sollen höhere Kostensätze ab 2020 – insbesondere in den Positionennummern 604509 (RehaSport Wasser), 604504 (RehaSport Herzgruppen) und 604507 (Schwerstbehinderte Erwachsene) – verhandelt werden. Weiter-

hin gaben Andrea Holz und Dr. Henner Montanus darüber Auskunft, dass der BSSA die Vergütungsvereinbarung mit der Deutschen Rentenversicherung Mitteldeutschland unterzeichnet hat, d.h. rückwirkend zum 01. Januar 2019 gelten höhere Kostensätze für die Mitgliedsvereine des BSSA.

**Elektronische Abrechnung im RehaSport**

Andrea Holz teilte mit, dass ein Kooperationsvertrag mit der Firma *optadata* abgeschlossen wurde. Vereine des BSSA erhalten bei Vertragsabschluss zur elektronischen Abrechnung oder für das Programm *Rehasportzentrale* (Programm zur Verwaltung von RehaSport im Verein) einen Preisnachlass. Mit der Abrechnungsfirma *DMRZ* erfolgt keine Verlängerung der Zusammenarbeit auf Landesebene.

**Vortrag RehaSport für Kinder in der Vereinspraxis**

Birgit Strackeljan, Mitarbeiterin des Regionalzentrums Nord (Vortrag in Halle), und Jörg Möbius, Leiter des Regionalzentrums Nord (Vortrag in Magdeburg), informierten die Teilnehmer über die praktische Umsetzung des RehaSports für Kinder und Jugendliche im VSB 1980 Magdeburg e.V.



Die Ergebnisse der Gruppenarbeit werden durch die Teilnehmer gewichtet



Wichtung der Ergebnisse der Gruppenarbeit | Fotos (5): Doreen Seiffert

### Zusammenfassung der Ergebnisse beider Veranstaltungen

#### Stärken (die zehn wichtigsten Themen nach Rangigkeit)

1. Serviceleistungen, Erreichbarkeit der Geschäftsstelle, Beratungsleistungen
2. gute Organisation im Verband, klare Strukturen, strukturiertes Arbeiten, kompetente Mitarbeiter
3. System Aus- und Weiterbildung
4. Unterstützung der Vereine (finanziell, organisatorisch, Veranstaltungen auf Landesebene)
5. gute Außendarstellung und Öffentlichkeitsarbeit
6. Vielfalt > Projekte, Veranstaltungen (Seminare, Netzwerktreffen, Regionalkonferenzen)
7. Landessportspiele für Behinderte und ihre Freunde
8. Werbung an Berufsschulen für Übungsleiter/-innen
9. sehr gute Atmosphäre im BSSA (Umgang miteinander)
10. Versand der Übersicht der im Quartal zu rezertifizierenden RehaSport-Gruppen

*Die detaillierte Auswertung der Gruppenarbeiten ist bei Interesse in der Geschäftsstelle einzusehen.*

#### Entwicklungspotenzial nach Rangigkeit

1. Vermeidung einer doppelten Statistik (LSB und BSSA) \*
2. Änderung des Systems der Rezertifizierung von RehaSport-Gruppen
3. Angebot von Ein-Tages-Fortbildungen \*\*
4. Einführung eines Online-Zertifizierungsverfahrens
5. Verstärkung der Ärzteaufklärung über RehaSport-Angebote

*\*Anmerkung: Dieses Problem liegt in der Zuständigkeit des DOSB*

*\*\* wird in den Lehrgangsplan 2020 aufgenommen*

*Die Themen 2, 4, 5 werden Bestandteil der strategischen Verbandsarbeit.*

### Vortrag Informationen zur ARAG-Sportversicherung

Jan Gusewski, Leiter des Versicherungsbüros der ARAG-Sportversicherung, gab einen Überblick über die vielfältigen Angebote der ARAG-Sportversicherung sowie die in Teilbereichen verbesserten Leistungen ab 2019.



Für Fragen rund um die ARAG-Sportversicherung können sich unsere Mitgliedsvereine direkt an Herrn Jan Gusewski (Büroleiter, Versicherungsbüro beim LandesSportBund Sachsen-Anhalt e.V.) wenden.

Telefon: 0391 25191011

E-Mail: [vsbmagdeburg@arag-sport.de](mailto:vsbmagdeburg@arag-sport.de)

Im Anschluss an die Vorträge erfolgte die Gruppenarbeit in Vorbereitung auf den Verbandstag des BSSA am 18. April 2020. Folgende Fragen wurden durch die Teilnehmer bearbeitet:

- Welche Stärken zeichnen den BSSA aus? Was läuft gut? Was hat sich bewährt?
- Wo gibt es Probleme/Entwicklungspotential für den BSSA?

Im zweiten Schritt erfolgte eine Wichtung der Ergebnisse.

Diese Ergebnisse sind in den nebenstehenden Tabellen aufgelistet dargestellt. Abschließend haben die Teilnehmer für die größten Herausforderungen mögliche Lösungsansätze diskutiert.

### Auswertung Feedbackbögen

Auch in diesem Jahr hatten die Teilnehmer die Möglichkeit, auf Feedbackbögen anonym ihre Einschätzung zur Regionalkonferenz aufzuzeigen. Die guten bis sehr guten Bewertungen sind für alle im BSSA-Engagierten Motivation, den eingeschlagenen Weg fortzusetzen.

# Großes Projekt erfolgreich realisiert

## Verein für Gesundheit, Bewegung und Sport eröffnet neue Sportstätte

von Axel Ruland



Jörg Bremer, Geschäftsführer vom Magdeburger Stadtsportbund (li.) verlieh André Napiontek vom VGBS die Ehrennadel des Stadtsportbundes in Gold. (2. v. l.) Zu den Gratulanten zählten Jörg Möbius, Schatzmeister des Vereins zur Förderung des Behinderten- und Rehabilitationssports in Sachsen-Anhalt, (3.v. l.), Dr. Volkmar Stein, Präsident des BSSA (4. v. l.) und Eva Maria Giessing vom VGBS-Vorstand.

Großer Bahnhof am 10. April dieses Jahres in der Magdeburger Danzstraße 7. Eingeladen hatte der Verein für Gesundheit, Bewegung und Sport e. V. (VGBS) an der Uni Magdeburg zu einem ganz besonderen Termin, denn an diesem Abend stand die offizielle Einweihung der zweiten Sportstätte des VGBS im Mittelpunkt. VGBS-Vorstandsmitglied André Napiontek erinnerte in seiner Begrüßungsrede noch einmal an den historischen Ablauf – mit dem Blick auf das Jahr 2016. Damals hob der Vereinsvorstand die Idee aus der Taufe, eine zweite und vor allen Dingen ganztägig geöffnete Sportstätte in der Landeshauptstadt zu schaffen.

Und dann ging's los: Zunächst stand die Suche nach einer sporttauglichen Immobilie – nach Möglichkeit in Stadtmitte – auf der Agenda. Wer sucht, der findet, denn nur einen Steinwurf vom Magdeburger Dom entfernt wurde ein passendes Objekt in den Fokus genommen. Ein leerstehendes, großräumiges, ehemaliges Rechenzentrum entsprach den Vorstellungen des Vorstandes.

Mit dem Abschluss des Mietvertrages auf 20 Jahre rollte die Planung für den komplexen Umbau und dessen Finanzierung auf vollen Touren. Das Motto hieß nun *Klinken putzen*:

Sponsoren und Helfer galt es für dieses anspruchsvolle Projekt zu gewinnen. Nach einer groß angelegten Suchaktion wurde man fündig. Die Stadt Magdeburg machte 6.640 Euro locker, der Behinderten- und Rehabilitationssportverband von Sachsen-Anhalt steuerte 5.000 Euro bei und der Stadtsportbund Magdeburg beteiligte sich mit 3.100 Euro drauf. Und es ging weiter mit 20.156 Euro von der Stiftung Behindertensport Sachsen-Anhalt und aus dem Hause der Lotto-Toto GmbH Sachsen-Anhalt kamen noch 32.000 Euro Lotteriefördermittel in den Topf der Projektfinanzierung für dieses anspruchsvolle

VGBS-Vorhaben dazu. Auch eine Spendenaktion innerhalb des VGBS brachte noch rund 3.000 Euro.

„Wir waren von diesem Spendenergebnis überwältigt und möchten dafür ein dickes Dankeschön der Vereinsmitglieder an die Förderer aussprechen. Dabei machte sich aber auch die Allianz zum BSSA mehr als ‚bezahlt‘, denn Geschäftsführerin Andrea Holz unterstützte und begleitete unser Projekt von der ersten Stunde an bis ins Finale mit großem Engagement“, unterstrich Napiontek.

2018 begann dann die große bauliche Schlussoffensive und Vorstandsmitglied André Napiontek suchte dann nach tatkräftigen Helfern aus den Reihen der VGBS-Mitglieder und stieß auf große Resonanz. Viele kleine Eigenleistungen wie Putz-, Maler- und Fußbodenverlegearbeiten sowie Blechbearbeitung für die Dachentwässerung realisierten die vielen fleißigen Hände. Ein gutes halbes Jahr wurde im Baufinale rangeklotzt. Die Vereinsmitglieder leisteten insgesamt 2.500 Arbeitsstunden.

„Das war für uns eine Ehrensache, hier für unsere neue Sportstätte handwerklich aktiv zu sein. Der umtriebige André Napiontek hat uns mit seinem Tatendrang motiviert und angesteckt. Wie man sieht, hat es sich gelohnt. Diese neue Mehrfeldersporthalle bietet vor allen Dingen für uns feste sowie ganztägige Hallennutzungszeiten und das alles noch in einem modernen Umfeld“, freute sich der



Harald Höber | Fotos (2): Axel Ruland

76-jährige Magdeburger Harald Höber. Mit diesem Projekt wurde nicht nur eine leerstehende Halle aus dem Dornröschenschlaf erweckt, sondern es entstand für gegenwärtig 919 Sportler im Bereich Behinderten- und RehaSport eine moderne Einrichtung im Herzen von Magdeburg.

# „Zum Glück habe ich die Fassade schon verputzt!“

**Der 39-jährige René Lis leidet an einer äußerst seltenen Form von Parkinson und ist RehaSportler bei RPG Halle**

von Helge Missal

**Parkinson stellt die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung dar, nur Alzheimer ist noch weiter verbreitet. In Deutschland leiden ca. 400.000 Menschen an Parkinson. Die meisten Patienten erkranken zwischen dem 60. und 70. Lebensjahr an dieser Krankheit. Bei 10 % der Betroffenen treten die ersten Symptome bereits vor dem 40. Lebensjahr auf; extrem selten gar bei Jugendlichen. Bis 2040 wird eine Verdreifachung der Parkinson-Patienten weltweit erwartet.**

## PLÖTZLICH STAND ALLES STILL

Der Alltag war geprägt von eng getakteten Terminen. Als Berufskraftfahrer lag René Lis oft die Zeit im Nacken. Sein Blick ging häufig auf die Uhr, um zu prüfen, wie er in der Zeit lag. Ungeduld machte sich breit, wenn er mal wieder im Stau stand und es – wenn überhaupt – nur langsam voranging. Bis zu einem Morgen im Februar des Jahres 2018. Er wachte eines Morgens auf und verspürte ohne jegliche Vorwarnung im Halsbereich ein unangenehmes Ziehen und Steifheitsgefühl. In dem Glauben, sich einfach nur einen Nerv eingeklemmt zu haben, suchte er seine Hausärztin auf. Relativ schnell begann der heute 39-jährige apathisch zu schauen und war auch nicht mehr ansprechbar. Innerhalb von zwei Stunden nach dem Arztbesuch bildeten sich die Symptome vollumfänglich aus: Sein Kopf und sein Kehlkopf wackelten unkontrolliert und fortan hatte er große Schwierigkeiten beim Sprechen. „Ich konnte es nicht mehr regulieren. Es war einfach da“, fasst Lis den Wendepunkt in seinem Leben nüchtern zusammen. Mit dem Rettungswagen ging es für ihn in die Klinik, wo er eine Nacht zur Beobachtung blieb. „Zu diesem Zeitpunkt dachte ich, dass ich einen schlechten Tag hatte und es am nächsten Tag schon wieder gehen werde“, beschreibt René Lis seine Hoffnungen. Am nächsten Morgen wackelte sein Kopf immer noch und es schloss sich eine wochenlange Reha-Maßnahme an.

## NACH FAST ZWEI MONATEN STAND DIE DIAGNOSE FEST

Mit der Reha stellte sich keine Besserung ein, da René Lis nach jeweils 15-minütigen Übungen körperlich völlig erschöpft an seine Grenzen stieß und über Wahrnehmungsstörungen klagte. Auch seine Bewegungen nahm er plötzlich zeitverzögert wahr. Nach sieben Wochen wurde die Reha abgebrochen und er neurologisch untersucht. Die Ärzte konzentrierten sich nun auf Parkinson, was man bei der bisherigen Behandlung aufgrund seines Alters und der guten psychischen Verfassung nicht im Fokus hatte. René Lis wurden zunächst typische Parkinsonmedikamente verabreicht, die jedoch nicht angeschlagen haben. Dann spielte der Zufall eine Rolle: Die behandelnde Ärztin schlug vor, ein anderes Medikament – Akineton mit sehr starken Nebenwirkungen – auszuprobieren. René Lis willigte ein und gegen 16 Uhr hörte das Wackeln von Kopf und Kehlkopf erstmals nach sieben Wochen auf. Dieses Medikament nimmt er bis heute dreimal täglich ein. Nach vielen Wochen stand die Diagnose nach eingehenden Untersuchungen fest: René Lis leidet an einer dystonen Bewegungsstörung. Sein erster Gedanke nach der Diagnose galt seinem Haus: „Zum Glück habe ich die Fassade letztes Jahr schon verputzt!“, sagt René Lis lachend und verweist darauf, dass er das heute auf keinen Fall mehr körperlich bewältigen könnte. Ihm wurde deutlich, dass der größte Verlust die Selbstständigkeit ist.

## DIE URSACHE IST NICHT ZWEIFELSFREI GEKLÄRT

Wenn René Lis spricht, merkt man ihm die Anstrengung an. Er stottert etwas, manche Wörter spricht er zweimal hintereinander aus und er überlegt etwas länger, bis ihm das fehlende Wort einfällt. „Beim Logopäden habe ich mich anfangs gefühlt wie ein Schüler in der ersten Klasse. Jeden einzelnen Laut sind wir durchgegangen, um nach und nach wieder in einen Redefluss zu kommen, der nicht so abgehackt wird“, erläutert er die Anstrengungen. Die Wörter und Sätze wirken dann wohlüberlegt, da er sich gewählt ausdrückt. Die dystone Bewegungsstörung ist neurologischen Ursprungs – ob die Erkrankung erblich bedingt ist, kann nicht zweifelsfrei belegt werden. Die Großmutter von René Lis erkrankte an Parkinson – ein Zusammenhang kann nicht ausgeschlossen werden. Da bei der Dystonie die gleiche Hirnregion betroffen ist wie bei Parkinson, wird die Dystonie oft auch als eine Form des Parkinson bezeichnet. Die Symptome wie Zittern und Bewegungsstarre können bisweilen identisch sein. Bei Parkinson treten die ersten Anzeichen häufig schon Jahre vor dem eigentlichen Ausbruch der Krankheit auf. Nicht bei René Lis: Sie kamen buchstäblich über Nacht. Ihm wurde einmal gesagt, dass in seiner Altersgruppe nur eine Person von 1.000.000 an dieser Krankheit leidet. Sie ist extrem selten. Eine Herausforderung für ihn, aber auch für die ihn betreuenden Physiotherapeuten,



René Lis blickt optimistisch in die Zukunft | Foto: René Lis

Psychologen und RehaSport-Übungsleiter. „Mein beruflicher Alltag wurde fast komplett durch einen therapeutischen Alltag ersetzt“, erzählt der 39-Jährige.

## EIN NEUES LEBEN BEGINNT

Das Medikament, das der ehemalige Berufskraftfahrer einnehmen muss, ist mit starken Nebenwirkungen verbunden. Der Körper trocknet innerlich aus. Daher muss er genau auf seinen Flüssigkeitshaushalt achten: „Ich bin wohl einer der Wenigen, der keine Probleme

kein Problem. „Heute muss ich mir das Schneiden aufteilen und längere Pausen einlegen“, erläutert er. Seine Familie und seine Freunde unterstützen ihn in jeglicher Hinsicht. Besonders die Freunde waren schockiert, galt sein Lebensstil doch als vorbildlich: Der sportliche Typ trank nicht, rauchte nicht und achtete auch auf seine Ernährung. Daher kam häufig die Frage nach den Gründen für seine Erkrankung auf. René Lis wird regelmäßig psychologisch betreut, um mit den plötzlichen Neuerungen zurechtzukommen.

hat, die empfohlene Menge von zwei Litern am Tag zu mir zu nehmen“, sagt Lis lachend. Er wirkt in sich ruhend und mit der gesamten Situation im Einklang. Das war nicht immer so. Lange wollte er es nicht wahrhaben. Sein Alltag änderte sich von jetzt auf gleich. Seinen Beruf als Kraftfahrer hat er seit den ersten Symptomen nicht mehr ausgeübt und wird dies auch nie mehr können. Wenn René Lis etwas lernen musste, dann war es, seinem Körper die Zeit zu geben, die er benötigt. Aktivitäten wie das Schneiden seiner Hecke waren früher

## ER IST EIN KÄMPFER

Für ihn kommt es nicht infrage, aufzugeben: „Ich war schon immer ein Kämpfer!“ Mit 19 erlitt er einen Bandscheibenvorfall, konnte in der Folge seinen Beruf als Maler- und Lackierer nicht mehr ausüben und schulte auf Kraftfahrer um. Er hat sich schon einmal zurückgekämpft. In den nächsten Monaten beginnt eine weitere Reha, um ihn wieder an den Berufsalltag heranzuführen. Wie dieser aussehen könnte, weiß Lis noch nicht. Momentan hat er die Rolle des Hausmanns übernommen, seine Freundin ist Alleinverdienerin. Trotz der schwierigen Situation kann er dem Ganzen auch etwas Positives abgewinnen. Er genießt die scheinbar kleinen Dinge des Alltags – Zeit mit seiner Freundin und den zwei Mischlingshunden zu verbringen – viel intensiver und kann sie nun viel stärker wertschätzen.

## DAS SCHWIERIGSTE IST DIE GEDULD

Im RehaSport-Kurs beim RPG Halle e. V., an dem auch andere Parkinson- und Schlaganfallpatienten teilnehmen, ist er mit Abstand der jüngste Teilnehmer. Viele Übungen scheinen ihm nicht schwerzufallen. Der Übungsleiter wandelt viele Übungen extra für ihn ab, um ihn zu fördern und zu fordern. Das zeigt Wirkung: Nach dem 45-minütigen Kurs sieht man René Lis die Erschöpfung an: Er ist kurzatmig und das Sprechen fällt ihm ob der Anstrengungen noch einmal sichtlich schwerer. René Lis kommt körperlich schnell an seine Grenzen. Er möchte seine Ausdauer kontinuierlich steigern und die Grenzen Schritt für Schritt verschieben. Insgesamt blickt er positiv in die Zukunft: „Ich muss Geduld haben mit mir“, sagt er abschließend mit einem freundlichen Lächeln.



### Die nächsten Lehrgänge zum Übungsleiter im Bereich Neurologie:

Lehrgangsnummer	Lehrgang	LE	Lehrgangsvoraussetzungen	Meldeschluss	Ort und Zeit
B19-ÜB08	Lizenz Neurologie Block 60	90	Nachweis Block 10	15.07.2019	Halle (Saale) vom 09.-13.09.19 und 23.-24.09.2019
B19-ÜB10	Sonderlehrgang Lizenz Neurologie Block 60	16	berufliche Anerkennung nach Anerkennungstabelle des DBS, Nachweis Block 10	22.08.2019	Halle (Saale) vom 17.-18.10.2019

# BSSA wirbt für Übungsleiter-Tätigkeit in Sportvereinen

## Start der neuen BSSA-Übungsleiterkampagne

von Doreen Seiffert

Laut dem Statistischen Landesamt Sachsen-Anhalt wächst der Anteil der älteren Bevölkerung zunehmend. Damit verbunden wird der Bedarf an RehaSport-Angeboten in den Vereinen und Einrichtungen stetig steigen und somit auch der Bedarf an lizenzierten Übungsleitern/-innen mit der entsprechenden Qualifikation *DOSB Lizenz B Sport in der Rehabilitation*.

(Quelle: <https://demografie.sachsen-anhalt.de/>, 02.05.2018)

Seit 2017 wurden 15 Mitgliedsvereine des BSSA zu strategischen Aspekten im Rehabilitationssport sowie zu Problemen bei der der aktuellen Arbeit im Verein befragt. Die Rückmeldungen unserer Vereine ergaben, dass die Nachfrage nach RehaSport-Angeboten enorm gestiegen ist, jedoch gestaltet sich die Akquise neuer Übungsleiter/-innen zunehmend schwieriger. Der Wunsch nach Unterstützung seitens des BSSA wurde mehrfach von den Vereinen geäußert.

Infolgedessen startet der BSSA am 1. Juli 2019 mit seiner neuen Kampagne zur Übungsleitergewinnung. Ziel des BSSA ist es, gemeinsam mit seinen Mitgliedsvereinen Übungsleiter/-innen für den Rehabilitationssport zu gewinnen bzw. Menschen zu motivieren, sich als Übungsleiter ausbilden zu lassen. Die Laufzeit der Kampagne ist zunächst auf zwei Jahre angelegt.

Folgende Maßnahmen sind zur Umsetzung der Kampagne bereits umgesetzt:

- Stellenbörse auf der Homepage des BSSA
- Erstellung von Postern und Postkarten (siehe Abb.), diese können kostenfrei von unseren Mitgliedsvereinen beim BSSA bestellt werden
- Vortrag *Der Weg zum Übungsleiter* für angehende Physio- und Ergotherapeuten in der Berufsschule in Halle

Weitere Maßnahmen sind zur Umsetzung der Kampagne geplant:

- Erstellung von Roll-ups (für Schulen und Presseveranstaltungen)
- Planung einer Auftaktveranstaltung im 4. Quartal 2019
- Infostand in der Otto von Guericke Universität in Magdeburg im Oktober 2019
- Vortrag *Der Weg zum Übungsleiter* für angehende Physio- und Ergotherapeuten in der Berufsschule in Magdeburg am 4. Dezember 2019
- Planung weiterer Vorträge in Berufsschulen in Sachsen-Anhalt
- Beratung der Vereine zur Übungsleitergewinnung
- Teilnahme des BSSA auf Jobmessen ab 2020
- Netzwerktreffen *Übungsleitergewinnung im Sportverein*
- Erarbeitung eines Leitfadens zur Mitarbeiterführung



Alle Mitgliedsvereine des BSSA, die Interesse an den kostenfreien Infomaterialien (Poster, Postkarte) haben bzw. die Kontakte zu regionalen Berufsschulen haben oder eine persönliche Vereinsberatung wünschen, melden sich bitte direkt in der Geschäftsstelle des BSSA.



**Übungsleiter für RehaSport gesucht!**

Unser Verein ist anerkannter Anbieter für den ambulanten RehaSport (SGB IX, § 64). Für die Durchführung von RehaSport-Gruppen suchen wir lizenzierte Übungsleiter/innen B Sport in der Rehabilitation.

- Du hast Spaß am Sport und im Umgang mit Menschen?
- Du suchst eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit?
- Du hast eine Übungsleiterlizenz B Sport in der Rehabilitation oder hast Lust die Ausbildung zum Übungsleiter zu absolvieren?

Mehr Informationen unter [www.bssa.de](http://www.bssa.de)

**Bewirb Dich jetzt bei uns im Sportverein!**

**BSSA**  
Behinderten- und Rehabilitationssportverband Sachsen-Anhalt e.V.

Poster DIN A3



**Übungsleiter für RehaSport gesucht!**

Melde Dich und werde aktiv im Sportverein!

- Du hast Spaß am Sport und im Umgang mit Menschen?
- Du suchst eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit?
- Du hast eine Übungsleiterlizenz B Sport in der Rehabilitation oder hast Lust, die Ausbildung zum Übungsleiter zu absolvieren?

Unsere Vereine sind anerkannte Anbieter für den ambulanten RehaSport (SGB IX, § 64). Für die Durchführung von RehaSport-Gruppen suchen sie lizenzierte Übungsleiter/innen B Sport in der Rehabilitation.

**BSSA**  
Behinderten- und Rehabilitationssportverband Sachsen-Anhalt e.V.

[www.bssa.de](http://www.bssa.de)

Postkarte



**Sportlich aktiv mit Dir!**

Unsere Mitgliedsvereine freuen sich auf ...

- Sportinteressierte
- Interessierte Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Erzieher oder andere Berufsgruppen
- Sportstudierende, bereits qualifizierte Absolventen

**Du möchtest dich engagieren?**

Dann melde dich gern per Mail: [info@bssa.de](mailto:info@bssa.de) oder per Telefon 0345 5170824!

**Weitere Informationen**

zu unseren Vereinen, zur Ausbildung zum Übungsleiter sowie alles rund um den Rehabilitationssport gibt es unter

[www.bssa.de](http://www.bssa.de)

**BSSA**

**Service für Mitgliedsvereine des BSSA:**  
**Jetzt kostenfreie Jobangebote inserieren!**  
 Nutzt die Stellenbörse des BSSA:  
<https://www.bssa.de/stellenboerse/>

# 8. Sachsen-Anhaltischer Krebskongress in Magdeburg

## BSSA mit Infostand beteiligt

von Birgit Strackeljan und Sven Hunold (Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft)

Am 22. und 23. März 2019 fand der 8. Sachsen-Anhaltische Krebskongress *Onkologie in Sachsen-Anhalt – Interdisziplinär, Multiprofessionell, Innovativ* in Magdeburg statt. Im Mittelpunkt des Kongresses standen die Darstellung der Onkologie als interdisziplinäres Fachgebiet mit Bezug zur klinischen Forschung, zur Epidemiologie, Qualitätsentwicklung und Versorgungsforschung mit regionalem Bezug. Themenschwerpunkte waren alle häufigen Tumorformen (wie z. B. Brust-, Prostata-, Darm-, Lungen-, Haut-, Gebärmutterkrebs, Leukämien, Lymphome u. a.), darüber hinaus neue Diagnostik- und Therapieverfahren, Im-

munonkologie, Palliativmedizin, onkologische Rehabilitation, Psychoonkologie, Onkologische Pflege sowie spezielle Themen aus der Onkologie des Landes. Birgit Strackeljan, Mitarbeiterin des Regionalzentrums Nord des BSSA, informierte mit einem Infostand über die Angebote im Behinderten- und Rehabilitationssport während und auch nach einer Krebsdiagnose bzw. Behandlung. In Gesprächen mit Ärzten und dem Personal aus den Rehakliniken fand ein reger Austausch statt. Alle Interessierten erhielten Informationsmaterial zum RehaSport sowie die Kontaktdaten der Magdeburger RehaSport-Vereine.



Der BSSA-Infostand auf dem Krebskongress. Foto: Sven Hunold, Sachsen-Anhaltische Krebsgesellschaft e. V.

# Themenplan BSSA-Netzwerktreffen/Seminare

## 2. Halbjahr 2019

Datum	Thema	Inhalt	Ort	Kosten
<b>Sa, 07.09.19</b> <b>9:00–15:00 Uhr</b> Meldeschluss: 09.08.19	<b>Netzwerktreffen</b> <i>Selbst- und Zeitmanagement</i> Referenten: Psychologinnen A. Herz & A. Beck	- Was ist Motivation? - Was gibt mir Kraft, meine Ziele zu verfolgen? - eigene Bedürfnisse hinterfragen und passende Ziele ableiten	Halle (Saale), Geschäftsstelle des BSSA	40,-€ pro Teil- nehmer
<b>Fr, 25.10.19</b> <b>9:00–15:00 Uhr</b> Meldeschluss: 27.09.19	<b>Netzwerktreffen</b> <i>Kooperation zwischen Verein und Physiotherapie – Vorteile, Chancen, Verträge</i> Referenten: J. Möbius/D. Seiffert/B. Fischbeck	- Chancen und Möglichkeiten für Verein und Physiotherapie/Vertragsgestaltung - Steuerrechtliche Betrachtung - Darstellung am Beispiel eines Vereins	Magdeburg	40,-€ pro Teil- nehmer
<b>Sa, 16.11.19</b> <b>9:00–15:00 Uhr</b> Meldeschluss: 18.10.19	<b>Seminar Praxiswissen</b> <i>PR und Marketing im Sportverein</i> Referentin: A. Lippstreu	- Öffentlichkeitsarbeit - Marketing im Sportverein	Halle (Saale), Geschäftsstelle des BSSA	40,-€ pro Teil- nehmer
<b>Fr, 22.11.19</b> <b>9:00–15:00 Uhr</b> Meldeschluss: 24.10.19	<b>Seminar Praxiswissen</b> <i>RehaSport – gut organisiert!</i> Referenten: A. Holz/D. Seiffert	- Vermittlung der gesetzlichen Grundlagen des Rehabilitationssports - Organisatorische Abläufe des Rehabilitationssports - Abrechnung, Verwaltung	Halle (Saale), Geschäftsstelle des BSSA	40,-€ pro Teil- nehmer
<b>Fr, 29.11.19</b> <b>9:00–15:00 Uhr</b> Meldeschluss: 01.11.19	<b>Seminar Praxiswissen</b> <i>Steuern und Buchhaltung im Verein</i> Referentin: Steuerberaterin B. Fischbeck	- Grundlagen ordnungsgemäßer Buchführung - Gewinn- und Verlustrechnung - steuerliche Besonderheiten des Vereins	Magdeburg	40,-€ pro Teil- nehmer

# Ein neues Kapitel

## Informationstafel zum ambulanten Rehabilitationssport im BG Klinikum Bergmannstrost

von Annette Lippstreu



Präsentation der Infotafel: Thomas Hagdorn, Henry Rafler, Dr. Joachim Zaage, Christian Dreißigacker, Andrea Holz, Doreen Seiffert, Dr. Volkmar Stein, Sandra Hillert (v. r.)

In diesem Jahr blickt das BG Klinikum Bergmannstrost Halle als zweitälteste Unfallklinik Deutschlands auf 125 Jahre Geschichte zurück. Mit der Eröffnung 1894 nahm die bis heute innovative Idee einer integrativen medizinischen Versorgung von Menschen mit schweren Unfallverletzungen Gestalt an. Seitdem werden Akutversorgung auf höchstem Niveau und Rehabilitation unter einem Dach angeboten.

Bereits seit 2006 verbindet das Bergmannstrost eine partnerschaftliche Zusammenarbeit mit dem BSSA, seit acht Jahren ist das Klinikum *Offizieller Förderer des Behinderten- und Rehabilitationssports in Sachsen-Anhalt*. Besonderes Anliegen

der Zusammenarbeit ist es, die Lebensqualität von Menschen mit Handicap und chronischen Erkrankungen nachhaltig zu verbessern, präventiv zu agieren und die öffentliche Aufmerksamkeit für diese Themen zu stärken.

Am 18. Mai 2019 beging das BG Klinikum Bergmannstrost Halle sein Jubiläum mit einem Festakt und einem Tag der Offenen Tür. In diesem Rahmen wurde ein weiteres Kapitel der Zusammenarbeit aufgeschlagen. Gemeinsam mit dem Vorsitzenden Geschäftsführer Christian Dreißigacker, Geschäftsführer Thomas Hagdorn, Pflegedirektor Henry Rafler und dem Stellvertretenden Ärztlichen Direktor Dr. Joachim Zaage präsentierten BSSA-Präsident Dr. Volkmar Stein und Geschäftsführerin Andrea Holz eine Tafel zum ambulanten Rehabilitationssport, die fortan im Klinikum Informationen

für Patienten und Mitarbeiter bereithält. Der BSSA will mit diesem Angebot Patienten bereits während der stationären Rehabilitation wichtige Hinweise für die Zeit nach dem Klinikaufenthalt geben. Anschließend an Mobilisierung und Reha-Einheiten in der Klinik sollen Menschen motiviert werden, sich weiterhin angemessen sportlich im Verein am Wohnort zu betätigen und dadurch ihren Gesundheitszustand zu verbessern. Ebenso werden in Kooperation mit dem Gesundheits- und Rehabilitationssportverein Halle (GeReHa e.V.) Rehabilitationssport-Gruppen für Mitarbeiter angeboten.

Der BSSA und zwei seiner Vereine waren mit Informations- und Aktivangeboten beim Tag der offenen Tür vertreten. Die Referentin für Rehabilitationssport



Die Aktivangebote wurden rege genutzt  
Fotos (2): BG Klinikum Bergmannstrost Halle, Jessen Mordhorst



Beratung in der Lichtstraße | Foto: pandamedien

Doreen Seiffert und Mitarbeiterin Silvana Kunth standen in der Lichtstraße des Hauses interessierten Besuchern rund um den Rehabilitationssport Rede und Antwort. Im Laufe des Tages führten sie rund 70 Beratungsgespräche durch. In der Sporthalle zeigten Mitglieder des Vereins GeReHa mit ihrer Vereinsvorsitzenden Sandra Hillert, wie RehaSport in der Praxis aussieht. Kanuten des HKC 54 boten in der Schwimmhalle mit Therapeuten des Klinikums Para Kanu an.

# Einsatz eines Datenschutzbeauftragten im Bereich Rehabilitationssport

## Informationen zum Datenschutz

Der Landesbeauftragte für den Datenschutz Sachsen-Anhalt geht davon aus, dass Verantwortliche i. S. v. Art. 4 Abs. 1 der Europäischen Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO), z. B. Angehörige von Gesundheitsberufen sowie Vereine, regelmäßig erst dann Gesundheitsdaten umfangreich i. S. v. Art. 37 Abs. 1 lit c DS-GVO verarbeiten, wenn die Zehn-Personen-Grenze des § 38 Abs. 1 des BDSG erreicht ist.

Sofern ein Verein lediglich Gesundheitsdaten im für die Durchführung des

Rehabilitationssports erforderlichen Maß verarbeitet, ist eine umfangreiche Verarbeitung bei weniger als zehn automatisiert Verarbeitenden nicht zu erwarten. Allerdings kann dann eine umfangreiche Verarbeitung auch unterhalb der Zehn-Personen-Grenze des § 38 BDSG vorliegen, wenn z. B. Vereine (oder andere Verantwortliche) an umfangreichen Forschungsvorhaben teilnehmen, die dazu führen, dass mehr Gesundheitsdaten verarbeitet werden als bei einer üblichen Arztpraxis mit weniger als

zehn automatisiert Verarbeitenden. Eine umfangreiche Verarbeitung kann auch dann vorliegen, wenn es z. B. im Rahmen von Projekten zu automatisierten Übermittlungen von Gesundheitsdaten in erheblichem Umfang unterhalb mehrerer Verantwortlicher kommt. Gemeint sind hiermit nicht Übermittlungen, die im üblichen Rahmen zu Abrechnungszwecken durchgeführt werden.

Quelle: Schreiben des Landesbeauftragten für Datenschutz in Sachsen-Anhalt vom 14.05.2019

# Seminar RehaSport – gut organisiert

## Neue Mitgliedsvereine erhalten Informationen zum Rehabilitationssport

von Doreen Seiffert



Silke Gebhardt, Referentin für Aus- und Fortbildung informiert die Teilnehmer



Gruppenarbeit mit Seminar RehaSport | Fotos (2): Doreen Seiffert

Am Freitag, dem 17. Mai 2019, fand das Seminar *RehaSport – gut organisiert* in der Geschäftsstelle des BSSA statt. Alle neuen Mitgliedsvereine des BSSA beteiligten sich mit insgesamt neun Vereinsmitarbeitern am Seminar. Alle Teilnehmer folgten gespannt den Ausführungen der Geschäftsführerin Andrea Holz über den Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt. Einen Überblick über die rechtlichen Grundlagen zum Rehabilitationssport sowie zu den organisatorischen Abläufen erhielten die Teilnehmer von der Referentin für Rehabilitationssport, Doreen Seiffert. Besonderes Interesse zeigten die Teilnehmer

bei den Themen *Anerkennung von RehaSport-Gruppen, Möglichkeiten der elektronischen Abrechnung und praktische Umsetzung des RehaSports im Verein*. Silke Gebhardt, Referentin für Aus- und Fortbildung, informierte die Teilnehmer über das Aus- und Fortbildungssystem des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS). Insgesamt konnte das Seminar mit einer positiven Feedbackrunde beendet werden.



Das nächste Seminar *RehaSport – gut organisiert* findet am 22. November 2019 in Halle (Saale) statt.

## **i** BSSA begrüßt neue Mitgliedsvereine



### **Verein Therapie Vital-Rehasport e. V.**

**Aufnahme am:** 14. März 2019  
**Stadt:** Weißenfels  
**Landkreis:** Burgenland  
**Vorsitzende:** Silke Mizera-Arnold

Übergabe Aufnahmeurkunde Verein Therapie Vital-Rehasport e. V.  
v. I. Christoph Schiller (Übungsleiter), Silke Mizera-Arnold (Vorstands-  
vorsitzende), Dr. Lars Homagk (Vorstandsmitglied)



### **Verein für Bewegungsspiele 1906 Sangerhausen e. V. Abteilung Behinderten-Reha-Sport**

**Aufnahme am:** 4. April 2019  
**Stadt:** Sangerhausen  
**Landkreis:** Mansfeld-Südharz  
**Vorsitzender:** Torsten Schweiger

Übergabe Aufnahmeurkunde des Vereins für Bewegungsspiele 1906  
Sangerhausen e. V.  
v. I. Kerstin Koge, Annegret Busch (Abteilungsleiterin),  
Holger Scholz (Vizepräsident)



### **Verein Turn- und Sportgemeinschaft GutsMuths 1860 Quedlinburg e. V.**

**Aufnahme am:** 12. Juni 2017 (Showdown),  
Beginn Rehabilitationssport 2019  
**Stadt:** Quedlinburg  
**Landkreis:** Harz  
**Vorsitzender:** Konrad Sutor

Übergabe Aufnahmeurkunde der Turn- und Sportgemeinschaft  
GutsMuths 1860 Quedlinburg e. V.  
v. I. Lutz Egeling, Nicole Grosser (Abteilungsleiterin), Konrad Sutor (Ver-  
einsvorsitzender)

Fotos (3): Doreen Seiffert

# Pause ist Training

## Einige Tipps zur besseren Verarbeitung hoher Ausdauerbelastungen

von Dr. Thomas Prochnow

Unter *Regeneration* versteht man Wiederherstellung und Erneuerung. Im Sport ist *Regeneration* auch mit Erholung nach anspruchsvollen Belastungen gleichzusetzen. Dabei sind die psychischen und physischen Entlastungen gemeint. Somit wird im Sport dem Be- und Entlastungssystem (dem Wechsel zwischen Ruhe- und Belastungswochen oder dem Wechsel der Belastungen innerhalb einer Woche) große Bedeutung beigemessen. Wenn dieses System im Training konsequent praktiziert wird, dann kann auch beispielsweise nach einem Marathonlauf das Training *ohne schlechtes Gewissen* zwei Wochen lockerer gestaltet werden. Und das muss es auch! Denn nach langandauernden Belastungen lenken die körperlichen Systeme unterschiedlich lang aus. Zur schnelleren Beseitigung der Ermüdungserscheinungen infolge hoher sportlicher Belastungen und zur Förderung der Regeneration wird im Sport

gezielt die Pause eingesetzt: Umfang und Intensität werden stark reduziert. Durchblutungsförderndes Training steht an erster Stelle. Die Wiederherstellung der ermüdeten Muskeln und Organsysteme wird auch durch die Tätigkeit anderer Muskelgruppen (regeneratives Schwimmen o. ä.) beschleunigt.



**Die Kunst, im sportlichen Training erfolgreich zu sein, besteht nicht nur in einer wirksamen Belastungsreizsetzung, sondern in hohem Maße in der gezielten Entlastung“**

(Zitat aus: Prochnow „Lauffibel“, ISBN 3-89787-161-0)

Dieses Erholungstraining muss im Einklang mit allen anderen Lebensbereichen stehen, damit eine komplexe Regeneration garantiert ist. So spielen Ernährung, Schlaf, positives Denken, Sauna und die mentale Aufbereitung

des Trainings/Wettkampfes ebenfalls eine wichtige Rolle.

Wenn die Regenerationszeit zu kurz ist, dann kommt es in der Regel schnell zu Belastungssummationen. Diese führen dann zu Leistungsrückgang bzw. in vielen Fällen auch zu Verletzungen. Ein guter Indikator hierfür ist das Verhalten des Ruhepulses. Wenn dieser mehrere Tage deutlich erhöht (> 10 Schläge/Minute) und eine Erkältung oder Entzündung im Körper ausgeschlossen ist, dann liegt in der Regel ein Zustand des Übertrainings/der Überforderung vor. Hier sollten sofort der Trainingsumfang und die Intensität stark reduziert werden. Sauerstoffreiches Training (aerobes Laufen) ist angezeigt. Mitunter sind auch zwei bis drei völlige Ruhetage sinnvoll.

**Ein gutes Trainingssystem ist die beste Regeneration. Belastung und Entlastung sind ausgewogen.**

## Praxistipps zur Regeneration

- Nach der Belastung nicht zum *Fass ohne Boden* werden. Der Magen kann nur ca. 0,3–0,4 Liter **Flüssigkeit** pro halbe Stunde resorbieren. Also lieber mehrere kleine Portionen zuführen.
- **Bewährt** haben sich verdünnte Sportgetränke, stilles Mineralwasser, gestreckte Fruchtsäfte, Honigtee, leicht gesalzene Suppen und natürlich Apfelsaftschorle.
- Die **Nahrungsaufnahme** ist gefühlsmäßig zu regulieren. Manche haben einen regelrechten Heißhunger, andere können stundenlang nichts Festes zufrühen. Erfahrungsgemäß kommt bei den meisten nach 1–2 Stunden das Hungergefühl. Sportriegel, fettarme Milchprodukte, zubereitete Hülsenfrüchte, mageres Fleisch, Fisch oder die Kombination aus Kartoffeln und Ei sind zu empfehlen.
- **Essen und Trinken** sollte jeweils in kleineren Portionen erfolgen.
- Angenehm ist die **Entlastung der Füße** nach einem Wettkampf. An einem schattigen Platz im Sommer – oder im Winter eingewickelt in eine Decke – ist dies durch Hochlagerung der Beine zu erzielen.
- Schüttelungen und eine leichte **Massage** (Ausstreichen) leiten die Regeneration gut ein.
- **Dehnung** nach einem sehr harten Training oder Wettkampf sollte nur sehr gefühlvoll durchgeführt werden. Die Sehnen und Muskelansätze sind schon sehr strapaziert. Ein zu intensives Dehnungsprogramm kann in diesem Fall zu Verletzungen führen.
- Ein warmes **Wannenbad** bewirkt oft Wunder – aber auch Müdigkeit. Mit entsprechenden Zusätzen können verschiedene Ziele verfolgt werden: So kann das Bad entspannend, aktivierend oder entkrampfend wirken. In jedem Fall ist es auch eine Wohltat für die Sinne.
- Die **Sauna** sollte nach anstrengenden Trainingseinheiten mehr im Sinne eines Aufwärmens betrachtet werden. Nicht zu lange sitzen bleiben, da sonst der Flüssigkeitsverlust weiter verstärkt wird.
- Nicht zu unterschätzen ist der **Erfahrungsaustausch** mit Gleichgesinnten. Das Reden über die Erlebnisse vor, während und nach dem Wettkampf ist ein wichtiger Bestandteil des Regenerationsprozesses.
- Keinen **Zeitstress** nach dem Wettkampf. Auch wenn die Abfahrt nach dem Wettkampf geplant ist und jeder schnell nach Hause möchte, so sollte alles in Ruhe geschehen. Wenn möglich, ist es besser einen Tag mehr einzuplanen.

## Übertraining

Wer die trainingsmethodischen Prinzipien und deren biowissenschaftliche Hintergründe versteht, der weiß, dass Regenerationsphasen zu einem wirksamen Training gehören. Dem Körper die Chance der optimalen Verarbeitung des Trainierten zu geben, ist die Voraussetzung, um auch den gewünschten Effekt der Superkompensation zu erzielen.

Dieser Prozess der Superkompensation existiert nach einer Reizsetzung im Wochen- und Mehrwochenverlauf. Im abgebildeten **Trainingsplan** ist eine gezielte Abfolge von drei Wochen Belastung und einer *Ruhewoche* dargestellt. Mit der Entlastungswoche hat der Körper die Chance, die absolvierten Belastungen *wachsen* zu lassen. Wenn zu häufig dicht aufeinander zu intensive Belastungen gesetzt werden bzw. über sehr lange Zeit sehr umfangreiche Reize vorhanden sind und keine Entlastungsphasen geplant werden, ist die Gefahr des Übertrainings gegeben.

### Ursachen des Übertrainings

- schlecht ausgeprägtes Grundlagenniveau (aufgebrauchte Energiespeicher)
- Proportionen der Trainingsanteile zu sehr in die intensive Richtung verschoben
- keine klare Be- und Entlastungsdynamik
- zu starke und nicht vorbereitete Belastungserhöhungen
- Gruppentraining, bei dem die schwächeren Sportler die Trainingsbereiche stark überschreiten
- spontane Änderungen der Trainingsinhalte
- Unterschätzung der allgemeinen athletischen Ausbildung bzw. des Einsatzes anderer Sportarten
- Gestaltung des Trainings nach Gefühl und zu wenig Nutzung objektiver Steuergrößen (Herzschlagfrequenz, Laktat, Atmung, Teste)
- Trainingsfortsetzung bei medizinischen Problemen, insbesondere körperlichen Entzündungen (z.B. Zahnbettvereiterung), Infektionen (z.B. Pfeiffersches Drüsenfieber), Fieber und substanzielle

Trainingsplan / Lauferfahrung 1–2 Jahre							
	1.–3. Woche	4. Woche „Ruhe“	5.–7. Woche	8. Woche „Ruhe“	9.–11. Woche	12. Woche „Ruhe“	12.–15. Woche
Mo	GA <sub>1</sub> / 30 Min.		GA <sub>1</sub> / 30 Min.		GA <sub>1</sub> / 45 Min.		GA <sub>1</sub> / 45 Min.
Di	GA <sub>1</sub> / 45 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>1</sub> / 60 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>1</sub> / 75 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>1</sub> / 75 Min.
Mi							
Do							
Fr	GA <sub>1</sub> / 30 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>2</sub> / 2x10 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>2</sub> / 2x20 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>2</sub> / 2x25 Min.
Sa	GA <sub>1</sub> / lang 60 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>1</sub> / lang 60 – 75 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>1</sub> / lang 75 – 90 Min.	KB / 30 Min.	GA <sub>1</sub> / 90 Min.
So							

GA<sub>2</sub> – Pause: 3–5 Min.  
 KB = Kompensationsbereich (regeneratives Training)

Grundlagenausdauer 1 = lockeres, aerobes Laufen  
 Grundlagenausdauer 2 = mittelschnelles Laufen, aerobes-anaerobes Laufen

Mangelerscheinungen (Eisen, Mineralien ...)

- gesteigerte Gesamtbelastungssituation (Familie, Beruf, Studium, Prüfungen, Sorgen ...)

### Typische Symptome

- Gereiztheit
- Unzufriedenheit
- Schlafstörungen
- Libidoverlust
- Appetitlosigkeit
- Konzentrationsschwäche
- Gewichtsabnahme
- mehrtägige, deutliche Erhöhung des Ruhe- und/oder des Belastungspulses
- höhere Laktatwerte bei gleicher Belastung
- Leistungsabfall
- Häufung banaler Infekte und gesundheitlicher Indisposition

Die Laufpause, das Austrudeln, Ausruhen, Abschalten und Kraftschöpfen gehören ebenfalls zum Training wie die schweren Trainingseinheiten selbst. Auch die Pause muss konsequent geplant werden. Es gewinnen nicht diejenigen, die am härtesten trainieren, sondern die, die am cleversten ihr Training gestalten. Dazu gehört auf jeden Fall im richtigen Moment die berühmte Handbremse zu ziehen.

Wer trotz harter Leistungsanforderungen zwischendurch nicht immer mal

wieder auf tankt, der wird nur zufällig ein optimales Resultat erzielen.

### Was ist bei Überforderung?

In diesem Fall sollte konsequent mindestens eine Ruhewoche eingelegt werden. Die Ruhewoche ist gekennzeichnet durch eine deutliche Umfangsreduzierung der Gesamtkilometer und durch eine „Entschärfung“ der intensiven Belastungen. Das Training sollte ausschließlich regenerativen Charakter tragen. Wer in den berühmten Keller gefallen ist, der muss mindestens sieben bis zehn Tage entlastend trainieren. Wenn nicht sofort konsequent gegengesteuert wird, kommt es zum „Verschleppen“ dieses Zustandes über mehrere Wochen. Im Endeffekt ist mehr Trainingsausfall und damit Leistungsrückgang zu verzeichnen, als wenn die Entlastung alle drei Wochen mit 4–7 Tagen geplant wird. Dazu gehört auch die Ordnung der Lebensumstände. Parallel dazu sollten die laborchemischen Befunde (Depot – Eisen, Magnesium, Indikatoren der Stoffwechselwege) im Verlauf geprüft werden. Auch ist die Gabe von Immunstimulanzien, L-Carnitin, hoch dosierte Vitamine B1, B5, E und C eine gute Unterstützung der Regeneration.

# Körperwahrnehmung einmal anders

## Mit dem orientalischen Tanz neue Perspektiven auf den eigenen Körper einnehmen

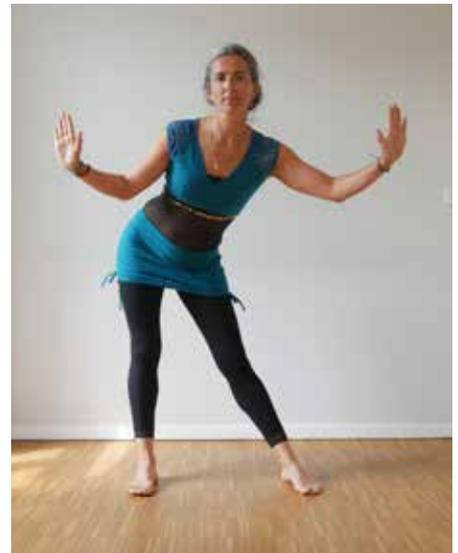
von Nicole Schlottig

**Den Körper einmal anders als beim Pilates, Yoga, oder Bauch, Beine, Po wahrzunehmen, das ist das Ziel.**

**Wie fühlt es sich an, wenn sich nur das Becken oder nur die Brustwirbelsäule separat bewegen? Wie beweglich sind wir überhaupt? Der orientalische Tanz fördert das Gleichgewicht, die Fähigkeit sich im Rhythmus zu bewegen, kräftigt den gesamten Körper und macht ihn beweglicher.**

Vom Zeh bis in die Fingerspitze: Orientalischer Tanz hält fit. Die 50 verschiedenen Bewegungen sind ein Ganzkörpertraining auch für Ungeübte – sie kräftigen die Muskulatur und lösen Verspannungen. Die Finger bewegen sich grazil, das Becken beschreibt kleinste Kreise und die Schritte sind zart. Orientalischer Tanz ist durch und durch anmutig und verführerisch – und von Kopf bis Fuß ein ideales Fitnesstraining. Der ganze Körper kommt in Schwung. Typisch für den Orientalischen Tanz aber sind die isolierten Bewegungen einzelner Körperpartien und sie sind ungewohnt: Ein Teil des Körpers bewegt sich, während ein anderer still steht oder sich in einem anderen Rhythmus bewegt. Ein bekanntes Beispiel dafür ist der Shimmy, bei dem die Hüften zittern – und nur die Hüften, nicht der Oberkörper. Oder es wird nur mit dem Brustkorb gekreist, während der Arm ruhig bleibt. Manch einer kommt sich dabei ungenau vor und fühlt sich statt anmutig eher wie ein Trampeltier. Man muss lernen, loszulassen und sich zu trauen. Es braucht eine Weile, bis diese Bewegungen durch das Training vertrauter werden und man den Rhythmus verinnerlicht. Nach und nach werden die Bewegungen kombiniert, etwa das Schülterkreisen mit einem Hüftschütteln. Der Schwierigkeitsgrad kann gesteigert oder den eigenen Bedürfnissen angepasst werden. Somit ist der Tanz geeignet für jedermann, von jungen Menschen über

Senioren oder Menschen mit Übergewicht bis hin zu Schwangeren. Auch Herz und Kreislauf kommen auf sanfte Weise in Schwung und so manch einer kommt dabei ganz schön ins Schwitzen. Vor allem die Muskulatur muss arbeiten. Wenn man fünf Minuten an der Schlangelbewegung der Oberarme feilt, hat man bis zum kleinen Finger jeden Muskel trainiert. Außerdem muss Spannung in Becken, Po, Oberschenkeln und Bauch aufgebaut werden. Und mal geht es bei einer Bewegung auch auf Zehenspitzen in die Knie. So werden diese Partien gekräftigt. Ein Sixpack oder Bodybuilder-Arme kommen dabei zwar selten heraus, sehr wohl aber straffe, feste und definierte Körperpartien. Der Orientalische Tanz trainiert vor allem die kleinen Muskeln und die Tiefenmuskulatur, die die Wirbelsäule stabilisiert. Die aufrichtende Muskulatur wird so aufgebaut, der Brustkorb geöffnet. Das ist ein toller Ausgleich vor allem für Menschen mit sitzender Tätigkeit. Und sogar die Greifmuskulatur profitiert, wenn die Strecker der Hände in Aktion gebracht werden. Wer würde beim klassischen Krafttraining schon an die Finger denken oder an die Füße? Getanzt wird barfuß, so dass die Fußmuskulatur zu tun bekommt. Fußfehlstellungen können dadurch vorgebeugt werden. Auch Verspannungen lösen sich, der gesamte Körper wird gelockert. Orientalischer Tanz fühlt sich gut an:



Schlangenbewegung der Arme, kreisende Acht der Hüfte nach innen und außen und wellenartige Bewegung des Beckens. Erst werden die Bewegungen isoliert von einander geübt, dann zusammen. Das trainiert die Konzentrations- und Koordinationsfähigkeit und hält uns fit. | Fotos: Emily Schlottig

Man bekommt ein ganz neues Körperbewusstsein, hat das Gefühl aufrechter zu gehen und beweglicher zu sein.



Die nächsten Lehrgänge zur Fortbildung **Körperwahrnehmung einmal anders**

Lehrgangsnummer	Lehrgang	LE	Fortbildungsschwerpunkt	Meldeschluss	Ort und Zeit
B19-F09	Lizenzverlängerung 15 LE	15	Körperwahrnehmung einmal anders	14.09.19	Halle (Saale) 09.–10.11.19

## **i** *Neue RehaSport-Übungsleiter*

Der BSSA begrüßt neu ausgebildete Übungsleiter, freut sich auf eine gute Zusammenarbeit und wünscht allen viel Freude bei der zukünftigen Arbeit in den Vereinen.



Ausbildung Übungsleiter Orthopädie (oben und Mitte) Innere Medizin (unten)  
Fotos (3): Silke Gebhardt



### **Ausschreibung zum Modelllehrgang Bewegung gegen Krebs – Wissen in Theorie und Praxis**

**Zielgruppe:**

Übungsleiter/-innen und Trainer/-innen im Breitensport; Übungsleiter/-innen B „Sport in der Rehabilitation“ aus den Strukturen des DOSB und DBS, die mit der Zielgruppe (ehemaligen) Krebspatienten/innen arbeiten möchten.

**Umfang:**

15 Lerneinheiten à 45 Minuten  
(Einführung, Theorie und Praxis)

**Termin:**

Freitag, 08.11.19 (ca. 17.00 Uhr) bis  
Sonntag, 10.11.19 (ca. 12.30 Uhr)

**Ort:**

Behinderten-Sportverband  
Niedersachsen  
Ferd.-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover

**Kosten:**

Die Teilnahmegebühr beträgt 35 €. Darin enthalten sind Übernachtung, Verpflegung und Lehrgangsmaterialien. Die Reisekosten sind von den Teilnehmenden selbst zu tragen.

**Teilnahme:**

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

**Anmeldeschluss:** 6. Oktober 2019

**Ansprechpartner:**

Deutscher Behindertensportverband e.V.  
Kirsten Meier  
E-Mail: [meier@dbs-npc.de](mailto:meier@dbs-npc.de)  
Telefon: 02234-6000-311

# Hallenboccia-Turniere des BSSV Köthen

## Spiel und Spaß standen im Mittelpunkt

von Giesela Nicht

Am 25. April 2019 führte der BSSV Köthen nunmehr schon zum dritten Mal vereinsinterne Meisterschaften im Boccia durch. Die 23 Teilnehmer wurden aufgeteilt, sodass sich sechs Mannschaften ergaben. Im direkten Vergleich der Mannschaften wollte jede gut gelaunt und auch mit einer gesunden Portion Ehrgeiz den Wanderpokal Boccia des BSSV erringen.

Nach drei Stunden Spielfreude unter Wettkampfbedingungen stand der Pokalsieger fest. Es ist Mannschaft 3 mit Manfred Jacob, Jochen Hundt, Rita Mania und Susanne Brückner.



Die Teilnehmer des Turniers am 20. Mai 2019 | Foto: Jürgen Nicht

Am 20. Mai 2019 fand ein weiteres Turnier statt, denn der BSSV organisierte im Rahmen seiner Bewerbung für den Vereinstaler der Köthen Energie 2019 ein Boccia-Turnier für Menschen mit Behinderung. Nach einer kurzen Einweisung in die paralympische Sportart und einigen Übungswürfen konnte zu einem kleinen Turnier angepfeifen werden. Dazu traten sechs gemischte Mannschaften aus Teil-

nehmern der Lebenshilfe gGmbH, dem Behindertenverband Köthen e. V. und der Sportgruppe Boccia des BSSV Köthen zu fairen und spannenden Wettkampfspielen an. Spaß und Spielfreude waren allen Teilnehmern anzumerken. Am Ende sind alle als Gewinner aus der gelungenen Veranstaltung hervorgegangen. Von den Gästen des BSSV wurde mehrfach der Wunsch geäußert, derartige sportliche

Auseinandersetzungen zu wiederholen. Die Veranstaltung wurde von den Sponsoren Köthen Energie und Wohnungsgesellschaft finanziell und materiell unterstützt.

Diese Turniere haben wieder einmal gezeigt, dass mit Boccia jede Altersgruppe für einen Mannschaftssport mit Spaß am Spiel und Freude beim gemeinsamen Sporttreiben zu begeistern ist.

# MSV 90 in Stuttgart Zweiter

## Torballer erkämpfen einen sehr guten zweiten Platz

von Thilo Behrendt

Der SV Hoffeld (Stuttgart) veranstaltete am Samstag, dem 18. Mai 2019,

ein international gut besetztes Torballturnier. An diesem Turnier betei-



ligten sich zwölf Teams aus Frankreich, Italien, Österreich und Deutschland. Der Magdeburger SV 90 nahm ebenfalls an diesem Kräfteressen teil.

Da die Elbestädter nicht ganz in Bestbesetzung antreten konnten, war die Zielstellung, aus einer guten und stabilen Abwehr, den Einzug in die Runde der besten sechs Teams zu schaffen. Die Hoffnungen erfüllten sich, konnte man doch den Gruppensieg für sich verbuchen. In der Platzierungsrunde konnte man den Favoriten aus Augsburg und Nizza Paroli bieten und sich am Ende sogar über den zweiten Platz freuen.

Symbolbild Torball | Foto: Günter Hartmann

# Para-Kanuten starten stark in die internationale Saison

## Anja Adler holt EM-Bronze

von Anja Pöppich

Nach den beiden nationalen Qualifikationsrennen am 5. und 27. April konnten die Para-Kanuten des Halleschen Kanu Clubs (HKC) 54 Anja Adler und Ivo Kilian überzeugen und sich für die deutsche Nationalmannschaft empfehlen. Anja Adler startete in beiden Wettkämpfen sowohl im Kajak (KL2) als auch im Va'a (VL3) und erreichte in allen acht Rennen die geforderte Norm.

„Für mich war es ein sehr gelungener Auftakt, ich bin noch nie so gut in die Saison gestartet“, freute sich Adler. Ivo Kilian konzentriert sich in diesem Jahr voll auf das Kajak (KL2). Auch er knackte die Norm und ist sehr zufrieden. Aus Sicht der beiden Aktiven haben sie den starken Einstieg in die vorparalympische Saison ihrer Trainerin Ognjena Dusheva zu verdanken. Nach einem Trainingslager in Kienbaum ging es dann weiter nach Poznan (Polen).

In der polnischen Stadt wurden am 21. und 22. Mai die Europameisterschaften ausgetragen. Anja Adler ging im Va'a in der VL3 an den Start und holte sensationell Bronze hinter der Konkurrenz aus Russland und der Ukraine: „Ich bin superhappy. Nach dem langen Winter hatte ich mich riesig auf das Rennen, den ersten internationalen Vergleich gefreut. Es hat super viel Spaß gemacht.



Das Team in Poznan | Foto: Angelika Kriszka

Gerade hinten raus habe ich gemerkt, dass ich da im Winter gut zugelegt habe und so zum Ziel noch eine Schippe drauflegen konnte“, schätzte die 30-Jährige ihre Leistung ein. Einen Tag später startete sie in der paralympischen Klasse KL 2 im Kajak; hier belegte sie einen hervorragenden sechsten Platz und zeigte sich damit sehr zufrieden. HKC-Mannschaftskamerad Ivo Kilian belegte im Kajak-Finale (KL 2) nach einem überzeugenden Sieg im Halbfi-

nale ebenfalls den sechsten Platz. Nach Rio 2016 möchte er im kommenden Jahr in Tokio nochmals an den Start gehen. „Ich bin mit meiner Leistung zufrieden und war ziemlich nah dran. Das Feld ist schön zusammengerutscht und aus ehemals 1,5 Sekunden Abstand zu Platz drei sind 0,5 Sekunden geworden. Also alles im Plan“, kommentierte der 42-jährige IT-Techniker seinen Lauf. Europameister wurde Mykola Syniuk aus der Ukraine.



Gelungender Auftakt für Anja Adler | Foto: Christel Schlisio

Vom 23. bis 25. Mai fand auf der gleichen Strecke anschließend der Weltcup statt. Adler holte wie zur EM Bronze im Va'a und wurde starke Sechste in der paralympischen Kajak-Klasse KL 2. Kilian konnte in einem stark besetzten Feld im Kajak der KL 2 einen achten Platz mit Saisonbestleistung erkämpfen. Beide Athleten sowie Trainerin Dusheva sind sehr zufrieden mit den ersten internationalen Vergleichen. Um die Startplätze für Tokio geht es bereits am 21.–24. August 2019 bei den Weltmeisterschaften in Szeged (Ungarn).

## Zwischen Rio und Tokio

von Annette Lippstreu



Mit einem Doppelsieg stieg Andrea Eskau (USC Magdeburg) beim Weltcup Para Radsport im belgischen Ostende Mitte Mai in die Wettkampfsaison ein. Auch wenn das Feld in ihrer Startklasse mit nur einer Konkurrentin aus den Niederlanden recht schmal besetzt war, sind die jeweils 60 Weltcupunkte im Straßenrennen und im Zeitfahren doch durchaus wertvoll auf dem Weg in Richtung der Paralympics in Tokio im kommenden Jahr.

Andrea Eskau erschöpft in Rio de Janeiro nach ihrem Sieg im Straßenrennen, doch bereits wieder im regen Austausch mit ihrer deutschen Teamkollegin Dorothee Vieth | Foto: Detlef Rürpich

## Deutsche Meisterschaften der Erwachsenen und Jugend im Para Tischtennis

**BSSA-Starter erspielen insgesamt vier Bronzemedailles**

von Steffen Klask

Am 22. und 23. März fanden in Brechen-Oberbrechen (Hessen) die Deutschen Jugendmeisterschaften (U25) im Para Tischtennis statt. Mit Fabian Giemsa (TTV Bernburg 08) und Leon Borst (SV Seehausen/Börde) stellte der BSSA zwei Starter, die zum ersten Mal an dieser Veranstaltung teilnahmen. Am Ende standen zwei 5. Plätze zu Buche. Auch wenn sie in diesem Jahr die Medaillenränge verpasst haben, kann man beiden eine



Christiane Zufall und Stefanie Rennau im Doppel zu Bronze | Foto: SV Seehausen/Börde

gute Leistung bescheinigen. Mit ihrem Alter von 13 bzw. 15 Jahren können sie noch oft bei den Jugendmeisterschaften

starten, sodass berechnete Hoffnung besteht, dass sie in Zukunft ihre diesjährigen Platzierungen noch verbessern und im Medaillenbereich landen können.

Dazu werden auch die in diesem Jahr gewonnenen Erfahrungen und geknüpften Kontakte beitragen.

Am 12. und 13. April fanden im hessischen Bruchköbel die Deutschen Meisterschaften im Para Tischtennis statt. Für den BSSA gingen sieben Aktive des SV Seehausen/Börde an den Start. Der Erfolgreichste war wie in den Vorjahren Heiko Müller, der sowohl im Einzel als auch im Doppel den

Bronzerang erreichte. Im Doppel konnten Christiane Zufall und Stefanie Rennau sich mit Bronze dekorieren. Sebastian Klask tat es den beiden mit seinem hessischen Doppelpartner gleich, nachdem sie sich im Halbfinale knapp geschlagen geben mussten. Insgesamt lässt sich bei beiden Meisterschaften eine positive Bilanz ziehen.



Die Ergebnisse stehen auf den Seiten der Abteilung Tischtennis des DBS unter <https://www.dbs-tischtennis.de/turniere-ergebnisse/ergebnisse/> zur Verfügung.

### Ergebnisübersicht DM

Name	Wettkampfl.	Platzierung Doppel	Platzierung Einzel
Christiane Zufall	10	3. (mit S. Rennau)	5.
Stefanie Rennau	AB	3. (mit C. Zufall)	9.
Sebastian Klask	8	3. (mit M. Krok/Hessen)	9.
Uwe Priemer	10	9. (mit A. Lehmann)	7.
Engelbert Eising	10	-	10.
Heiko Müller	AB	3. (mit G. Freiling/Hessen)	3.
Andreas Lehmann	AB	9. (mit U. Priemer)	9.

## Saison-Abschluss im Rollstuhlrugby

### Elbbumper aus Biederitz landen auf dem zweiten Tabellenplatz

von Maik Lütke



Die Elbbumper sprechen die Spieltaktik ab | Foto: Maik Lütke

Am 18. und 19. Mai stand der letzte Spieltag in der 2. Bundesliga im Rollstuhlrugby in Hamburg auf dem Plan. Mit sechs Spielern ist die Spielgemeinschaft von Eiche 05 Biederitz und RSL-Leipzig e.V. angetreten. Das Team stand nach dem 1. Spieltag auf einem soliden 2. Platz.

Im ersten Spiel bekam es Eiche 05 gleich mit der Heimmannschaft aus Hamburg zu tun. In einem intensiven und kampfbetonten Spiel lag das Team um Jens Sauerbier bis fünf Minuten vor Schluss zurück, konnte das Spiel jedoch noch glücklich mit 54:52 für sich entscheiden. Im zweiten Spiel an diesem Tag musste man sich mit der Mannschaft aus Bochum messen. In diesem Spiel dominierten die Biederitzer das Geschehen von Anfang an. Am Ende gelang auch ein sehr klarer 63:34-Erfolg.

Am Sonntag stand dann das entscheidende Spiel gegen die noch unbesiegten Neckbreakers aus Hannover an. Da das Hinspiel verloren ging, stand nun Wiedergutmachung auf dem Programm. Zur Halbzeit konnten sich die Biederitzer Elbbumper schon eine knappe Führung herauskämpfen. Nach der Halbzeit spielten sich die Elbbumper gegen die noch unbesiegten Niedersachsen in einen Rausch, sodass am Ende ein klarer, verdienter Erfolg zu Buche stand und der neue Meister mit 61:49 geschlagen wurde. Die Elbbumper gratulieren dem alten und neuen Meister ganz herzlich zur Meisterschaft und freuen sich auf ein erneutes Kräftemessen in der neuen Saison.

## Internationaler Deutschlandpokal und Sieg in der Regionalliga Süd-Ost

### Die Spieler des TTC Halle blicken auf eine erfolgreiche Saison zurück

von Anja Pöppich

Am 8. und 9. März fand mit Teilnehmern aus der Schweiz und Holland in Rheinsberg eines von fünf Turnieren des Deutschland-Pokals statt. Das Turnier diente als Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft im Rollstuhl-Tischtennis. Leider konnte sich kein Mitspieler des TTC Halle für die DM qualifizieren. Gespielt wird in den Leistungsklassen A (stärkste Klasse), B, C und N. Mit dabei waren vom TTC Halle auch Hartmut Zahn und Marco Pratsch in der Gruppe B sowie Christian Grübner, Karsten Bahn und Egbert Gaudigs in der Gruppe C. Christian Grübner kam wie auch in der Gesamtwertung aller Turniere auf einen guten 2. Platz und steigt somit in die Gruppe B auf.

Einen weiteren Erfolg feierten die TTC-ler in der Regionalliga Süd-Ost. Im großen Entscheidungsturnier am 16. März konnten sich Hartmut Zahn, Marco Pratsch und Christian Grübner gegen die fünf gegnerischen Mannschaften durchsetzen und somit die Regionalliga Süd-Ost gewinnen. Ob ein Aufstieg in die zweite Bundesliga möglich wird, entscheidet sich nun am 15. Juni 2019 bei der Relegation in Wiehl bei Köln. Das Team TTC Halle 2 mit Egbert Gaudigs, Karsten Bahn und



1. Mannschaft des TTC Halle (v. l. Christian Grüber, Hartmut Zahn, Marco Pratsch) | Foto: Christian Grübner

Achim Körper verteidigte seinen guten dritten Platz aus der Hinrunde, sodass die Rolli-TTC-Spieler auf eine erfolgreiche Regionalliga-Saison 2018/2019 zurückblicken können.

# Mitteldeutsche Meisterschaften in der Para Leichtathletik

## Wittenberg erweist sich wiederholt als gutes Pflaster

von Anja Pöppich



Die Teilnehmer an den Offenen Mitteldeutschen Meisterschaften in der Para Leichtathletik  
Foto: Michael Horn

Am 18. Mai 2019 richtete die TSG Wittenberg die vom BSSA veranstalteten Offenen Mitteldeutschen Meisterschaften in der Para Leichtathletik aus.

Bei besten äußeren Bedingungen gelang es den Sportlern gleich dreimal, die WM-Norm für Dubai zu erfüllen. Bei den Frauen stieß Marie Brämer-Skowronek (SC Magdeburg/TF34) die Kugel auf 7,26 m, Charleen Kosche (BPRSV Cottbus/TF34) erreichte in der weiblichen Jugend u20 in derselben Disziplin 7,15 m und Martina Willing (BPRSV Cottbus/TF56) übertraf mit 21,14 m im Speerwerfen die WM-Norm. Damit stellte sich Wittenberg erneut als gutes Pflaster für das Übertreffen der WM-Normen heraus. Auch die anderen Sportler aus Sachsen-Anhalt konnten sich stark in Szene setzen und die eine oder andere persönliche Bestmarke knacken. So war aus Halberstadt eine große Delegation mit vielen neuen Sportlern

dabei. Erfolgreichster Teilnehmer war dabei Toni Ortmann mit vier Siegen in der männlichen Jugend u20 über 100m, 400m, 1500m und im Weitsprung. Im Keulenwurf ging der ehemalige Weltklasse-Turner Ronny Ziesmer aus Cottbus an den Start. Alle Ergebnisse können online unter [www.tsg-wittenberg.de](http://www.tsg-wittenberg.de) eingesehen werden. Ein großer Dank geht an die vielen freiwilligen Helfer und Kampfrichter der TSG Wittenberg, die die Durchführung dieser spannenden und erfolgreichen Meisterschaften erst ermöglicht haben.



Ronny Ziesmer, Alexander Bartz und Marie Brämer-Skowronek (von links)  
Foto: Bernd Hammelmann

# Teams des BSV Salzwedel glänzen bei Landesmeisterschaft (ID)

## Neun Teams kickten um die Hallen-Krone

von Steffen Winkelmann

In Salzwedel traten am 23. März neun Fußballteams zu den BSSA-Hallen-Meisterschaften (ID) 2019 im Fußball an. Den Titel 2019 holte sich die zweite Vertretung des BSV Salzwedel. Die Vorrunde wurde in zwei Gruppen ausgetragen, deren Ergebnis in beiden Gruppen klar zu Gunsten der Gastgeber vom BSV Salzwedel ausfiel. Das Team BSV I dominierte mit die Gruppe A, während die zweite Mannschaft des BSV in der Gruppe B das Maß aller Dinge war. Diese Teams waren auch in den Halbfinalbegegnungen ihrem jeweiligen Gegner überlegen. Der BSV II krönte sich im Finale zum Landesmeister, während sich der SV Blau-Weiß Günthersdorf den Bronzerang sicherte.

### Ergebnisse

1. BSV Salzwedel II
2. BSV Salzwedel I
3. SV Blau-Weiß Günthersdorf
4. TSV Einheit Burg
5. GRB SV Staßfurt
6. SV Rotation Aschersleben
7. VSB Magdeburg
8. PSV Dessau 90 I
9. PSV Dessau 90 II

# Jugend trainiert für Paralympics

## In drei Landesfinals wurden die Schulsieger aus Sachsen-Anhalt gekürt

von Anja Pöppich



Viele Teilnehmer beim Floorball-Turnier in Halle (Saale) | Foto: pandamedien

Im Frühjahr wurden die Landesfinals von Jugend trainiert für Paralympics in den Sportarten *Schwimmen*, *Tischtennis* und *Floorball* ausgetragen. Den Anfang machten im März die Schwimmer bei einem hervorragend ausgerichteten Wettkampf des GRB Staßfurt e. V. mit insgesamt neun teilnehmenden Schulen. Nach zwölf Einzelwettkämpfen in den Disziplinen *Brust-*, *Rücken-* und *Freistilschwimmen* sowie der *Freistilstafel* (6 x 25m) jubelten die Sportler der SINE-CURA-Schule Quedlinburg/Gernrode und konnten sich somit für das Bundesfinale im September in Berlin qualifizieren. Das Team um Trainer Dirk

Harnisch war von dem Erfolg selbst etwas überrascht, fiel er doch recht deutlich aus. Dabei erkämpften die Bodestädter zweimal Gold, zweimal Silber und dreimal Bronze sowie Staffelschwimmen ebenfalls den Bronzerang. Die Tischtennisspieler kamen in Gernrode zusammen. In einem sportlich fairen Wettkampf konnte sich die Marianne-Buggenhagen-Schule aus Darlingerode vor der Schule *Miteinander* aus Wefensleben und der Heinrich-Kielhorn-Schule aus Großkayna

für das Bundesfinale qualifizieren. Dort belegte das Team der Marianne-Buggenhagen-Schule im Mai den sehr guten achten Platz. Für die super Organisation des Landesfinals waren der SV Germania Gernrode e. V., Abt. Tischtennis in Zusammenarbeit mit dem BRSV SINE-CURA e. V. Quedlinburg zuständig. Der Universitätssportverein Halle e. V. um Dieter Degen organisierte für die Förderschulen mit dem Schwerpunkt *geistige Entwicklung* das zweite Mal einen JtFP-Wettkampf im Floorball. Auch die diesjährige Auflage war ein voller Erfolg. Den Wettkampf gibt es nur auf Landesebene, da Floorball nicht paralympisch ist. Zu Turnierbeginn reihten sich die Teilnehmer und Organisatoren in die LSB-Kampagne gegen Menschenfeindlichkeit des Sports Sachsens-Anhalts ein. Damit trugen sie nicht nur dem olympischen/paralympischen Gedanken Rechnung, sondern gaben ihr klares Statement zu den Werten des Sports wie Teilhabe, Vielfalt, Zusammenhalt und Engagement ab. Über den Sieg durfte sich schließlich das Team der Schule des Lebens *Helen Keller* Halle I freuen. Im Bundesfinale der Goalballer in Berlin wurde das Landesbildungszentrum für Blinde und Sehbehinderte *Hermann von Helmholtz* aus Halle (Saale) siebter.

### Ergebnisse

#### Para Schwimmen

1. SINE CURA Schule Quedlingburg,
2. Schule an der Muldaue Dessau,
3. Basisförderschule am Park Wolmirsleben

#### Para Tischtennis

1. Marianne-Buggenhagen-Schule Darlingerode,
2. Schule *Miteinander* Wefensleben,
3. Heinrich-Kielhorn-Schule Großkayna

#### Floorball

1. Schule des Lebens *Helen Keller* 1,
2. Schule *Sonnenschein* Lu.-Wittenberg,
3. SINE CURA Schule Quedlinburg



Die stolzen Sieger aus Quedlinburg/Gernrode | Foto: Dirk Harnisch

# Landesmeisterschaften im Para Kegeln

## Sportler in den Sektionen Bohle und Classic küren ihre Besten

von Thilo Behrendt

Der Behinderten- und Rehabilitations-sportverband Sachsen-Anhalt veranstaltete in den Sektionen *Classic* und *Bohle* von Dezember 2018 bis März dieses Jahres jeweils drei Wettkämpfe, um die Landesmeister der Mannschaften und in den einzelnen Wettkampfklassen zu küren. Die einzelnen Turniere der Sektion *Classic/Schere* fanden in Wolfen, Köthen und Magdeburg und die der Sektion *Bohle* in Genthin, Burg und Magdeburg statt. Nach spannenden Wettkämpfen und stets sportlich fairen

Duellen stehen nun die jeweiligen Sieger fest. Bei den Mannschaftsmeisterschaften in der Sektion *Classic* am 12. Juli in Ludwigshafen-Oggersheim vertreten der Magdeburger SV 90 und beide Wolfener Vertretungen die Farben Sachsen-Anhalts. Dazu gehen bei den zeitgleich ausgetragenen Einzelmeisterschaften sieben Magdeburger und sechs Wolfener an den Start. In der Sektion *Bohle* reisen der MSV 90 I, MSV 90 II und die SG Chemie Wolfen nach Stralsund, wo am 29. Juni das deutsche

Meisterschaftsfinale und einen Tag später das Einzelfinale ausgetragen werden. Hier messen sich drei Spieler aus Wolfen und acht aus Magdeburg mit Sportler aus den anderen Bundesländern.

Sieben Magdeburger und vier Wolfener Kegler werden bei den Deutschen Meisterschaften Kegeln *Schere* vom 5. bis 7. Juli in Morbach starten. Jeweils eine Mannschaft wird bei den Mannschaftsmeisterschaften an den Start gehen. Die *Classic*-Kegler des MSV 90 nahmen zudem am 19. Januar am 18. Xaver-Mottl-Gedenkturnier im bayrischen Augsburg teil. In der Mannschaftswertung ließen die Magdeburger die Konkurrenz hinter sich, während in den Einzelwertungen dreimal der Silberplatz zu Buche stand.

Die Kegler des BSSA können demnach voller Zuversicht zum jeweiligen Bundesfinale reisen.

Einzel			Platz/Holz	Platz/Holz
Name	Verein	WK	Classic/Schere	Bohle
Tilo Behrendt	MSV 90	5 Herren	1. Platz / 1383	1. Platz / 1887
Frank Meixelsberger	SG Chemie Wolfen	5 Herren (S)	2. Platz / 1170	4. Platz / 1579
Peter Tränkler	MSV 90	5 Herren (S)	3. Platz / 1086	2. Platz / 1845
Burkhard Ruske	MSV 90	5 Herren (S)	4. Platz / 1035	3. Platz / 1583
Susann Hanske	SG Chemie Wolfen	5 Damen	1. Platz / 365	-
Jürgen Bethge	MSV 90	6a Herren	1. Platz / 1666	1. Platz / 2104
Jürg Seyffarth	SG Chemie Wolfen	6a Herren	2. Platz / 1441	2. Platz / 1940
Silvio Hartseil	MSV 90	6a Herren	3. Platz / 1196	3. Platz / 1895
Steffen Schneider	SG Chemie Wolfen	6a Herren	4. Platz / 957	4. Platz / 1522
Gabriele Behrendt	MSV 90	6a Damen	1. Platz / 1393	1. Platz / 1960
Jana Seyffarth	SG Chemie Wolfen	6a Damen	2. Platz / 1210	2. Platz / 1794
Silvana Weishaupt	MSV 90	6a Damen	3. Platz / 1087	3. Platz / 1758
Ralf-Peter Lokat	SG Chemie Wolfen	6b Herren	1. Platz / 1649	1. Platz / 2061
Helmut Schulz	SG Chemie Wolfen	6b Herren (S)	2. Platz / 1452	-
Edith Rien	SG Chemie Wolfen	6b Damen (S)	1. Platz / 1578	-
Annett Selle	MSV 90	6b Damen	2. Platz / 1552	1. Platz / 1989
Astrid Mertens	MSV 90	6b Damen	-	2. Platz / 1946

Mannschaft	Platz/Holz	Platz/Holz
Verein	Classic/Schere	Bohle
Magdeburger SV 90 I	1. Platz / 5994	1. Platz / 7940
Magdeburger SV 90 II	4. Platz / 2961	3. Platz / 7444
SG Chemie Wolfen I	2. Platz / 5877	2. Platz / 7807
SG Chemie Wolfen II	3. Platz / 3634	4. Platz / 4287

# Landesmeisterschaften 2019 im Hallenbosseln

## In Köthen wurde um Titel und Medaillen gebosselt

von Hartmut Steffens

Am 18. Mai traten insgesamt 16 Mannschaften – im Mental- und Seniorenbereich – in der Heinz-Fricke-Sporthalle der HG 85 Köthen bei der Endrunde der Landesmeisterschaft im Hallenbosseln an. Die Teams kämpften nicht nur um die Meistertitel, es ging auch um die Qualifikation für die Deutschen Meisterschaften in Riegelsberg (Saarland). Im Mental-Bereich ging der Titel an den SVGR Sangerhausen,

bei den Damen an die erste Mannschaft des HG 85 Köthen und bei den Herren freute sich der BSSV Köthen über den Sieg. Alle Teilnehmer freuten sich über den schönen Turnierverlauf: Die Präparierung der Spielfläche, die Pausenversorgung und die gelungene Überraschung – der Auftritt der Cheerleader der HG 85 Köthen – ließen keine Wünsche offen.

### Mental

1. SVGR Sangerhausen
2. HG 85 Köthen I
3. HG 85 Köthen II

### Damen

1. BSSV Köthen I (für DM qualifiziert)
2. BSV Zeitz
3. BSSV Köthen II

### Herren

1. BSSV Köthen I (für DM qualifiziert)
2. BSSV Köthen II (für DM qualifiziert)
3. BSSV Köthen III

# Landesleistungsstützpunkte bestätigt

## Der PSV 90 Dessau-Anhalt als Neuzugang

von Anja Pöppich und Helge Missal



Ein Teil des Para-Schwimmer-Teams vom VSB 1980 Magdeburg (v. l. Jana Klimpel, Johann Steinhoff, Pascal Rentsch und Jamie-Jill Schulz)  
Foto: Florian Giese

Alle Landesleistungsstützpunkte des BSSA wurden für den Zeitraum 2019/2020 vom LandesSportBund bestätigt. Der BSSA verfügte bislang über vier Landesleistungsstützpunkte: Para Schwimmen (VSB 1980 Magdeburg, USV Halle), Para Kanu (Hallescher KC 54) und Para Leichtathletik (VfB Germania Halberstadt). Sie können weiterhin mit teilhauptamtlichen Trainern aus dem Trainerpool Sachsen-Anhalt planen. Für den Bereich Para Schwimmen kommt mit dem PSV 90 Dessau-Anhalt noch ein fünfter hinzu. Hier trainieren insgesamt 12 Athleten im Alter zwischen sieben und 29 Jahren. „Sie sind hochmotiviert, weil sie auf diese Art und Weise zeigen können, wo sie Stärken haben oder die eine oder andere Technik noch verbessern können“, erläutert Trainerin Elke Lübchow. Die Erfolge bei bisherigen Meisterschaften geben Ihnen Recht. Es bleibt zu hoffen, dass die Athleten aller Landesleistungsstützpunkte weiterhin viel Spaß und Erfolg haben.

# Turnierreiches Frühjahr

## Sitzvolleyballer vom HSV Medizin Magdeburg richten eigenes Turnier aus und schlagen im Süden auf

von Kevin Tietz

Nach langjähriger Abstinenz holten die Sitzvolleyballer vom HSV Medizin Magdeburg e.V. mal wieder ein eigenes Turnier in die Landeshauptstadt Magdeburg. Am 30. und 31. März 2019 versammelten sich in Magdeburg Mannschaften aus ganz Deutschland, um sich im sportlichen Wettkampf um den begehrten Pokal des 1. Kaiser-Otto-Cup zu messen. Eröffnet wurde das Turnier durch den Vorstandsvorsitzenden des HSV Siegfried Steinert, der sichtlich begeistert über die beachtliche Teilnehmerzahl war. Er lobte das große Engagement im Zuge der Vorbereitungen und zeigte sich zufrieden mit den positiven Entwicklungen innerhalb der Sitzvolleyball-Sportcommunity. Zwei weitere Eröffnungsgäste waren die beiden Vertreter der Stiftung Behindertensport Sachsen-Anhalt, Sören Thümler (Stiftungsvorstand) und Bernd Reisener (Vorstandsvorsitzender). Die Stiftung Behindertensport hatte den Magdeburger Sivobas neu lizenzierte Spielbälle im Wert von 700 € gesponsert. Nach der symbolischen Scheckübergabe und einer motivierenden Rede konnte auch gleich

mit den neuen Bällen losgeschmettert werden. Als Sieger aus dem Turnier gingen die Sitzvolleyballer des Dresdner SC 1898 hervor. Die Magdeburger mussten sich mit dem 4. Platz zufriedengeben. Im Spiel um Platz 3 unterlag man im Tie-Break den Spielern aus Hoffenheim, die insgesamt eine konzentriertere Leistung zeigten. Nur zwei Wochen später machten sich die Magdeburger, stark ersatzgeschwächt, auf den Weg zum 2. Volksbank Kraichgau & Friends Cup nach Hoffenheim. Nach den ersten zwei Begegnungen, die beide verloren gingen, wurde schnell deutlich, dass die Magdeburger Rumpfruppe dieses Mal nicht entscheidend in das Turnier eingreifen kann. Trainer Kevin Tietz war jedoch mit der kämpferischen Leistung zufrieden, auch wenn seine Mannschaft ihr spielerisches Potenzial nicht ganz ausschöpfen konnte: „Für mich war heute wichtig,



Die Sitzvolleyballer des HSV Medizin Magdeburg e.V. freuen sich über den Scheck. | Foto: Mirjam Schüler

dass meine Spieler weitere Wettkampfpromax sammeln konnten. Von dieser Erfahrung werden sie in den folgenden Turnieren profitieren“.

### Ergebnisse

#### 1. Kaiser-Otto-Cup Magdeburg

1. Dresdener SC
2. Sitzvolleyball Leipzig
3. Anpffiff Hoffenheim
4. HSV Medizin Magdeburg
5. Sitzvolleyball Hamburg
6. SSC Berlin

## Wettkampfsportarten vorgestellt: **Bosseln**

Auf einem Spielfeld von 16 m Länge, an dessen Ende sich ein Zielfeld befindet, spielen zwei Mannschaften mit je drei Spielern und einem Mannschaftsführer gegeneinander. Die Spieler beider Mannschaften versuchen mit gezielten Schüben ihre Bosseln möglichst nahe an die im Zielfeld liegende Daube (Markierung wie beim Boule) zu platzieren. Dabei ist es erlaubt, mit dem eigenen Schub gegnerische Bossel aus dem Zielfeld herauszustoßen oder die Daube innerhalb des Zielfeldes in eine für den Gegner ungünstige und für die eigene Mannschaft günstige Stellung zu bringen. Alle Bosseln im Zielfeld gehen in die Punktwertung ein. Gewonnen hat die Mannschaft, die in einem Durchgang/Spiel die meisten Punkte erzielt hat. Die Summe der Punkte der Spieler darf die vorgeschriebene Gesamtpunktzahl nicht unterschreiten. Die Punkte des Mannschaftsführers werden für die Gesamtpunktzahl nicht mitgezählt. Rollstuhlfahrer dürfen eine Hilfe zum Anreichen der Bossel in Anspruch nehmen.



Symbolbild Bosseln | Foto: pandamedien

### Zielgruppe:

Teilnehmen kann im Prinzip jeder, egal ob eine geistige oder körperliche Behinderung vorliegt. Die Arm- bzw. Handfunktionalität muss allerdings gewährleistet sein.

Bosseln als Wettkampfsport wird im BSSA in folgenden Vereinen gespielt: BSSV Köthen, HG 85 Köthen, HSV Medizin Magdeburg, SVGR Sangerhausen, BSV Zeitz und BRS SV Stendal.

### Kontakt über:

**BSSA – Robert Strohschein**  
**Tel.: 0345 5170824**  
**E-Mail: r.strohschein@bssa.de**

## AUSSCHREIBUNG

## Fußball-Kleinfeld-Landesmeisterschaft des BSSA für Menschen mit geistiger Behinderung

**Veranstalter:** Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt e.V. (BSSA)

**Ausrichter:** VSB 1980 Magdeburg

**Datum:** 14.09.2019

**Zeit:** 09:45 Uhr (bis ca. 14:00 Uhr)

**Ort:** SV Seilerwiesen  
 Seilerweg 1  
 39114 Magdeburg

**Meldeanschrift:** Steffen Winkelmann

Eickhorst 16  
 29413 Dähre  
 Telefon: 039031 958099 oder 01759898230  
 Mail: steffen.winkelmann@t-online.de

**Meldeschluss:** 01.08.2019

**Haftung:** Für abhanden gekommene Gegenstände übernehmen Veranstalter und Ausrichter keine Haftung

**Wettkampfgeln:** DFB-Kleinfeld-Regeln: Die Mannschaftsstärke beträgt ein Torwart und sechs Feldspieler (max. drei Auswechselspieler). Die Spielzeit beträgt 1 x 10 min. Der Spielmodus wird je nach Meldestärke festgelegt: a.) jeder gegen jeden / b.) zwei Staffeln

**Spielwertung:** Sieg: 3 Punkte; Remis: 1 Punkt

**Ehrung:** Die Spieler der drei erstplatzierten Mannschaften erhalten eine Medaille. Alle Mannschaften erhalten eine Urkunde entsprechend ihrer Platzierung. Die Siegermannschaft erhält einen Pokal.

**Meldegeld:** 2,50 Euro pro gemeldeten Spieler (laut Meldung vor Ort zu entrichten)

**Verpflegung:** Ist vor Ort gewährleistet. Bezahlung 3,50 Euro pro gemeldete Person (laut Meldung vor Ort zu entrichten)

**Sportgesundheitspass:** Gültige ärztliche Sporttauglichkeit (letzter Eintrag nicht älter als zwölf Monate)

**Hinweise:** Teilnahmeberechtigt sind Mitgliedsvereine des BSSA. Bei Abgabe der Meldung bitte gesamte Stärke der Mannschaft (inkl. Betreuer) angeben. Für gemeldete Spieler, die nicht am Turnier teilnehmen, wird das Meldegeld nicht erlassen, da es sich um einen Organisationsbeitrag handelt.

Mit der Anmeldung zur o. g. Veranstaltung erklärt/erklären der/die Unterzeichner\*in sein/ihr Einverständnis, dass die im Meldebogen/in der Meldeliste gemachten Anmeldedaten unter Beachtung der Datenschutzbestimmungen für Zwecke der betreffenden Veranstaltung elektronisch gespeichert und den Mitarbeitern der Veranstaltung zur Verfügung gestellt werden.

Ferner willigen die Teilnehmer bzw. deren gesetzlichen Vertreter in die Veröffentlichung ihrer Bildnisse ein.  
 Fachwart Fußball BSSA: Steffen Winkelmann

## Nachruf

Der BSSA und der BRS SV Stendal trauern um Helga Krannich und Werner Heine.

Helga Krannich setzte sich als Mitglied des Hauptausschusses des BSSA, als Bosslerin und als Vereinsmitglied des BRS SV aktiv für die Belange des Behinderten- und Rehabilitationssports in Sachsen-Anhalt, besonders aber in Stendal ein.

Werner Heine engagierte sich viele Jahre im BRS SV und führte den Verein als Vorsitzender von 2003 bis 2013.

Das Mitgefühl des Präsidiums des BSSA und der Redaktion von *Leben mit Sport* gilt allen Hinterbliebenen.

## 13. Hallesches Begegnungsfest

### Reger Austausch und viele Aktionen zur Inklusion

von Anja Pöppich

Am 11. Mai 2019 fand unter dem Motto *Inklusion von Anfang an!* zum 13. Mal das Hallesche Begegnungsfest statt – erstmalig auf dem Marktplatz in Halle. Mehr als 20 Einrichtungen der Behindertenhilfe beteiligten sich mit Informationsständen oder boten Mitmach-Aktionen an. Eröffnet wurde die Veranstaltung durch den Schirmherrn und Oberbürgermeister der Stadt Halle (Saale) Dr. Bernd Wiegand und die Vizepräsidentin des DRK Landesverbandes Sachsen-Anhalt Bärbel Scheiner. Die Hauptorganisatorin des DRK-Festes und Betriebsteilleiterin Freiwilligendienste Katja Hartge-Kanning fasste die Podiumsdiskussion zum Thema Barrierefreiheit zusammen: „Das Thema Inklusion geht uns alle an. Deshalb freue ich mich sehr, dass beim Halleschen Begegnungsfest ein reger Meinungsaustausch stattgefunden hat.“ Anlässlich des europäischen Protesttages zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung fand das Fest mit Unterstützung der Aktion Mensch statt. Zudem war der BSSA mit Rollstuhlfachwart Mathias Sinang und Landestrainerin Anja Pöppich – samt Handbike und Infomaterial – zu allen Bereichen des Verbands vertreten. Leider meinte es das Wetter nicht gut, sodass es den ganzen Tag regnete. Dennoch konnten einige Gespräche zum RehaSport, zu Aus- und Fortbildungen für Übungsleiter sowie zum Breiten- und Wettkampfsport geführt und neue Kontakte geknüpft werden.



Reger Betrieb am BSSA-Stand trotz des Regenwetters.  
Foto: DRK Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.



Foto: privat

### Neue Mitarbeiterin im Rehabilitations-Sport

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde, gern möchte ich die Gelegenheit nutzen, mich kurz vorzustellen.

Mein Name ist Silvana Kunth. Ich bin 51 Jahre jung, habe einen 28-jährigen Sohn und bin seit 20 Jahren glücklich verheiratet.

Meine berufliche Laufbahn begann 1984 mit der Aus-

bildung an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (MLU) zur Datenverarbeitungsfachfrau. Nach langjähriger Tätigkeit an der MLU und einer Weiterbildung an der Wirtschaftsakademie wechselte ich in ein großes Unternehmen für Zaunsysteme, in welchem ich das erste Mal in den Bereichen *Kundenservice und Verwaltung* arbeiten durfte. Hier entwickelte

sich meine Leidenschaft für den Kontakt mit dem Kunden, was mir über all die Jahre bis heute, Tag für Tag sehr große Freude bereitet. Nun freue ich mich auf meine kommenden Aufgaben und Herausforderungen im *Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Sachsen-Anhalt e.V.* und bin hoch motiviert, mit vollem Einsatz meinen Beitrag im Team zu leisten.

Privat bin ich ein kleiner Bücherwurm. Vor allem lese ich Romane. Sehr interessieren mich auch zeitgeschichtliche Dokumentationen über die Erde, zudem haben es mir die vielen alten Kulturen sehr angetan. Außerdem liebe ich das Reisen (im Rahmen meiner Möglichkeiten), da ich mich sehr für die zahlreichen Kulturen dieser Welt interessiere.

Für den sportlichen Ausgleich besuche ich regelmäßig den Sportverein Gröbers e.V.

Ich freue mich auf das persönliche Kennenlernen.

Silvana Kunth

## Zielstrebig und mit großem Engagement

... so hieß es u. a. in der Laudatio des Ministerpräsidenten des Landes Sachsen-Anhalt, Dr. Reiner Haseloff am 3. Juni 2019 anlässlich der Verleihung des Verdienstkreuzes am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland an Andrea Holz.



Andrea Holz im Kreis ihrer Gäste in Magdeburg | Fotos (2): pandamedien

Er würdigte das zielstrebig und weit überdurchschnittliche berufliche und vor allem ehrenamtliche Engagement von Andrea Holz für die Entwicklung des Behinderten- und Rehabilitationssport im BSSA, der gemessen an der Anzahl von mehr als 27.000 Mitgliedern der drittgrößte Sportverband des Landes ist. Insbesondere lenkte der Ministerpräsident das Augenmerk auf ihr Wirken im Rahmen der *Landessportspiele für Behinderte und ihre Freunde* und des landesweiten Schulprojektes *Bewegung verbindet – Rollstuhlsport macht Schule* hervor. Andrea Holz betonte in ihren Dankesworten, dass all die erfreulichen Erfolge ohne starke Teams im Rücken nicht möglich sind, sowohl in der Geschäftsstelle und im Kreis der Geschäfts- und Netzwerkpartner als auch in der Familie und im Freundeskreis.

Ausführliche Informationen dazu im Heft 3/2019.

## Termine Sportveranstaltungen 2019

Datum	Veranstaltung	Ort
<b>Juli</b>		
01./02.07.	<b>19. Sparkassencup Drachenbootrennen</b>	Halle
04.–07.07.	<b>Rollstuhlfahrersportfest</b>	Tangerhütte
06.07.	<b>Deutschland-Cup Bosseln Herren</b>	Stendal
06.–07.07.	<b>Europacup Para Radsport</b>	Elzach
05.–07.07.	<b>DM Kegeln/Schere</b>	Morbach
13.–14.07.	<b>DM Para Leichtathletik</b>	Singen
12.–14.07.	<b>DM Kegeln/Classic</b>	Oggersheim
14.–20.07.	<b>EM Sitzvolleyball</b>	Budapest
<b>August</b>		
03.–11.08.	<b>EM Rollstuhlrugby</b>	Vejle (Dänemark)
08.–11.08.	<b>WC Para Radsport</b>	Baie Comeau (CAN)
21.–25.08.	<b>WM Para Kanu</b>	Szeged (Ungarn)
22.08.–03.09.	<b>DM Sportschießen Gewehr/Pistole</b>	München
24.08.	<b>Mitteldeutsches Basketballturnier</b>	Weißenfels
25.08.–01.09.	<b>WM Para Rudern</b>	Linz (Österreich)
31.08.	<b>30. Landessportspiele</b>	Halle (Saale)
30.08.–01.09.	<b>DM Para Kanu</b>	Brandenburg
31.08./01.09.	<b>DM Bogen WA im Freien</b>	Bocholt

Datum	Veranstaltung	Ort
<b>September</b>		
07.09.	<b>Down-Sportfest</b>	Magdeburg
12.–15.09.	<b>Paralympisches Testevent Para Kanu</b>	Tokio (Japan)
12.–15.09.	<b>WM Para Radsport</b>	Emmen (NL)
13./14.09.	<b>DM Boccia</b>	Berlin
14.09.	<b>LM Fußball (Rasen)</b>	offen
14.09.	<b>37. Deutschland-Cup Sitzball</b>	Landsberg
20.–22.09.	<b>24. Internationales Kegeltturnier</b>	Wolfen
28./29.09.	<b>Europacup Para Radsport</b>	Prag (Tschechien)
<b>Oktober</b>		
04.–06.10.	<b>20. Pokalkegeltturnier</b>	Magdeburg
12.–13.10.	<b>DM Sitzvolleyball</b>	Koblenz
18.–20.10.	<b>DM Tischtennis Senioren</b>	Osterburg
25./26.10.	<b>DM Bosseln</b>	Riegelsberg
26.10.	<b>Ralf-Vogel-Gedenktturnier inkl. LM Sitzball (Endrunde)</b>	Stendal
<b>November</b>		
01.–03.11.	<b>29. Int. Torballturnier</b>	Magdeburg
7.–15.11.	<b>WM Para Leichtathletik</b>	Dubai (VAE)
15.–17.11.	<b>DM Para Schwimmen Kurzbahn</b>	Remscheid

DM Deutsche Meisterschaft  
 IDM Int. Deutsche Meisterschaft  
 LM Landesmeisterschaft  
 LMKJ Landesmeisterschaft für Kinder- und Jugendliche

JtFp Jugend trainiert für Paralympics  
 BL Bundesliga  
 WC Weltcup  
 VR Vorrunde

ER Endrunde  
 GB Geistigbehindert  
 KB Körperbehindert

# Die Prophezeiung

von Antje Reinhold (54), Magdeburg, Mitglied der Autorengruppe des „Pelikan e.V.“

Am vierten Februar war der „Weltkrebstag“ und ich las verschiedene Artikel zum Thema im Internet.

Dabei geriet ich an einen Beitrag, in dem es um die Frage ging, ob das derbe Behandeln der Brust, zum Beispiel durch Kneifen, Krebs erzeugen könne. Die Meinungen dazu waren geteilt.

Da fiel mir ein Tag im Jahre 1973 wieder ein. Ich war damals acht Jahre alt und in der dritten Klasse.

Der Schwimmunterricht war vorbei und wir Schülerinnen befanden uns in der Umkleidekabine.

Dort begann ein Streit, nachdem etliche

von uns – ich muss gestehen, leider auch ich – ein Mädchen mit ihren überaus alten Eltern hänselten. Die wütende Susanne wehrte sich, indem sie mich plötzlich mit voller Kraft in die linke Brust kniff.

Mir traten vor Schmerz sofort die Tränen in die Augen. Die anderen Mädchen griffen nun wortreich Susanne an. Ob sie denn nicht wisse, dass ich jetzt Krebs bekommen könnte und daran sterben würde.

Das hatte Susanne allerdings nicht gewollt. Sie brach nun auch in Tränen aus. So weinten wir zusammen und vertrugen uns wieder.

Vierzig Jahre später war es so weit: Ich hatte einen Tumor in der linken Brust, die damals malträtiert worden war. Aber ich bin weder gestorben, noch glaube ich, dass der Krebs auf dieses Ereignis zurückzuführen ist.

Antje Reinhold

## Das Krustentier hat mich geschnappt

Das Krustentier hat mich geschnappt. Es schlich sich langsam an. Ich hörte nicht das Klacken seiner Beine, sah nicht die riesigen Scheren. Ich war beschäftigt:

Höher, weiter, schneller.  
Besser sein als die Anderen.  
Niemals aufgeben, nie kapitulieren.  
Kämpfen.

Oben bleiben und höher steigen,  
das war mein Ziel.

Mehr, mehr, von allem mehr.  
Mein eigenes Säbelrasseln  
verschloss mein Gehör und blendete mich.

Es schlich sich langsam an.  
Das Krustentier hat mich geschnappt.  
Ich opferte Fleisch – und entkam.  
Und nun?

Vom Auf und Ab des Lebens  
sehne ich immer noch nur das Auf  
herbei.

Das Ab bleibt ungeliebt und ungelebt.  
Doch nur Auf bedeutet mehr  
und im Mehr wartet das Krustentier.





## Das Bild & der Text

Ein Pferd ohne Reiter ist immer ein Pferd.  
Ein Reiter ohne Pferd nur ein Mensch.

Stanislaw Jerzy Lec (polnischer Autor)

Foto: Ron Hartmann



# Fotowettbewerb des BSSA 2019/2020

## Thema: Lebensfreude mit Sport – 30 Jahre BSSA

Nutzt den Sommer und die vielfältigen Veranstaltungen eurer Vereine und des Verbandes, um spannende, emotionale und aussagekräftige Momente des Sportlebens im Bild festzuhalten und damit am Wettbewerb teilzunehmen!

Die komplette Ausschreibung inklusive Teilnahmebogen ist zu finden unter:

<https://www.bssa.de/fotowettbewerb-2019-2020>

Eingereichte Bilder werden nur mit vollständig ausgefülltem Teilnahmebogen gewertet.

Zum Verbandstag des BSSA 2020 werden die besten Fotos und ihre Fotografen präsentiert.

## IMPRESSUM

### Herausgeber:

Behinderten- und Rehabilitations-  
Sportverband Sachsen-Anhalt e.V. (BSSA)

### Redaktion:

Dr. phil. Helge Missal (verantwortlich)  
Andrea Holz/Dr. Detlef Eckert/Doreen Seiffert  
Silke Gebhardt/Annette Lippstreu/  
Dr. Thomas Prochnow

### Redaktionsanschrift:

Geschäftsstelle BSSA  
Am Steintor 14, 06112 Halle (Saale)  
Telefon 0345 5170824  
Fax 0345 5170825  
kontakt@lektorat-missal.de  
www.bssa.de

### Layout/Satz/Produktion:

pandamedien gmbh & co. kg  
Neumarktstraße 9, 06108 Halle (Saale)  
Telefon 0345 2041410  
info@pandamedien.de  
www.pandamedien.de

### Anzeigen und Realisation:

pandamedien gmbh & co. kg  
Anschrift siehe oben

### Druck:

Druckerei Impress  
Berliner Str. 66, 06116 Halle (Saale)

### Leben mit Sport

erscheint vierteljährlich und wird den  
Mitgliedern über die Vereine zugestellt.  
Interessenten erhalten das Sportjournal  
über die Geschäftsstelle des BSSA.  
Für unverlangt eingereichte Manuskripte,  
Fotos etc. besteht keine Haftung.

### Titelbild:

Dr. Reiner Haseloff verleiht Andrea Holz  
das Verdienstkreuz am Bande des Verdienst-  
ordens der Bundesrepublik Deutschland.  
Foto: pandamedien

### Auflage:

2.500 Exemplare

### Redaktionsschluss

für Ausgabe 3/2019: 21. August 2019

ISSN 1436-011X

Anzeige



## reha-team Halle GmbH

Fachgeschäft für REHA-Technik

**Alltagshilfen**  
**Bad- und Toilettenhilfen**  
**Rollstühle** (Aktiv-, Standard-, Sonderbau)  
**Kinder-Reha-Programme**  
**Hilfsmittel für die Krankenpflege**

Ständiger Service:  
Reparatur und Wartung!

**Wir haben für Sie geöffnet:**  
Montag - Freitag 9.00 - 17.00 Uhr  
Rosenfelder Straße 3 - 06116 Halle (Saale)  
Telefon. (0345) **77 56 30** Fax: (0345) **7 75 63 32**

Außerdem besteht - nach Vereinbarung - die Möglichkeit der Beratung und Erprobung von verschiedensten Rollstühlen in BG Kliniken Stadt Halle BERGMANNSTROST, Merseburger Str. 165.  
Tel.: (0345) **132 63 46**, Fax: (0345) **132 63 42**

Anzeige

# Sanitätshaus



# GRAF

...denn hier sind die Fachleute

Wir unterstützen Sie in jeder Lebenslage!

- orthopädische Hilfsmittel
- Venenkompetenzzentrum
- Wellnessprodukte
- Krankenpflege • Reha-Technik

**Hauptfiliale** Bahnhofstraße 12  
TIVOLI • 06217 Merseburg  
info@sanitaetshausgraf.de

**03461 213405**  
[www.sanitaetshausgraf.de](http://www.sanitaetshausgraf.de)

Sie finden uns auch in folgenden Geschäftsstellen:

Salinepassage Parkdeck  
**06231 Bad Dürrenberg**  
Telefon 03462 81839  
Fax 03462 5416503

Markt 2  
**06242 Braunsbedra**  
Telefon/Fax 034633 399695

Merseburger Landstr. 33  
**06246 Bad Lauchstädt**  
Telefon 034635 21093  
Fax 034635 905686

MVZ  
Carl-von-Basedow-Klinikum  
Weiße Mauer 52  
**06217 Merseburg**  
Telefon 03461 271454

Anzeige

# REHA aktiv 2000

Wir sind für Sie da –  
mit Leistung und Persönlichkeit

Gemeinsam finden wir einen Weg, mit Handicaps zu leben,  
Hindernisse zu überwinden und das Leben so zu gestalten,  
dass Sie es in vollen Zügen genießen können.

## Sanitätshäuser in ihrer Nähe

REHA aktiv 2000 GmbH  
Merseburger Str. 41  
06112 Halle (Saale)  
Tel. 0345/5009-40

REHA aktiv 2000 GmbH  
Steinweg 49  
06110 Halle (Saale)  
Tel. 0345/2023-060

REHA aktiv 2000 GmbH  
Alban-Hess-Straße 45a  
06526 Sangerhausen  
Tel. 03464/5700-41

[www.reha-aktiv2000.de](http://www.reha-aktiv2000.de)