

wbrs Aktuell

Württembergischer Behinderten-
und Rehabilitationssportverband e.V.

1 | 2024

Neues aus dem Verband und den Bereichen Behinderten-,
Rehabilitationssport, Aus- und Fortbildung sowie Inklusion



Unsere Themen:

Expertenartikel: Diabetes als
Herausforderung

Erster DBS Nachwuchskongress

Süddeutsche Meisterschaft
Schwimmen – Premiere im
Sportbad NeckarPark

wbrs

A Porsche advertisement featuring a young girl in the foreground, out of focus, blowing bubbles. She is wearing red-rimmed glasses and a yellow cardigan. In the background, a woman with curly hair and sunglasses stands next to a silver car with its door open. She is wearing a blue jacket and green trousers. The scene is set in front of a modern building with a wooden facade. The word "PORSCHE" is written in white capital letters at the top center.

PORSCHE

Menschlichkeit wird bei uns großgeschrieben.

Bei all unserem Streben nach Spitzenleistungen und technischer Perfektion ist uns bewusst, dass Empathie und Nächstenliebe der wichtigste Treibstoff unserer Gesellschaft sind. Mit dieser Anzeige möchten wir dem Württembergischen Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V. für seinen unermüdlichen Einsatz danken. Dafür, dass sie jeden Tag das in den Mittelpunkt rücken, was wirklich zählt: unsere Menschlichkeit.

INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Verband ...da geht was...	
In Anerkennung besonderer Verdienste	4
Austausch und Event zum Jahresstart	4
Erster DBS Nachwuchskongress: Die schwierige Suche nach Heuhaufen, Nadeln und Diamanten	5 – 7
Ausblick: wbrsAktuell 2 2024	7
25. wbrs-Verbandssportfest in Niederwangen	7
Aus- und Fortbildung	
<u>Expertenartikel:</u>	
Diabetes als Herausforderung – Chancen der Bewegung für die Rehabilitation und Prävention	8 – 9
Erfolgreiche Referententagung am Bodensee	10
Behindertensport	
Baden-Württembergische Meisterschaften Para Tischtennis 2024	11
Landesmeisterschaften Bogensport Halle	12
WBRS-Fachwart bei den Parapan: Parapan American Games 2023 in Santiago de Chile	12 – 13
Gelebte Inklusion in der Baden-Württembergischen Leichtathletik	13 – 14
Premiere im Sportbad NeckarPark	14 – 15
Glückliche Familien bei den Schneesport TalentTagen 2024	15 – 16
Württembergische Meisterschaft Torball 2023	16
Inklusion	
Schulbesuch am Rechberg-Gymnasium Donzdorf	18
HANDICAP MACHT SCHULE in der 3b der Gottlieb Rühle Schule	18
Post von der Silcherschule Fellbach	18

Liebe Leser*innen,

der Frühling klopft an die Tür und ich freue mich besonders Sie durch die facettenreichen Themen dieser Ausgabe zu begleiten. Den Aufschlag gibt ein fachkundiger Artikel zum Thema Diabetes. Der Autor und WBRS-Referent Christoph Anrich liefert aktuelle Informationen und zeigt Chancen der Bewegung für die Rehabilitation und Prävention.

Ein erhebendes Ereignis, das ich mit Ihnen teilen möchten, ist der erfolgreiche Wintersport TalentTag im Schwarzwald. Hier konnten junge Talente zusammenkommen, um ihre Fähigkeiten zu entfalten und neue Horizonte zu entdecken.

Mit Blick auf die Paralympischen Spiele ist vielleicht auch der ein oder andere Traum bei den Teilnehmenden geboren. Als Verband sind wir unglaublich stolz auf die Leistungen unserer Sportler*innen, die als Vorbilder die nächste Generation prägen.

Gerne rufe ich Sie an dieser Stelle auf die anstehenden Paralympischen Spiele aktiv zu verfolgen und unsere Athlet*innen auf ihrem Weg nach Paris zu begleiten.

In dieser Ausgabe möchten wir auch besondere Anerkennung den Menschen zollen, die sich langjährig für den Behindertensport engagiert haben. Im Jahr 2023 wurden sieben Personen mit einer Ehrennadel ausgezeichnet. Wir gratulieren herzlich zu den wohlverdienten Ehrungen und danken für das Engagement, das weit über das Übliche hinausgeht.

Lassen Sie uns gemeinsam die Vielfalt unserer Vereinslandschaft feiern und das Miteinander im Sport weiter stärken.

Mit freundlichen Grüßen,

Ulrike Wortha-Weiß
Vizepräsidentin
Rehasport



In Anerkennung besonderer Verdienste

Im Jahr 2023 wurden insgesamt sieben Personen für ihre langjährige verdienstvolle Arbeit in ihren Vereinen im Bereich Behindertensport geehrt. Insgesamt wurden zwei Ehrennadeln in Silber, drei in Gold und zwei Ehrennadeln in Gold mit Brillant an Funktionsträger*innen überreicht.

Ehrennadel in Silber

Hammel, Robert	Turnverein Spaichingen e.V.	06.05.2023
Radu, Adelheid	Turnverein Spaichingen e.V.	06.05.2023

Ehrennadel in Gold

Platt, Bernhard	Turn- und Sportgemeinde 1848 Ehingen e.V.	21.04.2023
Haug, Manfred	Behinderten-Sportgemeinschaft Göppingen e.V.	01.07.2023
Fleckenstein, Theresia	TSV Ilshofen 1862 e.V.	05.12.2023

Ehrennadel in Gold mit Brillant

Keller, Hartmut	Turnverein Spaichingen e.V.	06.05.2023
Gebauer, Klaus	Herzsportgruppe Salzstetten e.V.	16.09.2023

Danke für Ihren langjährigen Einsatz für den Behindertensport!

Austausch und Event zum Jahresstart

Das neue Jahr startete für die Mitarbeitenden der Geschäftsstelle auf besondere Weise. Das Präsidium lud zu einem informativen und unterhaltsamen Jahresstartevent ein.

Die Veranstaltung begann mit einer faszinierenden Führung durch die renommierte Sektkellerei Kessler in Esslingen. Unter fachkundiger Leitung erfuhren die Teilnehmer*innen interessante Details zur Sektproduktion und zur traditionsreichen Geschichte des Hauses Kessler.

Nach der inspirierenden Führung und einem kurzen Rundgang durch die Esslinger Altstadt ging es nahtlos zu einem gemütlichen Beisammensein über. Beim gemeinsamen Essen hatten alle die Gelegenheit, sich in entspannter Atmosphäre besser kennenzulernen und sich auszutauschen.

Maren Pilchowski (Präsidentin WBRS) bedankte sich in einer kurzen Ansprache bei allen Mitarbeiter*innen. Sie betonte die gute Arbeit und richtete den Blick auf die Entwicklung und Zukunft des Verbandes. In der anstehenden ersten Klausurtagung werden sämtliche Teammitglieder zusammenkom-



men, um die Ziele und Potenziale des Verbandes zu besprechen. Das Ziel ist es, gemeinsam an den entscheidenden Schrauben zu drehen und somit die Weichen für eine erfolgreiche Zukunft zu stellen.

Insgesamt war das Jahresstartevent des WBRS ein voller Erfolg. Die Präsi-

diumsmitglieder und Mitarbeiter*innen der Geschäftsstelle kehrten nicht nur mit neuen Einblicken in die Welt des Sekts zurück, sondern auch mit gestärktem Teamgefühl.

Bild: WBRS / Maren Pilchowski

Erster DBS Nachwuchskongress: Die schwierige Suche nach Heuhaufen, Nadeln und Diamanten

DBS Pressemitteilung vom 01.02.2024
Der erste Nachwuchskongress des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) war mit zahlreichen Teilnehmer*innen, einem konstruktiven Austausch und vielen Ideen ein voller Erfolg. Doch die eigentliche Arbeit beginnt erst jetzt – darin sind sich Lukas Niedenzu, Abteilungsleiter Leistungssportentwicklung, und Lina Neumair, Referentin Nachwuchsleistungssport, einig. Im Interview sprechen die beiden über Hürden und Lösungen bei der Nachwuchsgewinnung, über notwendige Maßnahmen und gute Beispiele – und über Heuhaufen, Nadeln und Diamanten.



Der Deutsche Behindertensportverband hat erstmals einen Nachwuchskongress ausgerichtet. Wie kam es zu dieser Initiative?

Lina Neumair: Die Idee war schon länger in unseren Köpfen, wir haben den Termin lange geplant und endlich umgesetzt. In unseren Landesverbänden gibt es inzwischen erfreulicherweise rund zehn Talentscouts, hinzu kommen Nachwuchsbundestrainer, Projektkoordinatoren im Schnee- und Sehbehindertensport sowie Leistungssportkoordinatoren, die sich auch um die Nachwuchsgewinnung kümmern. Wichtig war uns, dass wir alle an einen Tisch bringen und künftig möglichst eine einheitliche Handschrift entwickeln. Wir haben besprochen, an welchen Stellschrauben wir drehen müssen – und stehen jetzt vor einem Berg voller Ideen und Aufgaben.

Mit über 70 Teilnehmer*innen war die Resonanz erfreulich groß. Wie fällt das Fazit aus?

Lukas Niedenzu: Wir sind sehr zufrieden, der Austausch war hervorragend und sehr konstruktiv. Doch der Erfolg der Veranstaltung muss sich daran messen lassen, was künftig umgesetzt wird. Entscheidend ist aber, welche der vielen guten Ansätze in der Praxis realisiert werden können. Wir suchen nach der Nadel im Heuhaufen. Doch leider kennen wir noch nicht einmal alle Heuhaufen, um systematisch nach den Nadeln zu suchen. Daher ist es umso wichtiger, dass wir gemeinsam denken und handeln.

Wie geht es jetzt weiter? Welche Maßnahmen sind wichtig?

Lina Neumair: Wir werden die Vielzahl an Ideen auswerten und versuchen, Handlungsleitfäden, Checklisten und Maßnahmen auszuarbeiten. Es geht vor allem darum, einerseits mehr Menschen mit Behinderung oder deren Multiplikatoren im Umfeld zu erreichen bzw. anzusprechen und im zweiten Schritt die Zugangswege in den Sport zu verbessern. Lukas Niedenzu: Dafür brauchen wir noch viel mehr Einstiegsangebote für Kinder und Jugendliche mit Behinderung wie Turnen, Schwimmen oder einfach die Vermittlung von Spaß an der Bewegung. Der Behindertensport muss zudem verstärkt in die Aus- und Fortbildung von Trainer*innen einfließen und noch sichtbarer werden. Wir suchen im ersten Schritt nicht die Paralympics-Sieger von morgen, sondern es geht darum, Menschen mit Behinderung in der Breite für den Sport zu begeistern und die Anzahl insgesamt zu vergrößern. Wenn sich darunter dann ein kommender Markus Rehm (mehrfacher Paralympics-Sieger Para Leichtathletik) oder eine Anna-Lena Forster (mehrfache Paralympics-Siegerin Para Ski alpin) befindet – umso besser.

Warum spielt die Nachwuchsgewinnung im Sport von Menschen mit Behinderung eine besonders große Rolle?

Lukas Niedenzu: In Deutschland gelten knapp zehn Prozent der Bevölkerung

als schwerbehindert, das ist einerseits viel, doch andererseits ist die Zielgruppe mit Blick auf den paralympischen Sport sehr klein, wenn man sich auch die Altersstruktur anschaut. Allein das zeigt schon, dass die Suche deutlich aufwendiger ist als im olympischen Sport. Hinzu kommt, dass das Streben nach Inklusion auch dazu führt, dass unsere Zielgruppe ein Stück weit in den Schulen und Vereinen untertaucht. Doch wir brauchen die Inklusion und die Vereine bzw. Struktur im Deutschen Olympischen Sportbund unbedingt, um Menschen mit Behinderung den Weg in den Sport zu ebnen. Das sorgt nicht nur für die notwendigen Angebote in der Fläche, sondern auch für gelebte Teilhabe und Vielfalt.

„Wir wollen nicht nur die Probleme benennen, sondern viel lieber Lösungen aufzeigen“

Was sind die Hürden in der Praxis?

Lina Neumair: Der Datenschutz an Schulen ist bspw. eine große Hürde. Zudem erleben wir immer wieder, dass viele Menschen noch Hemmungen haben, Menschen mit Behinderung im Sportgeschehen zu integrieren. Dabei muss doch gar nicht alles wie im Lehrbuch sein. Wichtig ist, dass man miteinander ins Gespräch kommt und Möglichkeiten findet, wie Menschen mit Behinderung mitmachen können. Zur komplizierten Suche kommt also noch hinzu, dass es auch bei der Unterbringung in die Vereine hakt. Beson-

ders nah gehen einem die Situationen, wenn Menschen gerne Sport treiben wollen, es aber nicht können, weil die Voraussetzungen nicht gegeben sind. Lukas Niedenzu: Dabei scheitert es, so haben zumindest Umfragen bei unseren Kader-Athlet*innen gezeigt, selten an der fehlenden Barrierefreiheit. Schwierig ist der Transfer in die Sportstrukturen. Vor allem mangelt es an Angeboten oder an Übungsleiter*innen, die sich das zutrauen. Doch wir wollen nicht immer nur die Probleme benennen, sondern viel lieber Lösungen aufzeigen, wie es doch klappen kann.

Es gibt TalentTage, Aktions- und Schnuppertage, das Handbuch Behindertensport, die Plattform parasport.de mit Sportarten- und Vereins-Finder, das Projekt Teilhabe VEREINFacht oder inzwischen auch die SportWoche für Alle – reichen diese Initiativen des DBS und seiner Landes- und Fachverbände noch nicht aus?

Lukas Niedenzu: Vor fünf Jahren hätte ich mir nicht ausgemalt, dass wir heute so einen guten Status quo haben. Bspw. haben wir mit der Webseite parasport.de ein Premium-Produkt geschaffen mit so vielen Informationen und Angeboten, die aufklären, sensibilisieren und den Weg in den Sport erleichtern. Das müssen wir noch viel mehr aufs Schild heben, darauf können wir sehr stolz sein. Mit diesen Instrumenten, die wir geschaffen haben, wollen wir unsere Ziele hartnäckig vorantreiben und noch besser werden. Erfreulich ist, dass es auch in unseren Landes- und Fachverbänden stetig weiter vorangeht. So gilt es, die erfolgreichen Maßnahmen und Projekte in ganz Deutschland durchzuführen.

Lina Neumair: Dabei kommt es auch darauf an, dass wir voneinander lernen, uns noch mehr verknüpfen und gemeinsam an einem Strang ziehen. Und dass wir auch mal über die Grenzen des jeweiligen Bundeslandes hinausdenken. Ein großer Schnuppertag im Norden von Hessen ist bestimmt auch für Menschen mit Behinderung in Thüringen interessant und umgekehrt. Eine Idee wie die tolle Initiative „ParaMove“ in Brandenburg funktioniert bestimmt auch in Rheinland-Pfalz oder Nieder-

sachsen.

Lukas Niedenzu: Bei „ParaMove“ sind inzwischen über 30 Kinder mit Behinderung angemeldet, die einmal in der Woche in Cottbus gemeinsam Sport treiben. Wenn das in einer Stadt mit 100.000 Einwohnern so gut funktioniert und angenommen wird, wie viele Kinder wären es dann in Berlin, Hamburg, München oder Köln?

Beim DBS-Nachwuchskongress waren auch Vertreter*innen aus Italien, Österreich, Niederlande und Polen anwesend. Was kann Deutschland von den anderen Nationen lernen?

Lukas Niedenzu: Sicherlich von allen etwas. Eine wichtige Erkenntnis ist jedoch auch, dass eigentlich alle Länder vor ähnlichen Herausforderungen stehen, zum Teil aber bereits umfangreichere Lösungen gefunden haben. Dabei ist grundsätzlich zu berücksichtigen, dass der Sport in vielen Nationen ganz anders strukturiert ist und auch einen höheren Stellenwert in der Gesellschaft genießt. Die paralympischen Sportarten in Italien sind nahezu vollständig in die olympischen Verbände übergegangen. Das ermöglicht eine enge Zusammenarbeit in der Sichtung, der Trainerausbildung oder auch im Wettkampfsystem. Die Niederländer pflegen eine enge Kooperation mit Rehabilitationseinrichtungen und können auf ein gut strukturiertes System in einem kleinen Land zurückgreifen. Aus Österreich hat uns beeindruckt, wie großflächig Veranstaltungen wie Schnuppertage im Radio und im Fernsehen beworben werden. In Deutschland stellt uns der Föderalismus vor verschiedene Herausforderungen. Einig waren sich aber alle: Mails schreiben ist nicht ausreichend, es braucht viel mehr Engagement, um Menschen mit Behinderung für den Sport zu begeistern und sie in den Vereinen unterzubringen.

Lina, Du warst 2019 die erste Talentscoutin in Deutschland beim Behinderten- und Rehabilitationssportverband in Nordrhein-Westfalen, inzwischen gibt es rund zehn Talentscouts. Was sind die Aufgaben und warum ist diese Position wichtig?

Lina Neumair: Es geht darum, Aktionen anzubieten, die Maßnahmen zu be-

werben, Vereine zu gewinnen, Kinder und Jugendliche zu begeistern und ein Netzwerk aufzubauen – das können sowohl Bildungseinrichtungen sein als auch Unfallkliniken, Sanitätshäuser, Arztpraxen, Physiotherapeuten, Selbsthilfegruppen, Interessensgemeinschaften oder andere Verbände. Das ist dann klassisches Türklopfenputzen, da muss man auch mal über den Tellerrand hinausschauen und kreativ sein. Die aufwendigste Arbeit ist dann die Pflege dieses Netzwerkes. Doch wenn alle ihr Netzwerk einbringen und wir Verknüpfungen herstellen, dann haben wir eine hervorragende Basis, um auf unsere vielfältigen Aktionen und Maßnahmen aufmerksam zu machen. Es muss uns gelingen, dass die vielen Zahnräder noch besser ineinandergreifen.

„Die Hemmungen, dass man etwas falsch machen könnte, müssen abgelegt werden“

Was braucht es neben den Initiativen der Behindertensportverbände, damit künftig noch mehr Menschen mit Behinderung Sport treiben?

Lukas Niedenzu: Vor allem ganz viel Offenheit, Aktionismus und Engagement!

Lina Neumair: Und unbedingt die Hemmungen ablegen, dass man etwas falsch machen könnte. Man braucht eine Portion Einfühlungsvermögen und muss auch mal bereit für kreative Lösungen sein – von den Eltern ernennt man dann vor allen Dingen große Dankbarkeit, dass man den Kindern das Sporttreiben ermöglicht.

Lukas Niedenzu: Und wir brauchen noch mehr Talentscouts, noch mehr Angebote, noch mehr ausgebildete Übungsleiter*innen und noch mehr Vereine, die sich öffnen. Ebenso wichtig sind die Multiplikator*innen und die Aufmerksamkeit. Viele Menschen kennen uns noch gar nicht und wissen nicht um die Möglichkeiten, die es im Sport für Menschen mit Behinderung gibt. Wir wollen die Situationen reduzieren, dass Menschen durch puren Zufall den Weg in den Sport finden. Dazu trägt auch die Strahlkraft der Paralympics bei und unsere Athlet*innen, die mit ihren Erfolgen, aber auch mit ihren beeindruckenden Geschichte die besten Botschafter*innen für den Para Sport sind.

Wie kann der paralympische Leistungssport von diesen Bestrebungen profitieren?

Lukas Niedenzu: Wenn es uns gemeinsam gelingt, dass viel mehr Menschen mit Behinderung Spaß an Sport und Bewegung haben, dann haben wir schon sehr viel geschafft. Davon profitiert schließlich nicht nur der DBS, sondern in erster Linie die Menschen selbst und letztlich die gesamte Gesellschaft. Und dann gilt: Je mehr Masse, desto größer die Wahrscheinlichkeit, dass wir darunter den ein oder anderen Diamanten finden.

Die Kunst ist es also, in schwer zugänglichen Heuhaufen Nadeln zu finden und diese zu Diamanten zu schleifen? Lukas Niedenzu: Wahrlich keine leichte Aufgabe, aber wir haben inzwischen sehr gute Grundlagen entwickelt. Die größten Stellschrauben sind in meinen Augen die Vereine und die Familien. Jetzt geht es um die Umsetzung und darum, die bestehenden Puzzlestücke noch besser zusammenzufügen. Dazu müssen wir alle Kräfte mobilisieren und brauchen unsere Landes- und Fachverbände, unsere Athlet*innen und die Netzwerke.

Lina Neumair: Wir werden den Nachwuchskongress jetzt intensiv aufarbeiten und die Maßnahmen priorisieren. Und dann packen wir es an!

Aus Württemberg nahmen an dem Nachwuchskongress Mandy Pierer vom MTV Stuttgart, Steffen Neumann und Talentscout Jonas Winkeler vom WBRS teil.

AUSBLICK: wbrsAktuell 2|2024

Ausgabe 2|2024

geplanter Erscheinungstermin: 3. Juni 2024

Sie möchten einen Artikel in der nächsten Ausgabe veröffentlichen? Schicken Sie uns dafür einfach Text und Bild mit den benötigten Angaben zu Autor und Bildrechten. Der Artikel wird von der Redaktion geprüft und ggf. angepasst und gekürzt.

Infos und Tipps für Artikel und Beiträge in der wbrsAktuell und auf unserer Internetseite finden Sie unter

www.wbrs-online.net/verband/allgemeine-informationen/printmedien

E-Mail: info@wbrs-online.net

Betreff: wbrsAktuell

Einsendeschluss: 1. Mai 2024

Stories matter

Bild: pexels-suzy-hazelwood-1995842

25. wbrs -Verbandssportfest in Niederwangen

Das diesjährige WBRS Verbandssportfest wird am 04.05.2024 in Niederwangen stattfinden.

Das Verbandssportfest findet zeitgleich im Rahmen des großen Inklusionstages anlässlich der Landesgartenschau 2024 in Wangen im Allgäu statt. Alle Teilnehmenden erhalten an dem Tag nach den sportlichen Aktivitäten bei kostenfreiem Eintritt Führungen durch das Gartenschaugelände. Zahlreiche Institutionen aus dem Bereich der Inklusion/ Behinderung/ Migration bieten dort einiges an Infos/ Überraschungen und Teilhabeaktionen.

Ausschreibung und weitere Infos unter:

www.wbrs-online.net/verband/aktuelles

Diabetes als Herausforderung – Chancen der Bewegung für die Rehabilitation und Prävention

Die Anzahl der Menschen mit Diabetes mellitus steigt kontinuierlich. Wissenschaftliche Studien belegen, die Lebensstilintervention Bewegung spielt neben Medikamenten und Ernährung eine wichtige Rolle. Die Prognosen der Gesundheitsrisiken sowie die Prävalenzen der Begleiterkrankungen verdeutlichen, wie bedeutend die Bewegungstherapie bei Diabetes zukünftig sein könnte.

Laut den Angaben des Deutschen Diabetes Zentrums leiden in Deutschland aktuell über 9 Millionen Menschen an Diabetes¹. Die Zahl der Diabetiker*innen wird in den kommenden zwei Jahrzehnten weiter ansteigen. Schätzungen der Expert*innen prognostizieren die Anzahl der betroffenen Menschen mit Typ-2-Diabetes in Deutschland im Jahr 2040 auf 12 Millionen Menschen.

» **Herausforderung:** Welche Bewegungsmodalitäten (z.B. Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit) kann eine Person mit Diabetes überhaupt sinnvoll trainieren?

Bei den Bewegungsprogrammen für Menschen mit Diabetes müssen metabolische Prozesse und der Energiehaushalt besonders beachtet werden. Noch fehlt Verständnis für gestörte Energiegewinnungsprozesse in den (Muskel-)Zellen und Organen im Organismus einer Person mit Diabetes oder das Wissen über inflammatorische Prozesse (Entzündungen), die meist unbewusst ablaufen. Wir benötigen konkrete Hinweise, wie die Bewegungstherapie mit konkreten Bewegungsmodalitäten gelingen kann.

Die Chancen von effektiven Bewegungssettings mit angemessenen Bewegungsinhalten und -intensitäten für die Rehabilitation werden bisher nicht genutzt. Meine Motivation ist es, diese beim Württembergischen Behinderten und Rehabilitationssportverband (WBRS) in der Bewegungstherapie zu etablieren unter der Berücksichtigung der ...

1. Trainierbarkeit,
2. Sinnhaftigkeit,
3. Zielorientierung und
4. Zweckmäßigkeit.

Die Vision ist, dass wir Bewegungsexpert*innen für Menschen mit Diabetes aus- und weiterbilden, die wirksame



Übungen sowie ein stimmiges Setting in den Bereichen Ausdauer, Kraft, HIIT-D (Hochintensives Intervalltraining bei Diabetes), Vestibulärmotorik und Koordination sowie Beweglichkeit anbieten. Wir benötigen gute Übungseinheiten und/oder Kursprogramme, die zudem häufige Begleiterkrankungen (z.B. Adipositas, Bluthochdruck, Herzinsuffizienz) berücksichtigen.

Bei der Fort- und Weiterbildung lernen die Reha-Fachkräfte, wie man Diabetiker*innen begleitet, damit wünschenswerte Ziele, dazu gehören rehabilitative Mechanismen, erreicht werden können. Hilfreich ist eine individuelle Zielerreichungsskala, verhaltenstherapeutische Kenntnisse, damit die Bewegungsinterventionen pädagogisch und nachhaltig gelingen. Menschen mit Diabetes sind relativ häufig Bewegungsmuffel, sie haben deswegen nicht nur krankheitstypische Stoffwechselprobleme, sondern zudem ein niedriges Fitnesslevel. Die zertifizierten Bewegungstherapeut*innen (Fachsporttherapeut*innen Diabetes mellitus) kennen die Gesundheitsrisiken, Ängste und Probleme der Diabetiker*innen und den jeweiligen Subtypen (Untergruppen). Sie wissen welche kleinschrittigen Module innerhalb der Bewegungstherapie den Krankheitsstatus Schritt für Schritt verbessern und was dabei zu beachten ist. Ein wichtiger Aspekt ist die individuelle Trainierbarkeit. Wir müssen uns bei Diabetiker*innen von den gelernten Vorgaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) oder Sportmedizin lösen, denn sie passen ohne Modifikationen nicht bei Menschen mit Diabetes. Nicht nur die unterschiedlichen Bewegungs-

übungen stehen im Mittelpunkt, sondern das Ziel, den Diabetiker*innen Sicherheit und Hoffnung zu geben. Trotz oder gerade wegen der Krankheitssymptome und Ängste ist es notwendig, die Betroffenen zu ermutigen, sich regelmäßig zu bewegen. Es macht keinen Sinn, ein beliebiges Fitnessprogramm anzubieten, wenn die Person nicht dazu in der Lage ist, dieses durchzuführen.

In Übungsgruppen und in besonderen Kursen, teilweise in der Einzeltherapie werden Übungen trainiert, die die gewünschten Effekte erzielen. Beispielsweise die Senkung des Langzeitblutzuckerwertes (HbA1c-Wert). Sinnvoll ist ein Setting von körperlichen Aktivitäten sowie Entspannungsmethoden, die ideal zu den Krankheitssymptomen passen. Dann sind kurative Prozesse wahrscheinlich und Remissionen sogar möglich. Außerdem verbessert sich durch die richtigen Bewegungsinterventionen die subjektive, gesundheitsorientierte Lebensqualität der betroffenen Personen und damit für Diabetiker*innen die Partizipation am Leben.

Wir können den Menschen mit Diabetes Hoffnung und Ermutigung vermitteln. Ohne die Bewegungsinterventionen steigen die Prävalenzen und Risiken für Folgekrankheiten an. Dazu gehören beispielsweise das „Diabetische Fußsyndrom“ (DFS) und Amputationen, Retinopathie und Erblindungen, Nephropathie und Versagen der Nieren (Dialyse).

Beim WBRS werden wir je Ausbildungsstand und Vorerfahrungen unterschiedliche Schwerpunkte bei der Fort- und Weiterbildung setzen. Die Reha-Trainer*innen erhalten Einblicke in die me-

dizinische Trainingslehre mit konkreten Tipps für die bewegungstherapeutische Praxis. Über verschiedenen Module erwerben dadurch die Reha-Trainer*innen neben dem notwendigen Grundlagenwissen, was Diabetes mellitus und die Begleiterkrankungen (Komorbiditäten) exakt bedeuten und wie sich der Diabetes-Typ sowie die Krankheitsstadien auf die Trainierbarkeit spezifisch auswirken. Diabetes ist nicht gleich Diabetes. Die Unterschiede der Diabetestypen müssen bekannt sein, denn die Ursachen für die Krankheit sind grundsätzlich verschieden. Deswegen benötigen Bewegungstherapeut*innen neben dem Basiswissen weitere Informationen, wie sie bei Typ-1- oder Typ-2-Diabetes (T2DM) oder Schwangerschaftsdiabetes besser trainieren können.

Ursachen von Diabetes unterscheiden

Beim T2DM löst eine zunehmende Unwirksamkeit des körpereigenen Insulins die Erkrankung aus. Die Stoffwechselerkrankung tritt in der Regel erst ab dem 40. Lebensjahr auf, oft zusammen mit Übergewicht (Adipositas), Bluthochdruck, erhöhten Blutfettwerten und Polyneuropathie. Circa 95 Prozent der Menschen mit Diabetes gehören zu Typ-2. Das Zusammenwirken mehrerer Faktoren, wie Adipositas, Hypertonie, Hypercholesterinämie und T2DM umschreibt das „metabolische Syndrom“, das auch Insulinresistenz-Syndrom bezeichnet wird.

Die nicht ansteckenden Krankheiten hängen mit dem Lebensstil der Betroffenen zusammen, weshalb im Zentrum der Therapie ein bewegungsintensiver Lebensstil steht. Für die rehabilitativen Anpassungsreaktionen werden körperliche Aktivitäten neben einer ausgewogenen Ernährung unter anderem zur Gewichtsabnahme empfohlen. Ein wesentliches Ziel der Bewegungstherapie ist bei übergewichtigen Menschen mit Diabetes die Fettreduktion im Bauchraum (viszerales Fett).

Menschen mit Diabetes leiden an den Folgeschäden des zu hohen Blutzuckerwertes (Hyperglykämie). Je länger die Diabeteserkrankung andauert, desto mehr kommt es mit der Zeit zu Problemen. Am Anfang erfolgen diese

Veränderungen unbewusst und schleichend. Zunehmend können die Durchblutungsstörungen Gefäße, wie beim diabetischen Fußsyndrom oder der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (PAVK), und Organe wie Augen, Herz, Leber und Nieren geschädigt sein. Auch die Nerven bzw. die neuronale Übermittlung kann gestört sein, weshalb die Diabetiker*innen unter den Schmerzen der Polyneuropathie leiden oder aufgrund der Schädigung keine Schmerzen bemerken. Zudem können koordinative Schwierigkeiten auftreten.

Die Rahmenbedingungen für eine stimmige Bewegungstherapie

Da die Beeinträchtigungen von Diabetiker*innen unterschiedlich sein können, sollten die Bewegungstherapie, die -modifikationen und die -intensitäten differenziert werden. Die Fort- und Weiterbildung basiert auf der Grundlage von Komplexitätstheorien, vor allem der Bewegungswissenschaften, Sportmedizin, Physiologie und Pathologie, Neurowissenschaften, Systembiologie, Epigenetik, und Psychologie sowie des Erfahrungsmanagements. Der Paradigmenwechsel in der Bewegungstherapie berücksichtigt nicht nur metabolische, sondern auch psychische Prozesse, den Energiehaushalt sowie das Botenstoffsystem und die Wechselwirkungen (Crosstalks) von Organen untereinander. Funktionieren die Botenstoffe, beispielsweise Myokine, richtig, kann das Organe wieder ins Lot bringen. So kann durchaus die Bauchspeicheldrüse (Pankreas) bei Menschen mit Typ-2-Diabetes wieder genesen, schleichende Entzündungswerte zurückgehen, die Niere sich wieder etwas erholen. Es sind teilweise positive Anpassungsreaktionen, die man bis vor Kurzem nicht für möglich gehalten hatte.

Weiterführende Fragen sind, welche

zusätzliche Faktoren spielen eine Rolle? In der Bewegungstherapie können das die epigenetischen Mechanismen wie auch Subtypen einer Krankheit sein. Diese Zusammenhänge erklären, weshalb Menschen mit Diabetes auf dieselben Lebensstilinterventionen unterschiedlich reagieren.

Treten mehrere Krankheitsbilder zusammen auf, ist eine Analyse besonders wichtig, denn die notwendige Therapie ist mehr als die Summe der Einzelmaßnahmen. Die Bewegungstherapie konzentriert sich auf Bewegungsmodalitäten, die in unterschiedlichen Intensitäten ausgeführt werden können. Ich möchte dabei grundsätzlich das Zusammenspiel des Zentralnervensystems mit der Muskulatur verbessern. Es kommt darauf an, die Menschen mit Diabetes in ihren Grundbedürfnissen nach Lebenszufriedenheit abzuholen und Lösungsstrategien gemeinsam zu besprechen. Gute Bewegungsprogramme ermöglichen kurative Prozesse. Zuerst beschreibt man die „optimalen“ Maßnahmen. Setzt man anschließend die geeigneten Bewegungsmodalitäten strukturiert und nachhaltig um, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass die gewünschten Verbesserungen eintreten.

Autor: Christoph Anrich
Christoph.anrich@previlance.com

Quellen:

- Anrich, Christoph (2022): Bewegungstherapie bei Diabetes und Adipositas, pt Zeitschrift für Physiotherapeuten, Februar 2022, 46–51.
Anrich, Christoph (2022): Bewegungstherapie bei Diabetes und Bluthochdruck, pt Zeitschrift für Physiotherapeuten, April 2022, 33–38.
Anrich, Christoph (2022): Bedeutung der Epigenetik für die Therapie der Zukunft, pt Zeitschrift für Physiotherapeuten, November 2022, 38–41.
Anrich, Christoph (2022): Bewegungstherapie bei Nichtalkoholischer Fettlebererkrankung, pt Zeitschrift für Physiotherapeuten, Dezember 2022, 44–47.
Anrich, Christoph (2023): Diabetes und Polyneuropathie, Bewegungstherapie als Konzept, SHAPE-Up 4/2023, 24–27.

Anmerkung

1. <https://ddz.de/diabetes-uhr/> (abgerufen am 9.01.2024)



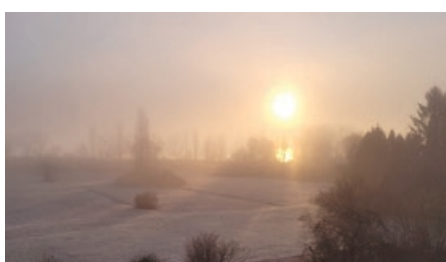
Erfolgreiche Referententagung am Bodensee



Vom 26. bis 28. Februar 2024 fand die Referententagung des Württembergischen Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes e.V. (WBRS) im malerischen Gaienhofen am Bodensee statt. Unter der Leitung von Trixa Ridder, Vizepräsidentin des Verbandes, und Tilmann Placht, Referent für Aus- und Fortbildung, trafen sich die Referent*innen, um über wichtige Themen im Bereich der Aus- und Fortbildung zu diskutieren.

Ein zentraler Punkt der Tagung war die Planung für das Jahr 2024/2025. Dabei wurden auch Änderungen im Ausbildungssystem sowie die Ausbildung zur C-Lizenz im Bereich des Behindertensports besprochen. Des Weiteren wurden Themen für zukünftige Referentenfortbildungen erarbeitet und Anpassungen bei den Prüfungen vorgenommen.

Besonders wertvoll war der Input der



externen Referentin Julia Everke von Weitsicht Coaching zum Thema „unterschiedliche Persönlichkeitstypen“. Durch ihre motivierende Art schaffte sie es, die ganze Gruppe auf kurzweilige Weise zu unterhalten zu informieren. Die Erkenntnisse des Vortrags werden den WBRS-Referent*innen sicher bei der zukünftigen Arbeit mit den unterschiedlichen Lehrgangsteilnehmer*innen eine Hilfe sein.

Neben dem produktiven Austausch in den Workshops wurde der persönliche Austausch und das Netzwerken untereinander bei gemütlichen Abenden gefördert.

Insgesamt war die Referententagung ein großer Erfolg und hat dazu beigetragen, dass die Aus- und Fortbildung im WBRS auf einem hohen Niveau bleibt.

wbrs

Aktuell

Sie möchten die wbrsAktuell innerhalb ihres Vereins weiter verteilen und benötigen hierzu mehr Ausgaben der aktuellen Zeitungen? Dann melden Sie sich bei uns mit Angabe der Vereinsnummer und der gewünschten Anzahl der Ausgaben.

Kontakt bei Anfragen, Anmerkungen, Lob oder Kritik:
E-Mail: info@wbrs-online.net | Betreff: wbrsAktuell



Baden-Württembergische Meisterschaften Para Tischtennis 2024

Am Samstag, den 20. Januar 2024 fanden in der Sporthalle auf dem Berg in Frickenhausen die diesjährigen Baden-Württembergischen Meisterschaften im Para Tischtennis statt. Wie schon 2022 wurde das Turnier von Tischtennis Frickenhausen ausgerichtet. Nach einigen Absagen traten dann insgesamt 57 Spielerinnen und Spieler in den verschiedenen Wettkampfklassen im Einzel und Doppel an. Nach der Begrüßung durch Frickenhausens Bürgermeister Simon Blessing ging es dann sofort mit den Einzelwettbewerben los.

Erfreulicherweise konnte man dieses Mal in den Rollstuhlklassen sowohl eine Damen- als auch eine Tetra-Klasse ausspielen. Bei den Damen WK 1-5 setzte sich am Ende die Favoritin Jana Spiegel (TT Frickenhausen) souverän durch. Den zweiten Rang erspielte sich ebenfalls eine Frickenhäuser Spielerin. Denise Hutter musste nur Spiegel zum Sieg gratulieren. Die weiteren Partien gewann sie jeweils mit 3:0.

Nur einen Satzverlust musste Markus Koriöth (TT Frickenhausen), der neue Baden-Württembergische Meister in der WK 1-2, hinnehmen. Gegen den späteren Zweitplatzierten Oleksandr Malynovskyi (TT Frickenhausen) siegte Koriöth knapp in vier Sätzen.

Topfavorit Thomas Brühle (TT Frickenhausen) konnte seinen Einzeltitel aus den vergangenen Jahren wiederholen. Ohne Probleme marschierte er ins Finale und besiegte dort Nachwuchsspieler Philipp Stöckeler (SRH Campus Sports) mit 3:0. Auf den beiden Bronzerängen standen nach ihren Halbfinalniederlagen Rainer Bauer (Vfr Ludwigsburg) und Harry Heiner (TT Frickenhausen).

In dem anschließenden Doppelwettbewerb spielten sich zwei Frickenhäuser Duos ins Finale. Jana Spiegel und Thomas Brühle wurden ihrer Favoritenrolle gerecht und besiegten Denise Hutter und Oleksandr Malynovskyi ohne Satzverlust und wurden somit neuer Baden-Württembergischer Meister im Doppel WK 1-5. Ebenfalls auf dem Treppchen waren das Tübinger Duo Jochen Rehm/Dierk Schneider, wie auch die Ludwigsburger Rainer Bauer/Kurt Pfeiffer.

In der WK 6-7 wiederholte Sener Oguz (BSG Offenburg) seinen Titel aus dem Jahre 2022. Im Endspiel gewann er gegen Ibrahim Soyol (SV Salamander Kornwestheim). Auf dem gemeinsamen dritten Platz folgten Jonas Sämann (TT Frickenhausen), der sein erstes Para-Turnier absolvierte, und Harald Walter (BSG Offenburg). Auf Platz fünf platzierte sich die einzige Dame in diesem Starterfeld, Marleen Riebold (TSG Steinheim).

Die meisten Teilnehmer starteten in der WK 8-10. In einem hochklassigen Finale mit vielen sehenswerten Ballwechseln setzte sich am Ende Erststarter Kilian Dinkel (TT Frickenhausen) knapp mit 3:2-Sätzen gegen Heiko Bielik (BSG Offenburg) durch, der bereits vor zwei Jahren knapp im Endspiel unterlag und somit erneut Vize-Meister wurde. Auf den weiteren Plätzen folgten Lasse Hauser (TSV Steinenbronn) und Darwin Scholz (SRH Campus Sports).

Im Endspiel des Doppels WK 6-10 standen sich Kilian Dinkel/Lasse Hauser und Darwin Scholz/Oleg Salzmann (SRH Campus Sports) gegenüber. Souverän mit 3:0-Sätzen gewannen hier Dinkel/Hauser den Titel. Auf dem gemeinsamen Bronzerang platzierten sich Daniel Meißner/Sener Oguz (BSG Offenburg) und Manfred Trips/Hans Kilian (BSV Walldorf).

Bei den Frauen der WK 11 konnte Andrea Divkovic (SV Salamander Kornwestheim) ihren Titel gegen die Frickenhäuser Spielerin Nina Scherbacher verteidigen. Den dritten Platz erreichten hier Sandra Frosch (BSA SV Hoffeld) und Julia Rottmayer (TSG Reutlingen inklusiv).

Bei den Herren der WK 11 setzte sich am Ende Sebastian Rösenberg (TT Frickenhausen) gegen den Routinier Hartmut Freund (BSV Walldorf) durch. Beide gingen über die volle Distanz. Im fünften Satz konnte sich Rösenberg knapp den Titel sichern. Dritte wurden hier Max Niebel (TT Frickenhausen) und

Ludwig Roth (TSG Reutlingen inklusiv). Das Doppel wurde anschließend gemischt gespielt. In einem sehr spannenden Finale gewannen Rösenberg/Niebel gegen Freund/Rottmayer, die im fünften Satz zwei Matchbälle vergaben und sich schlussendlich mit 10:12 dem Frickenhäuser Duo geschlagen geben mussten. Über den geteilten dritten Rang konnten sich Divkovic/Scherbacher und Isabelle Bertrand/Ludwig Roth (TT Frickenhausen/TSG Reutlingen inklusiv) freuen.

Die Damen der WK AB spielten in einer Gruppe „Jede gegen Jede“. Hier setzte sich Lokalmatadorin und amtierende Deutsche Meisterin Stephani Sterr (TT Frickenhausen) durch. Auf dem Vize-Rang folgte Gracia Rentschler (Vfl Sindelfingen).



Bei den Herren WK AB gewann Simon Bergmeister (SV Salamander Kornwestheim) seinen ersten Baden-Württembergischen Meistertitel. Er gewann die Konkurrenz knapp vor Phil Steck (TSG Steinheim) und Gottfried Stelter (TV Sinsheim).

Die Doppelkonkurrenz der WK AB gewannen überlegen Bergmeister/Steck. Die anderen Paarungen hatten alle das gleiche Spielverhältnis, somit war das Satzverhältnis untereinander ausschlaggebend für Rang zwei. Diesen sicherten sich knapp Stephani Sterr und Luisa Spieß (beide TT Frickenhausen).

Knapp vor dem Zeitplan konnten dann die Siegerehrungen für Einzel und Doppel durchgeführt werden. Die Urkunden und Medaillen wurden von Landestrainer Momcilo Bojic und Jugendspieler*innen vom Veranstalter Tischtennis Frickenhausen überreicht.

Bild und Text: Anika Brühle



Landesmeisterschaften Bogensport Halle

Wie jedes Jahr, gleich in den ersten beiden Wochen, fand auch in diesem Jahr am Dreikönigstag die Landesmeisterschaft der WBRS Bogensportler in der Halle statt.

Ein Dutzend Teilnehmer*innen fanden den Weg nach Laichingen Machtolsheim auf der Schwäbischen Alb. Der ausrichtende Verein, die BS Laichinger Alb, hatte die Halle wieder perfekt vorbereitet.

Am Ende des Wettkampftages gab es deshalb auf allen Seiten zufriedene Gesichter. Damit ist zum einen der formale Teil der Qualifikation geschafft, zum anderen aber auch ein weiterer wichtiger Schritt in Richtung zukünftiger Wettkämpfe genommen. Gleich drei der Rollstuhlschütz*innen werden bei der Landesmeisterschaft des Schützenbun-



des antreten und dort in den nichtbehinderten Wettkämpfen antreten.

Zum ersten Mal seit 4 Jahren gab es auch neue Schützen*innen bei der Landesmeisterschaft zu begrüßen die den Weg zum Bogensport gefunden haben.

Was allen Sportler*innen ein Lächeln aufs Gesicht zauberte war die Ankün-

digung das die diesjährige Deutsche Meisterschaft im Freien, quasi vor der Haustüre beim BSC Schömberg stattfinden wird. Während die Hallen DM im niedersächsischen Lingen stattfindet, wird die DM im Freien ein Heimspiel werden.

Bild und Text: Matthias Meudt

WBRS-Fachwart bei den Parapan: Parapan American Games 2023 in Santiago de Chile

Nach Guadalajara/Mexiko 2011 und Lima/Peru 2019 erhielt ich das dritte Mal eine Nominierung als Goalballschiedsrichter für die Parapan American Games. Santiago de Chile war im November 2023 Ausrichter der Amerikaspiele.

Die Vorfreude war groß, da Turniere in Südamerika immer von begeisterten

Zuschauern und hochmotivierten Volunteers begleitet werden.

Am 15. November ging es für mich zunächst nach Amsterdam. Meine fünf Stunden Aufenthalt vor dem Weiterflug verbrachte ich mit einem niederländischen Schiedsrichterkollegen, welcher mich am Flughafen abholte und mit mir in die Innenstadt fuhr. Für Sightseeing und ein Bierchen reichte es gut, bevor es über Buenos Aires nach Chile ging. Die meisten meiner Schiedsrichterkolleginnen und -kollegen (zwei Kanadier, zwei Brasilianer, eine Argentinierin, je einer aus Kolumbien, dem Irak und dem Iran sowie eine Litauerin) waren ebenfalls an dem Tag angekommen. Wir nutzten den freien Nachmittag zu einem kleinen Stadtspaziergang bevor am Abend das Technical Meeting anstand.

Am folgenden Tag sind wir nach der Akkreditierung das erste Mal in unsere Sporthalle zum Einüben der Abläufe. Am Abend des 17. Novembers fand im chilenischen Nationalstadion die Eröffnungsfeier statt. Parapan American Games sind wie Paralympics für Nord- und Südamerika. Entsprechend groß und prachtvoll ist auch die Opening

Ceremony, welche mit dem Einmarsch der Nationen begann und mit dem Entzünden der PanAm-Flamme und einem Feuerwerk zu Ende ging.

Am nächsten Morgen hatte ich die Ehre mit Emanuel aus Kolumbien das Eröffnungsspiel zwischen Brasilien und Argentinien zu pfeifen. Während des Turnieres wurde schnell klar, dass die etablierten Teams USA, Kanada und Brasilien sowohl bei den Damen, als auch bei den Herren, die Nase vorn haben werden. Im Vergleich zu Lima vor vier Jahren haben die anderen Länder jedoch stark aufgeholt, allen voran Argentinien.

Rund um das Nationalstadion waren die allermeisten anderen Sportarten untergebracht, was uns erlaubte, in unseren Spielpausen beim Rollstuhlbasketball, der Leichtathletik, dem Judo, beim Rollstuhlrugby, Blindenfußball oder dem Tennis vorbeizuschauen. Der Übergang vom chilenischen Frühjahr in den Sommer mit Temperaturen bis zu 30 Grad ließen einen den Aufenthalt im Freien genießen. Spaziergänge in die Parks der Stadt, sowie der Besuch des Gran Torre, dem mit 300 Metern höchst-



ten Gebäude Südamerikas, gaben uns einen kleinen Eindruck von Santiago de Chile. Wie erwartet erreichten die vier stärksten Nationen die Halbfinalspiele. Nachdem die brasilianischen Herren das erste Halbfinale gegen Argentinien gewannen und als amtierende Weltmeister bereits für die kommenden Paralympics qualifiziert waren, ging es im zweiten Halbfinale zwischen USA und Kanada um das letzte Ticket für Paris 2024. Zusammen mit Azhee aus dem Irak durfte ich dieses Spiel leiten. In einem anfangs ausgeglichenen Spiel setzte sich letztendlich die USA durch und zog ins Finale ein, in welchem sie aber gegen Brasilien deutlich verlor.

Auch im Damenfinale sollten die USA und Kanada nicht nur um die Goldmedaille spielen. Es ging auch um den einzig verbliebenen Startplatz für Paris 2024 für die Frauenteams. Im Spiel, welches ich mit Reza aus dem Iran piff,



ging Kanada schnell mit zwei Toren in Führung. Bis zur Pause konnten die USA ausgleichen. Zwei von USA verursachte Penaltys nutzte Kanada zur erneuten Zwei-Tore-Führung. Mehr als den Anschlusstreffer ließen die Kanadierinnen nicht mehr zu und sicherten sich Gold, sowie die Teilnahme an den Paralympics im kommenden Jahr.

Das Zuschauerinteresse war riesig. Pro

Tag waren gut eintausend Zuschauer in der Halle. Besonders bei Spielen der beiden chilenischen Teams kannte die Begeisterung kaum Grenzen.

Nach sieben tollen Turniertagen hieß es mit vielen schönen Eindrücken aus dem warmen, sonnigen Chile wieder ins nasskalte Deutschland zurückzukehren.

Bild und Text: Alexander Knecht

Gelebte Inklusion in der Baden-Württembergischen Leichtathletik



Im Prinzip war das nur noch Formsache: Badischer (BLV) und Württembergischer Leichtathletik-Verband (WLV) sowie die Leichtathletik Baden-Württemberg gGmbH (LABW) haben mit der Arbeitsgemeinschaft Parasport Baden-Württemberg (ArGe) eine Kooperationsvereinbarung abgeschlossen. Diese schafft die Grundlage für eine langfristige Kooperation bei der Entwicklung inklusiver Trainings- und Wettkampfangebote sowie inklusiver Jugendmaßnahmen. Darüber hinaus soll das Thema Parasport in das Bildungssystem der Landesfachverbände BLV und WLV integriert werden. Das gemeinsame Ziel aller Partner ist die

Installation von inklusiven Leichtathletikangeboten im Leistungs- und Wettkampfsport auf der Ebene der Vereine, der Talentstützpunkte und der Verbände sowie die enge Kooperation in den Bereichen Training, Wettkampf, Bildung und Jugend auf Verbandsebene.

Die Leichtathletik Baden-Württemberg gGmbH (LABW) ist ein Zusammenschluss für die Sektion Leistungssport in der Sportart Leichtathletik der Fachverbände Badischer Leichtathletik-Verband e.V. und Württembergischer Leichtathletik-Verband e.V. in Baden-Württemberg. Analog ist die Arbeitsgemeinschaft (ArGe) Parasport ein sportartübergreifender Zusammenschluss des Badischen Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes e.V. (BBS) und des Württembergischen Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes e.V. (WBRS), der sich um die Entwicklung des paralympischen Wettkampf- und Leistungssport u.a. in der Para Leichtathletik beschäftigt.

Durch die Vereinbarung wird nun auch die Teilnahme von Athlet:innen der

ArGe Parasport Baden-Württemberg an Trainings-, Lehrgangs- und Jugendmaßnahmen der Leichtathletik Baden-Württemberg gGmbH möglich.

Formsache deshalb, weil beispielsweise Niko Kappel, Paralympics-Sieger 2016, seit Jahren am Bundesstützpunkt in der Stuttgarter Molly-Schauffele-Halle ein- und ausgeht und am Training teilnimmt. Auch inklusive Wettbewerbe sind seit Jahren Bestandteil des Wettkampfkalenders der Leichtathletik in Baden-Württemberg.

Nun wurde die Zusammenarbeit auch formal beschlossen und mit dem Austausch der unterzeichneten Kooperationsvereinbarung am Samstag, 27. Januar 2024, um 11 Uhr im Sindelfinger Glaspalast im Rahmen der BW Leichtathletik Hallen-Finals im Innenraum öffentlich herausgestellt. Damit wurde die gesellschaftliche Bedeutung von Inklusion im Sport, aber auch darüber hinaus deutlich gemacht werden.

Para-Kugelstoßer und -weltmeister Yannis Fischer (VfB Stuttgart 1893): „Ich bin froh, dass es jetzt offiziell ist.

Für uns Parasportler ist es nichts Neues, denn wir trainieren eben schon seit drei Jahren zusammen mit olympischen Sportlern in einer inklusiven Trainingsgruppe und bei uns am OSP Stuttgart ist das schon zur Normalität geworden. Am Ende verfolgen wir alle dasselbe Ziel, da sollte es keinen Unterschied machen, ob der eine ein bisschen kleiner ist oder der andere ein bisschen größer."

Maren Pilchowski (Präsidentin des Württembergischen Behinderten- und Rehabilitationssportverbands e.V. in Vertretung für Prof. Dr. Anja Hirschmüller, Vorsitzende ArGe Parasport Baden-Württemberg): „Ich freue mich sehr, dass wir an diese Sache heute endlich offiziell einen Knopf dran machen. Wir erhoffen uns natürlich, dass noch mehr Paraleichtathleten in den Genuss kommen, die hervorragenden

Strukturen der BW Leichtathletik zu nutzen. Wir hoffen auch, dass durch die Kooperation das Thema auch in der Trainerausbildung platziert wird, sodass auch Vereine inklusive Gruppen anbieten und das Thema weiterhin wächst. Teamwork makes the dream work – so hoffen wir, dass es die richtigen Formen weiterhin annimmt und in diese Richtung weiter geht."

BLV-Präsident Michael Schlicksupp: „Ich freue mich natürlich, dass die Kooperation zustande gekommen ist. Es gibt ja schon eine ganze Menge Zusammenarbeit zwischen der Paraleichtathletik und der „normalen“ Leichtathletik. Aber es ist noch ausbaufähig und es ist auch noch nicht in den Vereinen direkt angekommen. Wenn wir uns mit diesem Schritt jetzt mehr öffnen können, und mehr gemeinsam machen, dann haben wir einen großen Schritt getan,

und da wollen wir hin.“ WLV-Präsident Dieter Schneider: „Paralympische und olympische Athleten trainieren heute schon gemeinsam. Aus dieser Vision ist in Baden-Württemberg bereits Realität geworden, jedenfalls bei den Kaderathleten. Da haben wir tolle Erfahrungen und dort ist es Normalität. Und diese Normalität, im Sport Inklusion zu leben, wollen wir ausbauen. Nicht nur bei den Kaderathleten, sondern über die Vereine auch vor Ort, die Inklusion im Sport praktizieren und damit auch Vorbild sein für die gesamte Gesellschaft. Wir wollen nicht Ausgrenzung, sondern wir wollen Teilhabe. Das heißt nicht, dass alle alles gleich können, aber dass alle – Behinderte und Nichtbehinderte – teilnehmen können an gemeinsamen Aktivitäten."

Premiere im Sportbad NeckarPark

In der Landeshauptstadt kam es am 03. Februar 2024 zu einer zweifachen Premiere: Zum ersten Mal fanden die Internationalen Offenen Süddeutschen Meisterschaften in Stuttgart statt, und zum ersten Mal war das im Juni 2022 eröffnete Sportbad NeckarPark Schauplatz eines Wettkampfes im Para Schwimmen.

"Uns war klar, dass wir uns und den Para Sport unbedingt in diesem tollen neuen Schwimmbad präsentieren müssen", sagte Christina Ziegler, Fachwartin Schwimmen beim WBRS und Abteilungsleiterin der Para Abteilung beim SV Cannstatt. Alexander Scholz (Präsident SV Cannstatt) und Christina Ziegler eröffneten pünktlich um 9:30 Uhr den Wettkampf. 175 Teilnehmende aus 34 Vereinen aus Deutschland und Österreich kamen an den Cannstatter Wasen. Die Schwimmerinnen und Schwimmer traten in 30 Einzeldisziplinen und 2 Staffelwettbewerben gegeneinander an. Dank der Umrechnung der geschwommenen Zeiten in Punkte konnten die Leistungen der Sportlerinnen und Sportler mit Behinderungen sowie die der Aktiven ohne Behinderung verglichen werden. Auch in den gemisch-



ten Staffelwettbewerben, in denen zwei weibliche und zwei männliche Teilnehmer als Mannschaft antraten, konnten so inklusiv aufgestellt und geschwommen werden. Erfolgreichster Verein war die Auswahlmannschaft "Team Bayern", gefolgt vom SV Cannstatt und dem Altersport e.V. aus Hamburg.

Vom WBRS gingen 27 Para-Athletinnen und Para-Athleten an den Start. Unter ihnen zeigte Eneas Polonius Gil (Jahrgang 2011) von den Wasserfreunden Mühlacker eine hervorragende Leistung und gewann in der Jugend C vier Mal Gold und zwei Mal Silber. Lucas Liebermann (Jahrgang 1998) vom

SSV Ulm schwamm bei seinem ersten Wettkampf im Para Schwimmen jeweils unter die Top 7. David Sanzenbacher (Jahrgang 2006) von der Behindertensportgemeinschaft Neckarsulm gewann in der offenen Altersklasse einmal Silber und einmal Bronze. Vom SV Cannstatt konnte sich Para-Nachwuchsschwimmerin Noémie Cantarellas (Jahrgang 2014) über drei Mal Gold und drei Mal Silber in der Jugend D freuen. Georgios Gkogkenko (Jahrgang 2008, ebenfalls SV Cannstatt) gewann in der Jugend B und mit der inklusiv besetzten 4x50m Lagen-Staffel je einmal Bronze.

Mit David Sanzenbacher, Eneas Poloni-

us Gil, Georgios Gkogkenko und Lucas Liebermann konnten vier Athleten des WBRS ihre Pflichtzeiten für die Internationalen Deutschen Meisterschaften Anfang Juni in Berlin erreichen. Ebenfalls gab es einen Deutschen Rekord zu vermelden: Jonas Schneider, Team Bayern, unterbot mit 29,53 Sekunden über 50 m Rücken die bisherige Bestmarke in der Startklasse AB.



Auch hinter den Kulissen war es eine inklusive Veranstaltung, betonte Christina Ziegler: "Es ist immer ein schönes Erlebnis, wenn wir im Verein abteilungsübergreifend eine Veranstaltung auf die Beine stellen." So übernahm die

Schwimmabteilung des SV Cannstatt professionell das Catering und unterstützte mit ihrer im vergangenen Jahr im Sportbad gesammelten Erfahrung. "Seit 2013 veranstalten wir Landesmeisterschaften und Schwimmfeste in der Region Stuttgart. Aber die Süddeutschen waren für uns der bisher größte Wettkampf, den wir organisiert haben und daher mit reichlich Aufregung verbunden", sagte Jan Heffner, Fachwart Schwimmen beim WBRS, und freute sich zusammen mit dem Organisationsteam der Abteilung Para Schwimmen im Schwimmverein Cannstatt über den reibungslosen Ablauf des Wettkampfs.



Besonders gefreut haben sich die Organisatoren über den Besuch der Ehren Gäste aus den Bereichen Sport und Politik. Neben Herrn Fred-Jürgen Stradinger (Präsident Sportkreis Stuttgart) und Herrn Harald Laue (Vizepräsident Behindertensport Stuttgart) waren auch Frau Jennifer Langer (Behindertenbeauftragte der Stadt Stuttgart), Frau Gabriele Munk (Stadtträtin B90/Grüne) und Frau Katrin Steinhilb-Joos (Landtagsabgeordnete der SPD für Stuttgart) vor Ort. Herr Dr. Clemens Maier, Bürgermeister Referat Sicherheit, Ordnung und Sport der Stadt Stuttgart, unterstützte durch die Übernahme der Schirmherrschaft. "Wir bedanken uns bei allen Helferinnen und Helfern, bei unseren Sponsoren, den Unterstützenden sowie bei der Stadt Stuttgart für die großartige Unterstützung im Vorfeld und während der Veranstaltung."

Text: Christina Ziegler, Jan Heffner

Bilder: Max Grimm

Glückliche Familien bei den Schneesport TalentTagen 2024

Vom 26. bis 28. Januar 2024 veranstaltete der WBRS das insgesamt 3. Schneesport TalentTag Wochenende für Kinder und Jugendliche mit einer körperlichen Behinderung oder einer Sehbehinderung.

Lange Zeit war nicht klar, ob es in diesem Jahr genug Schnee haben wird. Die Tage und Wochen vor dem geplanten Termin waren von warmem Wetter und Regen geprägt. Mit etwas Umplanen konnten wir mit dem Feldberg allerdings noch eine gute Lösung finden.

Hier hatte es zwar auch nicht mehr viel Schnee, aber die Bedingungen waren völlig ausreichend und besser als ursprünglich erwartet. Allerdings betraf das nur den Bereich Ski Alpin. Für die Langläufer gab es leider keine geeigneten Loipen und wir mussten auf die Sommervariante mit Rollski ausweichen.

Insgesamt waren neun Teilnehmer*innen mit ihren Familien nach Freiburg in die Jugendherberge gereist, um mit uns ein Schneesport Wochenende zu verbringen. Darunter waren auch ein

paar bekannte Gesichter von früheren Schneesport TalentTagen wieder mit dabei.

Sowohl am Samstag als auch am Sonntag erwartete alle ein strahlend blauer Himmel, angenehme Temperaturen und gute Pistenverhältnisse. Perfekte Bedingungen also, um gemeinsam Spaß am Skifahren zu haben.

Unsere insgesamt sechs Ski-Lehrer*innen kümmerten sich um die Kinder und zeigten ihnen die Grundkenntnisse im Skifahren. Vor allem bei den Monoski Fahrer*innen holten wir aber auch die Eltern mit ins Boot, um der ganzen Familie den Umgang mit dem Sportgerät näher zu bringen. Ziel des Wochenendes soll es auch sein, die Familien zu befähigen sich im Skiurlaub ohne Probleme bewegen zu können.

Für den Bereich Langlauf hat Para Ski nordisch Landestrainer Markus Sommerhalter ein sehr ansprechendes Alternativprogramm ohne Schnee auf die Beine gestellt. So ging es mit Rollski und Roll-Schlitten zuerst raus auf die





Radwege. Nach dem lockeren Einfahren folgten noch ein paar Übungen. Am Samstagabend hatte man noch die Möglichkeit auf das große Laufband am Olympiastützpunkt Freiburg zu gehen. Das Laufband ist so breit, dass es die Möglichkeit bietet mit Rollski in der Skating-Technik darauf zu laufen.

Ein weiteres Highlight gab es am Samstagabend. Gemeinsam mit den Familien verbrachten wir die Zeit nach dem Abendessen in unserem Seminarraum. Hier bauten wir die zwei Laser-Gewehre, die im Para Biathlon zum Einsatz kommen, auf. Das eine Laser-Gewehr hatte ein normales Zielvisier und wird im Wettkampf der körperbehinderten

Klassen eingesetzt. Das andere war ein Blinden-Gewehr, das eine akustische Zielhilfe hat, und in den Wettkämpfen der Personen mit Sehbehinderung verwendet wird.

Am Ende des Wochenendes waren alle Teilnehmenden sehr glücklich und zufrieden mit der Veranstaltung. Aber vor allem auch etwas platt. Durch den großen Spaß auf der Skipiste und dem guten Wetter wollten die Kinder meist ohne große Pause wieder loslegen. Teilweise zum Leidwesen der Eltern.

Wir möchten an dieser Stelle noch allen Trainerinnen und Trainern danken, die uns wieder tatkräftig unterstützt haben dieses Event auf die Beine zu stellen.



Bedanken möchten wir uns auch noch bei der Deutschen Behindertensportjugend und JP Morgan ohne deren Unterstützung das Wochenende auch nicht möglich wäre.

Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr!

Bilder: WBRS

Württembergische Meisterschaft Torball 2023



In der Sporthalle der Sommerrainschule in Stuttgart-Bad Cannstatt fand am 14. Dezember 2023 die Württembergische Torballmeisterschaft statt

Das erste Mal konnten wir auch Spielerinnen und Spieler der Nikolauspflanze Stuttgart bei diesem Turnier begrüßen. Pünktlich konnte der WBRS-Fachwart Tor-/Goalball alle Anwesenden begrüßen und das Turnier eröffnen.

Die drei Spielerinnen und Spieler des letztjährigen Meisters konnten wegen Abwesenheit auf Grund von Verletzungen, Erkrankungen und Urlaub ihren Titel nicht verteidigen, somit war klar, es werden sich neue Spieler in die Siegerliste eintragen.

Ohnehin mussten manche Spielerinnen und Spielern, sowie die Bundesschiedsrichterin Theresa die Teilnahme krankheitsbedingt kurzfristig absagen. Dennoch standen fünf Torballteams bereit, das Turnier um den Württembergischen Titel auszuspielen. Insgesamt zehn Spiele sollten entscheiden wer neuer Titelträger wird.

Die meisten Spiele waren sehr knapp. Am Ende waren alle Platzierungen jeweils nur einen Punkt auseinander. Schön war, dass jedes Team mindestens

ein Spiel gewann. Absolut verdient, ungeschlagen, mit den meisten geworfenen Toren, mit den wenigsten Gegentoren holten sich Eyup Bas, Julian Aydt und Heinz Lobitz (SV Hoffeld 2) mit 6 : 2 Punkten und 10 : 3 Toren den Württembergischen Meistertitel.

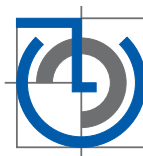
Knapp dahinter, mit 5 : 3 Punkten lag SV Hoffeld 3 vor der Spielgemeinschaft Niko/Hoffeld mit 4 : 4 Punkten

Auf Platz vier kam das Team vom SV Hoffeld 1 mit 3 : 5 Punkten

Mit 2 : 6 Punkten belegten die Neulinge der Nikolauspflanze Platz fünf.

Ein großes Dankeschön an die Essensverpflegung, sowie allen helfenden Händen, welche dazu beigetragen haben, ein tolles Turnier auf die Beine zu stellen.

Bild und Text: Alexander Knecht



Häussler
Ihr Sanitätshaus

Exopulse Mollii Suit

**Vermindert Spastik,
aktiviert die Muskeln**

Innovativer Elektrostimulationsanzug
bei neurologischen Erkrankungen.

Wir beraten Sie gerne!

Telefon 0731 14002-0
info@haeussler-ulm.de
www.haeussler-ulm.de



© ottobock

PrivatSchutz

Genießen Sie das Wesentliche.

**Mit unserem Versicherungsschutz –
so individuell wie das Leben.**

Sie finden uns in nahezu jeder Gemeinde in unseren SV General-
agenturen und Geschäftsstellen, bei unseren Partnern in allen
Sparkassen oder über unseren Kundenservice: www.sv.de

**SV Sparkassen
Versicherung**

Schulbesuch am Rechberg-Gymnasium Donzdorf

Am 5. Februar 2024 besuchten wir mit HANDICAP MACHT SCHULE das Rechberg-Gymnasium Donzdorf für eine besondere sportliche Erfahrung. Unter der Leitung von HMS Trainer Werner Rieger wurde den Schüler*innen der beiden Sport Leistungskurse eine faszinierende Einführung in den Rollstuhlbasketball geboten.

Die Schüler*innen tauchten in eine Welt ein, in der der Rollstuhl zur Plattform für sportliche Leistung und Teamgeist wird. Unter professioneller Anleitung lernten sie nicht nur die grundlegenden Techniken des Rollstuhlfahrens, sondern auch die spezifischen Fähigkeiten

und Strategien des Rollstuhlbasketballs kennen.

Die Teilnahme an dieser Veranstaltung ermöglichte den Schüler*innen nicht nur eine neue sportliche Erfahrung, sondern förderte auch das Verständnis und die Sensibilität für die Herausforderungen, denen Menschen mit Behinderungen im Alltag begegnen. Durch das gemeinsame Erleben des Rollstuhlbasketballs wurden Barrieren abgebaut und das Bewusstsein für Inklusion und Vielfalt gestärkt.

Wir wünschen den Abiturient*innen viel Erfolg für ihre Abschlussprüfungen.



HANDICAP MACHT SCHULE in der 3b der Gottlieb Rühle Schule



Die Schüler*innen der Klasse 3b hatten die Möglichkeit, am Workshop „Blindenfußball“ des Projekts HANDICAP MACHT SCHULE teilzunehmen.

Ziel dieses tollen Projekts ist, dass Schüler*innen unter anderem anhand von Blindenfußball in die Welt von Menschen mit Behinderung eintauchen und diese versuchen zu verstehen. Die

Kinder waren sehr offen für das Angebot und begeistert dabei, Sport einmal in einer völlig anderen körperlichen Situation auszuüben. So wurde den Kindern Blindenfußball spielerisch nahegebracht – schnell merkten sie, wie herausfordernd es ist, nicht sehend Fußball zu spielen. Aber sie erkannten auch, dass es möglich ist, mit einer körperlichen Einschränkung eine Sportart auszuüben.

Im Rahmen der angebotenen Übungen und in Gesprächen mit dem Trainer Benjamin Zoll (ehemaliger Co- und Athletiktrainer der Blindenfußball-Na-

tionalmannschaft; aktuell Lehrer an der Nikolauspflanze in Stuttgart – Schule für blinde und sehbehinderte Menschen) wurden die Kinder für den Umgang mit Menschen mit einer körperlichen Beeinträchtigung sensibilisiert.

„Sei mutig! Biete Menschen mit und ohne Behinderung deine Hilfe an.“

Danke gilt auf diesem Wege auch dem Württembergischen Behinderten- und Rehabilitationsverband (WBRS) und allen weiteren Partnern und Förderern, welche das Projekt ins Leben gerufen haben.

Text: Gottlieb Rühle Schule in Mössingen.

Post von der Silcherschule Fellbach



„Lieber Herr Zoll,
die zwei Stunden mit Ihnen
waren sehr toll. Wir haben
viel darüber gelernt, wie man
Blindenfußball spielt, Das fand
ich toll.“

Uns hat eine Rückmeldung der Klasse 4a, der Silcherschule Fellbach erreicht. Die Kinder haben uns passend zur kommenden Fußball Europameisterschaft eine Girlande gebastelt. Im Rahmen von HANDICAP MACHT SCHULE hat Benjamin Zoll den Kindern die Sportart Blindenfußball nähergebracht.

Vielen Dank für diese kreative Rückmeldung!

Du spielst für Fans, Teams und Talente. Und eine sehr, sehr frühe Rente.





Die Lotterien von Lotto Baden-Württemberg: für alle ein Gewinn. Denn ein Teil des Spieleinsatzes der Lotterien wird verwendet, um Vereine und deren Sportstätten zu unterstützen. Pro Jahr kommen so fast 60 Millionen Euro für den Spitzen- und Breitensport in Baden-Württemberg zusammen.

MEHR AUF [LOTTO-BW.DE](https://www.otto-bw.de)

LOTTO
Baden-Württemberg

 Ab 18! Glücksspiel kann süchtig machen. Infos und Hilfe unter: [otto-bw.de](https://www.otto-bw.de), [check-dein-spiel.de](https://www.check-dein-spiel.de) oder [buwei.de](https://www.buwei.de). Offizieller Anbieter (Whitelist).

SAVE
the
DATE

Die nächste

MITGLIEDERVERSAMMLUNG

ist für den 5. April 2025 geplant. Die Terminankündigung erfolgt unter Vorbehalt.

wbrs

Impressum

Herausgeber:

Württembergischer Behinderten- und
Rehabilitationssportverband e. V.
Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart
Tel. 0711 / 286 953 20
Fax 0711 / 286 953 21
info@wbrs-online.net
www.wbrs-online.net

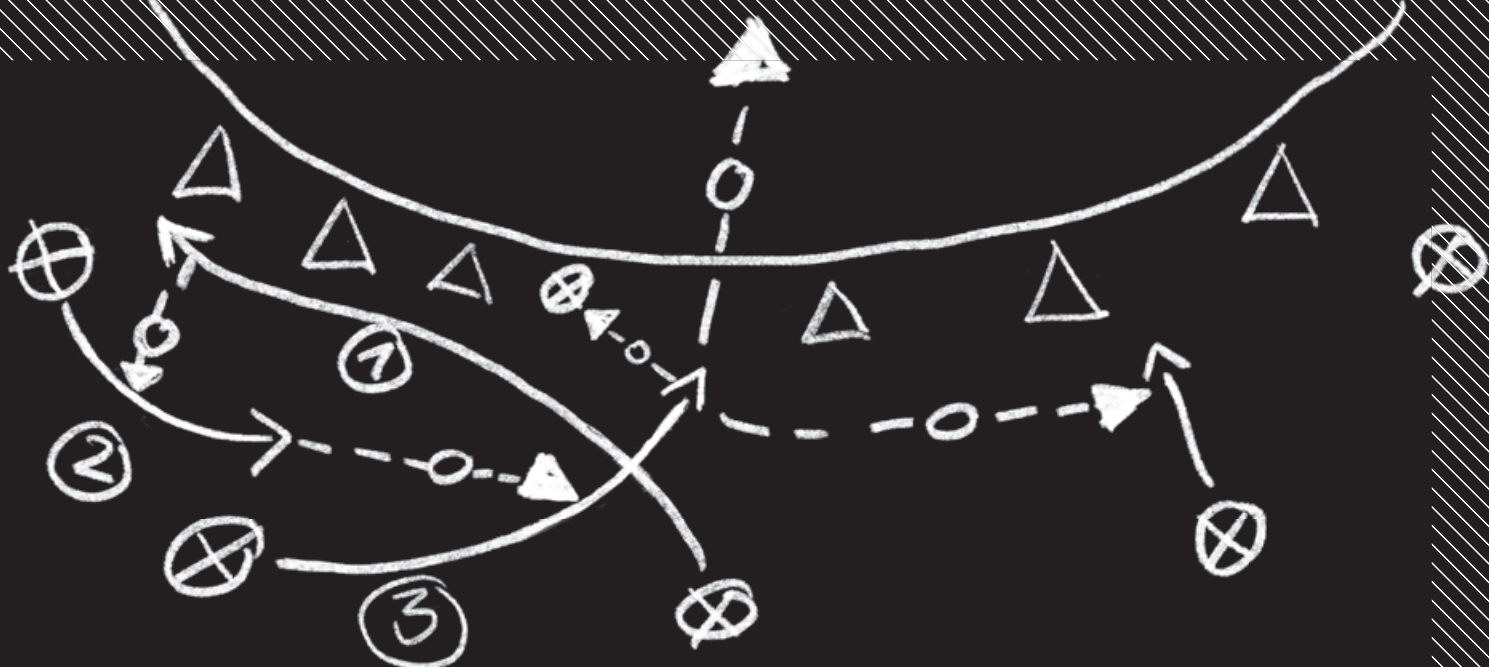
Druck, Gesamtproduktion,
Anzeigenverwaltung, Layout
und Anzeigenakquise:

Druck- & Medienzentrum
Weinstadt GmbH
An der Rems 10
71384 Weinstadt
Tel. 0 71 51 / 9 92 10-0
info@dmz-weinstadt.de
www.dmz-weinstadt.de

Redaktion: V. i. S. d. P.:
Thomas Nuss
Tel. 0711 / 286 953 20

Auflage: ca. 3.000 Exemplare

Die Broschüre erscheint im
Internet unter:
www.wbrs-online.net



MIT KREATIVITÄT ZUM ERFOLG

DRUCK & MEDIENZENTRUM WEINSTADT

seit 1971

DRUCKEREI · INHOUSE-AGENTUR
WWW.DMZ-WEINSTADT.DE

KREATIVSHOP FÜR KARTEN, POSTER UND MEHR
WWW.DEINMOMENTZAEHLT.DE

**DRUCK &
MEDIEN
ZENTRUM**
WEINSTADT