



# SiS

Kreissportverband  
Stormarn e.V.  
[www.ksv-stormarn.de](http://www.ksv-stormarn.de)

Sport in Stormarn

Dezember 2023

Vorstand

Geschäftsstelle

Sportjugend

Sportabzeichen

Aus den Vereinen

Sport für alle

Was Sie wissen sollten

Fort- und Weiterbildung

Aktuelles - Termine



Wählen Sie die Sportlerin des Jahres 2023



Wählen Sie den Sportler des Jahres 2023



Wählen Sie die Mannschaft des Jahres 2023

## I. Vorstand

Vorsitzender	Adelbert Fritz Adelbert.Fritz@ksv-stormarn.de
stellv. Vorsitzender	Joachim Lehmann Joachim.Lehmann@ksv-stormarn.de
stellv. Vorsitzender	Joachim Beckmann Joachim.Beckmann@ksv-stormarn.de
Vorstandsmitglied	Henrik Bagdassarian Henrik.Bagdassarian@ksv-stormarn.de
Vorstandsmitglied	N.N.
Vorstandsmitglied	Heiner Wagner Heiner.Wagner@ksv-stormarn.de
Projektmitarbeiter Senioren Koordinierungsstelle Leistungssport	Alfred Schmücker Ina Gerber Ines Moritz

## Herausgeber:

Kreissportverband Stormarn e.V.  
Lübecker Str. 35  
23843 Bad Oldesloe  
Telefon 04531/808 722  
Handy 0162 4775916  
FAX 04531/808 723  
www.ksv-stormarn.de  
info@ksv-stormarn.de

## Redaktion:

KSV-Geschäftsstelle

## Auflage:

online  
„SiS“ ist das Mitteilungsblatt des  
Kreissportverbandes Stormarn e.V.  
und der Sportjugend Stormarn.

Mit Namen und Initialen  
gekennzeichnete Artikel stellen  
nicht unbedingt die Meinung  
des KSV Stormarn dar.

## II. Kreissportjugend

Vorsitzende	N.N. jugend@ksv-stormarn.de
-------------	--------------------------------

## III. Geschäftsstelle

Geschäftsführerin	Verena Lemm Verena.Lemm@ksv-stormarn.de
Mitarbeiterin	Sylve Blenkers info@ksv-stormarn.de
Mitarbeiterin „Sport für alle – Stormarner Vereine leben inklusiven Sport“	Vanessa Lüth Inklusion@ksv-stormarn.de
Projektmitarbeiter Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	Patrick Eberle Projekt@ksv-stormarn.de

# Aus dem Vorstand

## Liebe Sportlerinnen und Sportler, liebe Mitglieder des Kreissportverbandes Stormarn,



das vergangene Jahr war für uns ein besonders interessantes und ereignisreiches Jahr.

So gab es nach dem Verbandstag im Mai 2023 einen Wechsel im Vorstand unseres Verbands. Dies bedeutete für uns alle eine Veränderung und das Kennenlernen neuer Personen sowie das Einarbeiten in neue Aufgabenbereiche. Es war eine spannende Zeit des Umbruchs, aber auch eine Chance für frischen Wind und neue Ideen.

Die Herausforderung des Jahres war für uns sicherlich die Ausrichtung des Host Town Programs, bei dem der Kreis Stormarn als Gastgeber fungierte. Es war eine große Ehre für uns, diese Tage auszurichten und der Delegation aus Tadschikistan unseren Kreis Stormarn zu zeigen. Mit dem großen Finale, dem inklusiven Sporttag in Bad Oldesloe endeten die vier Tage, bevor es zu den Special Olympics World Games in Berlin ging. Während dieser Zeit und besonders während des inklusiven Sporttages gab es viele emotionale Momente, sowohl für die Organisatoren als auch für die Gäste. Es war beeindruckend zu sehen, wie sich während des inklusiven Sporttages die Sportgruppen der Vereine gegenseitig unterstützt und motiviert haben.



Besonders berührend war der Moment, als nach dem Fackellauf das symbolische Feuer durch die Head of Delegation, unserem Kreispräsidenten Hans-Werner Harmuth und Landrat Dr. Henning Görtz angezündet wurde.

Aber nicht nur das inklusive Sportfest selbst war ein Highlight, sondern auch die Zeit davor und danach. Viele Stunden hat das Organisationsteam daran gearbeitet alles vorzubereiten, so dass die Tage in Stormarn reibungslos ablaufen konnten. Ohne ihr Engagement wäre eine solche Veranstaltung nicht möglich gewesen. Dafür an alle mein herzlicher Dank.

Eine weitere Besonderheit stellte die Veränderung in der Geschäftsstelle dar, denn im ablaufenden Jahr hat es einige personelle Veränderungen gegeben, die mit Ergänzungen in verschiedenen Arbeitsgebieten einhergingen (siehe dazu auch die Vorstellung von Patrick Eberle auf der nächsten Seite). Die Veränderung in der Geschäftsstelle brachte neue Gesichter und frischen Wind in das Team. Mit den neuen Mitarbeitern konnten wir unsere Arbeitsbereiche erweitern und neue Ideen umsetzen. Es war spannend zu sehen, wie sich die Dynamik im Team verändert hat und wie jeder seine individuellen Stärken einbringt.

Gleichzeitig mussten wir uns von einer langjährigen Mitarbeiterin, Sylve Blenkers, verabschieden, die viele Jahre lang ein wichtiges Mitglied unserer Organisation war.



Die Verabschiedung war ein emotionaler Moment für uns alle, da sie nicht nur eine Kollegin, sondern auch eine Freundin geworden ist. Wir haben gemeinsam auf die vielen Jahre zurückgeblickt und ihr für ihren Einsatz gedankt.

Diese personellen Veränderungen haben gezeigt, dass Veränderungen zwar manchmal schwerfallen, aber auch Chancen für Wachstum und Weiterentwicklung bieten. Wir sind zuversichtlich, dass das Team in der Geschäftsstelle weiterhin erfolgreich zusammenarbeiten wird und gemeinsam neue Ziele erreichen kann.

Wie man aus diesen kurzen Erläuterungen sieht, war das vergangene Jahr ein Jahr voller Herausforderungen, aber auch voller Erfolge und besonderer Momente. Wir sind stolz darauf, Teil einer so engagierten Gemeinschaft zu sein und freuen uns auf die kommenden Jahre, in denen wir weiterhin gemeinsam Großes erreichen können

Ich wünsche allen eine besinnliche Adventszeit, ein friedliches und gesegnetes Weihnachtsfest, einen guten Start in das Jahr 2024 sowie Gesundheit, Glück und sportlichen Erfolg.

Ihr  
Adelbert Fritz  
Vorsitzender



# Aus der Geschäftsstelle

## BESTANDSERHEBUNG 2024

Von jeweils Anfang Dezember bis Ende Januar läuft die Bestandserhebung (BE). Jeder Mitgliedsverein muss seine Mitgliederzahlen gemäß den BE-Richtlinien in diesem Zeitraum melden.

Über das [Intranet](#) des Landessportverbandes werden die Daten erfasst. Alle Mitglieder werden in einer A- (alle Mitglieder) und B-Meldung (Fachverbandszuordnung) nach Geschlechtern getrennt erfasst. Zu jedem Mitglied wird der Jahrgang erfasst.

Für die Übermittlung Ihrer Mitgliederzahlen benötigen Sie einen Zugang zu dem Intranet. Wer keinen Zugang hat, kann diesen hier beantragen: [Antrag Intranet](#)



## Aufbau einer Kompetenzstelle „Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten“



Die gute Nachricht gleich vorweg: Um den Aufbau einer Kompetenzstelle „Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten im Sport“ voranzutreiben, hat der Kreissportverband Stormarn (KSV) den Hoisdorfer Patrick Eberle als engagierten Projektmitarbeiter gewinnen können.

Ziel der zunächst auf zwei Jahre befristete Teilzeitstelle ist eine umfassende Bestandsaufnahme der Finanzierungsmöglichkeiten,

eine enge Zusammenarbeit unter anderem mit den entsprechenden Förderstellen, den Verbänden und Stiftungen sowie eine rege Kommunikation mit den Sportvereinen im Kreis Stormarn.

„Im Fokus liegt die Unterstützung der Vereine bei der Auswahl geeigneter Mittelgeber, Hilfe bei der Erstellung von Finanzierungsplänen und den entsprechenden Anträgen sowie Beratung bei nachgelagerten Themen wie zum Beispiel Verwendungsnachweisen“, sagt Eberle. „Mein Aufgabenfeld umfasst darüber hinaus die Weiterentwicklung der Jugendarbeit und Stärkung der ehrenamtlichen Strukturen in Vereinen und Verbänden im Kreis Stormarn.“ Aus dem ehemaligen beruflichen Umfeld, dem internationalen Rohstoffhandel, bringt der 45-Jährige die nötige kaufmännische, als ehrenamtlicher Fußball-Abteilungsleiter des TuS Hoisdorf die nötige sportliche Erfahrung für die neue Aufgabe mit.

Wer aktuell Fragen bezüglich möglicher Fördermöglichkeiten hat, kann sich ab sofort unter der E-Mail-Adresse [projekt@ksv-stormarn](mailto:projekt@ksv-stormarn) mit Eberle in Verbindung setzen.

## Abschied aus der Geschäftsstelle

Nach 21 Jahren als Mitarbeiterin in der KSV-Geschäftsstelle beendet Sylve Blenkers Ihre Tätigkeit zum 31.12.2023.

*„Es war eine interessante, vielseitige Arbeit und ich danke an dieser statt stellvertretend allen für die herzlichen Worte. Ich werde gern an diese Jahre zurückdenken und wünsche allen weiterhin Freude bei ihrem Engagement für den Sport.“*

Sylve Blenkers



## Dialog zwischen Politik, Wirtschaft und Sport

Unsere diesjährige Veranstaltung, zu der wir Vertreter\*innen aus Politik und Wirtschaft einluden, führte uns zur Handball-Inklusionsmannschaft nach Bargtheide.



Ende des 2021 hatte die Handball-Inklusionsmannschaft, gegründet von der SG Glinde/Reinbek und dem TSV Bargtheide, das Training aufgenommen und nimmt unter dem Namen die STORMANNEN am Spielbetrieb der Inklusionsliga Schleswig-Holstein teil.

Insgesamt 11 Mannschaften gibt es in der Inklusionsliga, die, in zwei Staffeln, aufgeteilt die Saison spielen. Die Mannschaft war stolz, „ihren“ Sport und „ihr“ Training zu präsentieren.

Sie spielen nicht nur auf Wettkämpfen zusammen, auch neben dem Spielfeld sind sie zu einem starken Team zusammengewachsen. Die Mannschaft bietet somit den verschiedensten Menschen die Möglichkeit, sich sportlich zu betätigen und ihre Talente zu entfalten. Im Team geht es um Fairness, Zusammenarbeit und Disziplin.

Einige Vertreter\*innen aus Politik und Wirtschaft ließen es sich nicht nehmen, direkt bei den Trainingsstandards



mitzumachen und am Ende sogar ein kleines „Spiel“ zu absolvieren.

Im Anschluss an das Spiel gab es einen kleinen Imbiss, bei dem weitere und wertvolle Gespräche zwischen Politik,

Wirtschaft und Sport zustande kamen.

Alle hatten sichtlich Spaß und freuen sich bereits auf das nächste Jahr mit einer anderen Sportart.

## Kreissportverband Stormarn richtet Koordinierungsstelle Leistungssport Jugend ein

Projektleiterin Ines Moritz schließt nach zwei Informationsabende mit jungen Talenten, Trainern und Eltern die Erhebungsphase des Projekts ab.



Projektleiterin Ines Moritz, KSV-Vorsitzender Adelbert Fritz, Geschäftsführerin Verena Lemm

Der Kreissportverband Stormarn hat die Erhebungsphase des Projekts, eine Koordinierungsstelle „Leistungssport Jugend“ einzurichten, abgeschlossen.

„Unser Projekt mit seinen Zielen und Vorhaben haben wir ausgewählten jungen Leistungssportlern sowie deren Eltern und Trainern an zwei Abenden vorgestellt“, sagt Projektleiterin Ines Moritz. „Die Resonanz war durchweg positiv.“ Die 57 Jahre alte Mutter einer ehemaligen Basketball-Jugendnationalspielerin ist Ideengeberin und Leiterin des Projekts.

Mit der Einrichtung einer Beratungsstelle startet Anfang kommenden Jahres die Entwicklungsphase. Bis zum Beginn des zweiten Halbjahres wird der Kontakt zu Vereinen, Schulen und Organisationen intensiviert und ein Pool an Sportmedizinern, Physiotherapeuten und Psychologen aus dem Kreis aufgebaut. Eine Modifizierung der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit steht ebenso auf der Agenda wie eine Auswahl an entsprechenden Fortbildungsmaßnahmen. Die Umsetzung weiterer konkreter Maßnahmen ist für 2025 geplant.

Die im September und Oktober durchgeführten beiden Informationsabende offenbarten eins: Der Bedarf an externer, kreisweiter Unterstützung bei jungen leistungsorientierten Sportlern und Sportlerinnen, deren Trainern und Trainerinnen sowie den Eltern ist groß. Zu den Teilnehmern der ersten Veranstaltung zählten unter anderem die mehrfache Weltmeisterin Bettina Lange (Trainerin Triathlon, TSV Bargteheide) mit der Nachwuchsathletin Anna Hoppe, die frühere Juniorenweltmeisterin Sandra Trepte (Trainerin Rhönradturnen, TSV Trittau) und das junge Talent Inken Berndt sowie Timo Stieger-Fleischer (Landestrainer Karate, TSV Reinbek) und der aufstrebende Frederik Bielich.



Hinterere Reihe (v. l.): Bettina Lange, Kathrin und Andreas Hoppe, Timo Stieger-Fleischer, Frank Bielich, Sandra Trepte, Mareike Berndt, vordere Reihe: Anna Hoppe, Frederik Bielich, Inken Berndt

Mit von der Partie am zweiten Abend war die 16 Jahre alte Hannah Gätjen (SG Stormarn-Barsbüttel), zweifache Bronzemedaillegewinnerin bei den Junioren-Europameisterschaften im Freiwasserschwimmen sowie von der Leichtathletik als ehemalige Athletin Maila Sievers (Ahrensburger TSV) und als Trainer Gunnar Weitschat (LG Reinbek-Ohe). Felix Worbs (Trainer Taekwondo, Triple F) und sein Schützling Arina Alizadeh komplettierten die fachkompetente Runde, zu der auch Basketballcoach Sebastian Eickhoff (Ahrensburger TSV) per Videokonferenz zugeschaltet war. Die anwesenden Elternteile der jungen Athleten und Athletinnen bestätigten unisono, dass ohne ihre Unterstützung sowohl in zeitlicher als auch in finanzieller Hinsicht eine leistungsorientierte sportliche Laufbahn ihrer Kinder nicht möglich sei.



Hinterere Reihe (v. l.): Ulrich Gätjen, Torsten Sievers, Felix Worbs, Gunnar Weitschat, vordere Reihe: Maila Sievers, Arina Alizadeh, Hannah Gätjen

Der Aufbau eines Netzwerkes aus Sportärzten, Physiotherapeuten, Psychologen und Fachärzten, bei denen ein schneller Termin zu bekommen ist, hatte an beiden Abenden einen ebenso großen Stellenwert wie die Themen mentale Gesundheit, Ernährung und Tipps zum richtigen Abtrainieren bei Karrierende. Zur Steigerung des Bekanntheitsgrades der jungen Sportler und Sportlerinnen sprachen sich die Teilnehmer für eine bessere Vernetzung der lokalen Medien und der Vereine durch ein vom KSV etabliertes Portal, in welches die Trainer Kurzinformationen zu Wettkämpfen und Erfolgen ihrer Schützlinge einstellen können.

„Bei einem weiteren wichtigen Aspekt der beiden Austauschabende ging es um die Integration von leistungsorientierten Sportlern und Sportlerinnen mit Migrationsgeschichte“, sagt Moritz. Es sei in beiden Gesprächsrunden deutlich geworden, dass dem Leistungssport aufgrund sprachlicher, finanzieller und bürokratischer Barrieren viele Talente verloren gehen. Arina Alizadeh vom Ahrensburger Taekwondo-Verein Triple F stand am zweiten Abend stellvertretend für die wenigen jungen Flüchtlinge, die sportlich überregional Erfolg hatten. Vor zwei Jahren war die heute 16-Jährige mit ihrer Familie aus dem Iran geflüchtet, vor Kurzem bestritt sie ihren ersten internationalen Taekwondo-Wettkampf.



# Sportlerwahl

## Sportlerwahl 2023

Die Auszeichnung Sportlerin, Sportler und Mannschaft des Jahres bildet den alljährlichen Höhepunkt eines Sportjahres in Stormarn. Diese traditionelle Sportlerwahl wird initiiert vom Kreissportverband Stormarn, der Sparkasse Holstein mit ihren Stiftungen und den Stormarner Sportjournalisten.

Die Wahl kann in diesem Jahr wieder über ein **Internet-Voting** durchgeführt werden.

Alle Sportinteressierten können hier **noch bis zum 31. Januar 2024 (24:00 Uhr)** mit ihrer Stimme über die Sportlerinnen und Sportler sowie die Mannschaft des Jahres abstimmen.

Das Ergebnis des Votings fließt zu 50 Prozent in das Gesamtergebnis der Sportlerwahl mit ein. Ebenfalls zu 50 Prozent fließt das Voting des KSV-Vorstandes und der Jury-Mitglieder mit ein.

### Nominiert sind für die Sportlerinnen des Jahres:

#### Bettina Lange (TSV Bargtheide)



##### Sportliches Highlight 2023

Bei der Triathlon-Weltmeisterschaft in Hamburg gewann Bettina Lange über die Sprintdistanz (750 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, fünf Kilometer Laufen) in ihrer Altersklasse (W50-54) die Silbermedaille. Zudem holte sie in

der Staffel mit dem „Team Germany VIII“ beim sogenannten Mixed-Team-Relay die Goldmedaille.

#### Hannah Gätjen (SG Stormarn Barsbüttel)



##### Sportliches Highlight 2023

Bei den auf der griechischen Insel Korfu ausgetragenen Junioren-Europameisterschaften im Freiwasserschwimmen gewinnt die 17 Jahre alte Ausdauerschwimmerin

zweimal Bronze: über 7,5 Kilometer und mit der deutschen Staffel über 4x1,15-Kilometer

#### Karina Peisker (TSV Trittau)



##### Sportliches Highlight 2023

Gemeinsam mit dem Team Deutschland holte die 23-Jährige in der am Lake Michigan gelegenen Millionenmetropole Chicago bei der

Mannschaftsweltmeisterschaft im Rhönradturnen den Titel.

### Nominiert sind für die Sportler des Jahres:

#### Knut-Mathes Jakubczik (VfL Tremsbüttel)



##### Sportliche Highlights 2023

Nachdem der 16 Jahre alte Bogenschütze des VfL Tremsbüttel bei den Deutschen A-Jugend-Meisterschaften in der Halle in

München Dritter wurde, stand er später im Jahr bei den Deutschen Meisterschaften im Freien ganz oben auf dem Siegespodest.

#### Udo van Stevendaal (SV Großhansdorf)



##### Sportliche Highlights 2023

Im spanischen Pontevedra holte der 55 Jahre alte Triathlet seine Weltmeistertitel Nummer neun und zehn. Er gewann in der Altersklasse M55 den Super-Sprint (300 Meter Schwimmen, 6,4 Kilometer Radfahren und 1,6 Kilometer Laufen) und über die olympische Distanz (1,5 Kilometer Schwimmen, 39,5 Kilometer Radfahren, zehn Kilometer Laufen).

#### Wang Yansheng (SV Siek)



##### Sportliche Highlights 2023

Bei den im Oman ausgetragenen Senioren-Weltmeisterschaften im Tischtennis holte der 63-Jährige den Titel im Doppel und gewann die Silbermedaille im Einzelwettbewerb.

### Nominiert sind für die Mannschaft des Jahres:

#### Badmintonteam TSV Trittau



##### Sportliches Highlight 2023

Gewinn der Meisterschaft in der 2. Bundesliga Nord

#### Leistungsriege Turnen des SV Großhansdorf



##### Sportliches Highlight 2023

Aufstieg in die 3. Bundesliga Nord

#### Triathlondamen des TSV Bargtheide



##### Sportliches Highlight 2023

Deutscher Mannschaftsmeister über die Sprintdistanz (500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, fünf Kilometer Laufen)



[Hier geht es zum Online-Voting](#)



## Netzwerk-Café

Am 07. September luden wir herzlich zu unserem Netzwerkcafé ein. Wir begrüßten neun Teilnehmer\*innen, die sich auf den Weg in die Geschäftsstelle des KSV nach Bad Oldesloe gemacht haben. Mit großer Freude konnten wir zwei neue Partner\*innen von der Inklusionsagentur Norderstedt im Projekt begrüßen. Herzlich willkommen!

Nach einer kurzen Begrüßungs- und Vorstellungsrunde eröffneten wir den Dialog mit einem Rückblick auf das Host Town-Programm im Kreis Stormarn. Dieses wurde im Kreisgebiet von vielen als sehr positiv wahrgenommen und schaffte eine große Reichweite für das Thema Inklusion.



Mit kleinen Snacks ging es anschließend in die offene Netzwerkphase, in der sich die Teilnehmer\*innen über verschiedene Themen austauschen konnten.

Resultierend hielten wir u.a. fest, dass der Wunsch nach Fort- und Weiterbildungen im Bereich der Übungsleiterausbildungen sowie für das Thema Rehasport von großem Interesse ist.

Zum Abschluss gab es einen Ausblick auf die kommenden Veranstaltungen. Hierzu schon einmal der Hinweis auf unser **11. Sportforum**, welches am **02. März 2024** wieder in Bad Oldesloe durchgeführt wird.



## Wulfsdorfer Radelspaß 2023



Am Samstag, dem 02.09.2023, trafen sich erneut die Radsportler mit und ohne Assistenzbedarf zum gemeinsamen Radeln auf dem Heidkoppelhof bei Johannes Paultischek und Dieter Cordes im Wulfsdorfer Weg 199 in Ahrensburg.

Bei strahlendem Wetter und leichter Brise holten sich die Radsportler pünktlich um 13 Uhr ihre Startnummern ab. Eine Stunde später ging es dann auf den 2km langen Rundkurs. Acht Streckenposten standen an allen wichtigen Punkten der Route.

Die Motivation der Teilnehmer steckte an und die Radler wurden mit viel Applaus bis ins Ziel empfangen.



Es ging nicht um Schnelligkeit, sondern um das Miteinander. Mit dabei waren wieder verschiedenste Radkuriositäten wie Rollfietsen, Rollstuhltransporter, Trimobile

und Rikschas.

Der **Wulfsdorfer Radelspaß** ist ein Projekt von „Sport für Alle - Stormarner Vereine leben inklusiven Sport“ und wurde von Verena Lemm vom Kreissportverband Stormarn vorgestellt. Das Event wurde erneut durch großzügige Spenden von Frank Müller von der Perfekte Netze GmbH und Jörg Schumacher von den Stiftungen der Sparkasse Holstein möglich. Frank Müller ist Leiter der Radsportgruppe Cycling Team Holstein. Er war mit Kollegen wieder tatkräftig vor Ort und als begleitende Radpiloten auf der Strecke.

Andreas Gosch und Joerg Steffens vom *Cyclo Cross Hamburg e.V.* waren mit ihrer ganzen Radtrainingsgruppe am Start. Ihre Begeisterung für das Radeln war ansteckend und so trauten sich auch die weniger mutigen Sportler auf die Strecke.

Dietmar Gröger, Bertram Schaeffer und Heike Ahlfeld stimmten alle Teilnehmer und Zuschauer zu Beginn mit Gitarre, Bassgitarre und Gesang auf die Veranstaltung ein.

Der Sänger und Keyboarder Carsten Schnathorst sowie Yvonne Reher von der Linedance-Mitmach-Gruppe des Spiel Sport Clubs Hagen Ahrensburg e.V. sorgten ebenfalls mit sehr viel Rhythmus und Herz für eine außergewöhnliche Stimmung und ein gelungenes Rahmenprogramm.

Für den Duft von frischen und sehr leckeren Waffeln und Getränken sorgte das Robben-Café. Nebenbei gab es einen Stand mit Radartikeln zum Tauschen und wer wollte, konnte sich am Schminkstand z.B. in einen Tiger oder in ein Blumenkind verwandeln lassen.

Gegen 16 Uhr fand unter tosendem Beifall die Siegerehrung statt und alle Teilnehmer freuten sich über glänzende Medaillen, die von Anke Brammen und Nina Hirschbach von der ausrichtenden *Hermann Jülich Werkgemeinschaft* und den *Robben Wulfsdorf* verliehen wurden.

Anke Brammen



## Kinder, Eure Zeit ist jetzt!



Das Motto der Stormarner Kindertage haben wir am 21.09.2023 auf dem Sportplatz in Wilstedt mit viel Energie und Freude umgesetzt.

Beim dritten inklusiven Spiel- und Sportfest für Kinder und Familien des

# Sport für alle

WSV Tangstedt in Kooperation mit dem KSV Stormarn war das Bewegungsangebot so vielfältig wie noch nie.

Die große Hüpfburg der Sparkasse Holstein schmückte den Platz nicht nur in passenden Farben, sondern wurde von Beginn an rege genutzt. Tretfahrzeuge des Hoisbütteler SV, Hobby Horsing im rot-weißen Hindernisparcours, Fußball im Soccer-Eye, Schlagfertigkeit beim Tischtennismobil des Schleswig-Holsteinischen Tischtennisverbandes, Reaktions- und Geschwindigkeitsmessung an der Sport-Station 2 forderten Euch heraus. Wer trifft den Basketballkorb vom Rollstuhl aus, wie bewältige ich Hindernisse ohne meinen Sehsinn? Es gab Familienduelle bei der Transportstaffel und beim Känguruhüpfen. Wer schafft in 1 Minute die meisten beidbeinigen Sprünge über ein am Boden liegendes Seil? Da sind Kondition und Muskelkraft gefragt. Wer wirft den Schuh am weitesten und wer behält eine ruhige Hand beim Bälle balancieren?

Dank eines engagierten und souveränen Helferteams wurde dieses bunte Programm auf die Beine gestellt und erfolgreich umgesetzt.

Über 200 Personen nutzten das breitgefächerte Angebot, um gemeinsam oder allein die Grenzen des eigenen Körpers etwas herauszufordern. Bereits ab 15 Uhr füllte sich der Sportplatz mit kleinen und großen Sportbegeisterten. Um 17:30 Uhr erfolgte die Siegerehrung und anschließende Ehrenrunde. Bis dahin konnten alle Kinder fleißig Stempel sammeln und wurden mit einer Urkunde ausgezeichnet.

Danke an Euch Kinder und Familien, die Ihr den Sportplatz mit Leben und Freude am gemeinsamen Erlebnis gefüllt habt. Gemeinsamer Sport ist eine wichtige soziale Komponente für Kinder und Familien. Erfolgserlebnisse schaffen, zusammen etwas erreichen oder einfach eine schöne Zeit miteinander verbringen, fördern das Wohl des Kindes. Somit konnten wir zur Umsetzung der Kinderrechte Artikel 5 und 31, Recht auf elterliche Fürsorge und Recht auf Spiel und Freizeit, einen wertvollen Beitrag leisten. Vor allem wollen wir motivieren, dies auch weiterhin im Alltag immer wieder umzusetzen.

Die Vorfreude auf die Veranstaltung im nächsten Jahr ist bereits jetzt schon riesengroß!  
*Katja Liebler*



Deutscher Behindertensportverband e.V.  
National Paralympic Committee Germany

**#StarteDeinenWeg:  
Vereinsfinder für  
Menschen mit  
Behinderungen**

Die Online-Plattform **parasport.de** des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) hat einen neuen Baustein im Angebot: Ab sofort gibt es einen bundesweiten

Vereinsfinder speziell für Menschen mit Behinderungen, damit der Zugang zum Sport künftig noch besser gelingt.

Jetzt sind Sie gefragt - und zwar nicht nur die in den Strukturen des DBS: Alle Angebote für Menschen mit Behinderungen können auf der Plattform <https://parasport.de/> selbstständig eingetragen werden, wo einerseits über die verschiedenen Möglichkeiten informiert wird sowie andererseits ein direkter Kontakt zwischen Vereinen und Menschen mit Behinderungen in der Region entstehen kann. Dadurch bietet die Webseite einen neuen Mehrwert für einen möglichst einfachen Einstieg in den Para-Sport.



## Bewerbungsfrist für „Projekt Teilhabe VEREINFacht“

Mit dem Projekt „Teilhabe VEREINFacht“ möchte sich der Deutsche Behindertensportverband e.V. gemeinsam mit seinen 17 Landes- und zwei Fachverbänden für mehr Gleichberechtigung im Sport einsetzen und Sportvereine unterstützen, die bereit sind, neue Bewegungs- und Sportangebote für Menschen mit Behinderung, drohender Behinderung oder chronischer Erkrankung einzurichten.



Sportvereine, die die Teilhabemöglichkeiten im Breitensport für Menschen mit Behinderung in ihrer Region stärken wollen, insbesondere den Rehabilitationssport für Kinder und Jugendliche, können bis zum **10.12.2023** einen Förderantrag stellen. Das Projekt „Teilhabe VEREINFacht“ wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales (BMAS) finanziert und bietet neben finanzieller Unterstützung kostenlose Fortbildungsmöglichkeiten, Beratung bei der Planung und Umsetzung des Sportangebotes, sowie Hilfe beim Netzwerkaufbau und in der Öffentlichkeitsarbeit.



Sie möchten inklusive Sportangebote in Ihrem Verein anbieten, oder bestehende Angebote für Menschen mit Handicap öffnen?

Dann sprechen Sie mich gerne an.

Vanessa Lüth

0174-39 45 291

[inklusion@ksv-stormarn.de](mailto:inklusion@ksv-stormarn.de)

## Besuch des Energieberges Georgswerder

Mit dem KSV ein kleines Stück Hamburger Geschichte erleben war das Ziel. Am 14. September trafen wir uns am Informationszentrum der Stadtreinigung.

Ein besonderes Highlight waren die als Strandkörbe hergerichteten Müllcontainer vor dem Zentrum, die sofort in Besitz genommen wurden.



Bei einer Führung erklärte uns Biologin Frau Bergmüller die Geschichte des Berges. Mit viel Empathie und Freude erfuhren wir, dass noch vor ca. 100 Jahren hier Kühe grasten. Nach dem zweiten Weltkrieg wurde daraus ein Trümmerberg. Irgendwo musste der Schutt gelagert werden. Mit steigendem Wohlstand der Bevölkerung erhöhte sich das Müllaufkommen und aus dem Trümmerberg wurde eine Müllhalde. Leider blieb es nicht nur beim Müll, sondern es wurden auch Giftstoffe eingelagert. Die Müllhalde wurde zur Deponie. Erst als man die Giftstoffe im Sickerwasser am Fuße des Berges entdeckte, wurde die Deponie geschlossen und aufwendig saniert.

Ein informativer Film verdeutlichte die Geschichte des Müllberges und die Gefahr, die von Giftstoffen ausgeht. Auf alle Fragen (und es waren nicht wenige!) antwortete Frau Bergmüller geduldig. Man sah ihr die Freude und Lust förmlich an. Es ist der Hamburger Stadtreinigung zu verdanken, dass aus der Deponie ein Energieberg wurde und



heute die Möglichkeit besteht, diesen zu besichtigen. Warum Energieberg? Hier wird in Eigenregie aus Wind und Sonne grüne Energie für die Stromversorgung für mehrere tausend Haushalten gewonnen.

Als der Wissensdurst der Teilnehmer\*innen gestillt war, ging es hinauf auf den Gipfel. Auf dem Weg erklärte unsere Biologin

noch die Flora und Fauna des Berges. Oben angekommen hörte man ein erstauntes „Oh!“ Der goom lange Horizontweg aus Stahl mit 800 LED-Lichtleisten trägt seinen Namen zu Recht. Ein 360 Grad Rundumblick ermöglichte die Sicht über den Hafen, die City und die Insel Wilhelmsburg, grandios! Natürlich haben wir den Horizontweg erwandert und genossen das viele Grün sowie die große Helferschar, die Heidschnucken. Diese werden hier gehalten, um das Gras kurz zu halten und den Boden zu festigen.

Einhellige Meinung der Gruppe: Es war ein informativer und schöner Tag. Bei der Verabschiedung von Frau Bergmüller erfuhren wir, dass das Energieberg-Team aus drei Personen besteht und zur Stadtreinigung gehört. Wir werden dieses Erlebnis weitererzählen und empfehlen! Leider konnten wir

unseren Dank nur mündlich kundtun, da Angerhörige der Stadtreinigung keine Trinkgelder, auch nicht für die Kaffeekasse, annehmen dürfen. Danke Frau Bergmüller und dem Team!

*Alfred Schmücker*



## Winterwanderung durch das Groß Niendorfer Moor

Der frühe Wintereinbruch am 30. November konnte die aktiven Wanderfreunde des Kreissportverbandes nicht davon abhalten, eine Wanderung durch das Groß Niendorfer Moor zu machen. Mit Handschuhen, Mütze und vor allem rutschfesten Schuhen ging es am „Trimm Dich Pfad“ los.



Auf dieser ca. 5km langen Strecke durch die herrliche Winterlandschaft entlang des Moorwegs haben wir allerlei Wissenswertes erfahren. Unter anderem wurden wir über Hinweisschilder informiert, dass man abseits der Wege durchaus neben den Ringelnattern auch auf die giftige Kreuzotter treffen kann. Daher wird geraten, auf den Wegen zu bleiben. Aber auch,

dass sich seit ein einigen Jahren Kraniche angesiedelt haben. Da die milden Winter dazu beigetragen haben, dass der Kranich im Groß Niendorfer Moor überwintert, kann man das laute „Trompeten“ der großen Vögel fast das ganze Jahr hören.



Das Moor an sich ist über Jahrtausende aus nachwachsenden Moosen entstanden, die über Luftabschluss in Torf umgewandelt wurden.



Man rechnet bei intakten Mooren mit einem jährlichen Wachstum der Torfschicht um 1mm.

Am Ende der Wanderung wurden die Teilnehmer mit Kaffee und Kuchen „belohnt“.

## geplante Aktivitäten in 2024



Donnerstag, 22. Februar - 13:00 Uhr

**Wanderung** Tangstedter Forst



Montag, 13. Mai - 14:30 Uhr

**Barkassenfahrt** mit Maike Brunk –  
Elbchausee und westliche Elbvororte bis  
Blankenese



Mittwoch, 5. Juli - 13:30 Uhr

**Abenteuer-Golf**



**Ende August Tagesfahrt**

Heidefahrt



**Ende September**

**Museum der vergessenen Arbeit + Antik-  
Café**



Samstag, 30. November - 13:00 Uhr

**Wanderung** mit Einkehr Robbencafé

**Sie interessieren sich für unsere Aktivitäten,  
möchten gerne dabei sein?**

Dann nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf unter [info@ksv-stormarn.de](mailto:info@ksv-stormarn.de) oder melden Sie sich beim Newsletter über unsere [Homepage](#) an (auf der Startseite ganz nach unten scrollen).

Wir freuen uns auf Sie!



## Sportjugend Schleswig-Holstein zeichnet die erfolgreichsten Nachwuchssportler\*innen des Landes aus in 2023

Die Sportjugend Schleswig-Holstein im Landessportverband hat am Dienstag, den 29. November 95 jugendliche Sportler\*innen für ihre herausragenden Leistungen auf nationaler und internationaler Ebene ausgezeichnet.

Bei der Ehrungsveranstaltung im Kieler „Haus des Sports“, die in diesem Jahr ganz im Zeichen der Olympischen und Paralympischen Spiele 2024 in Paris stand, wurden die Nachwuchssportler\*innen durch die Staatssekretärin des Innenministeriums des Landes Schleswig-Holstein Magdalena Finke, den Präsidenten des Landessportverbandes Hans-Jakob Tiessen, die Abteilungsleiterin für Kommunikation und gesellschaftliches Engagement des Sparkassen- und Giroverbandes für Schleswig-Holstein Gyde Opitz sowie den Vorsitzenden der Sportjugend Schleswig-Holstein Matthias Hansen ausgezeichnet.

Unter diesen waren auch Stormarner Sportler\*innen vertreten:

- **Niklas Kröger**, Kegeln VSK Stormarn (Deutscher Jugendmeister Kegeln Bohle, Einzel, U18)
- **Rose Oatley**, Pferdesport, Pferdesport Granderheide (Jugendeuropameisterin Dressurreiten, Jugendeuropameisterin mit der Mannschaft, 4. Platz Jugendeuropameisterschaft Dressurreiten Kür)
- **Knut Jacobczik**, Schützen VfL Tremsbüttel (Deutscher Jugendmeister Bogenschießen WA im Freien, Olympischer Recurvebogen)
- **Hannah Gätjen**, Schwimmen SG Stormarn Barsbüttel (3. Platz Jugendeuropameisterschaft 7500m Open Water, 3. Platz Jugendeuropameisterschaft mit der Mannschaft 4 x 1.250m Staffel Open Water, Deutsche Meisterin 7.500m, 5.000m)



*(vlnr): Matthias Hansen (Vorsitzender Sportjugend SH), Knut Jacobczik, Gyde Opitz (Abteilungsleiterin Kommunikation und Gesellschaft, Sparkassen- und Giroverband SH), Hannah Gätjen, Leonie Mai, Niklas Kröger, Thorben Weise, Magdalena Finke (Staatssekretärin, Ministerium für Inneres, Kommunales, Wohnen und Sport), Hans-Jakob Tiessen (Präsident Landessportverband SH).*

*Foto: Frank Peter*

# Deutsches Sportabzeichen



## Deutsches Sportabzeichen 2023

Die letzten Wochen des Jahres sind angebrochen und schon heute können wir ein positives Fazit für das auslaufende Sportabzeichen-Jahr ziehen.

Schon jetzt haben wir die Abnahmezahlen des Vorjahres übertroffen: **2.494 Sportabzeichen** wurden abgelegt, davon **1.825 von Kindern und Jugendlichen** sowie **669 von Erwachsenen**. Das ist bereits ein Plus von 340 DSA!

Auf jeden Fall werden bis Ende Dezember noch etliche Sportabzeichen dazu kommen. Viele Sportler\*innen nutzen die noch verbleibende Zeit, um die ein oder andere Disziplin zu absolvieren oder den Schwimmnachweis zu erneuern.

Wir bedanken uns bei allen Verantwortlichen und natürlich auch ihren zahlreichen Helfern für die geleistete Arbeit. Nur durch ihr Engagement konnte ein solches Ergebnis erzielt werden.



### Mini-Sportabzeichen für 3-6-Jährige.

Nach dem erfolgreichen Jahr 2022 gab es in diesem Jahr eine etwas geringere Beteiligung seitens der Vereine und KiTa's.

**164 Kinder** haben sich an der Suche nach der Piratenschatzkiste beteiligt. Für alle war es wieder ein unvergessliches Erlebnis und viele Erzieherinnen in den Einrichtungen wünschen sich eine Neuauflage im kommenden Jahr.



Folgende Vereine haben in diesem Jahr das Mini-Sportabzeichen angeboten:

- TuS Hoisdorf mit dem KiTa-Förderverein Hoisdorf
- SV Preußen Reinfeld (in Kooperation mit 2 KiTa's)
- TSV Mollhagen mit der DRK KiTa Steinburg/Stubben
- VfL Oldesloe mit der KiTa Stoppelhopser

Wir hoffen, dass im kommenden Jahr sich wieder mehr Vereine für das Mini-Sportabzeichen engagieren zum Wohle der Kinder.



Wie jedes Jahr gibt es wieder die Wettbewerbe für Vereine, Teams und Schulklassen auf Landesebene mit Unterstützung des Sparkasse- und Giroverbandes. Die Abgabe der Formulare muss bis zum 10.01.2024 in der Geschäftsstelle des KSV Stormarn e.V. erfolgen. Es winken wieder Preisgelder in Höhe von je 500€ für die Gewinner im Team- und Schulklassenwettbewerb.

Allen Sportabzeichen-Obleuten und Helfern, allen Sportlerinnen und Sportlern wünschen wir ein Frohes Fest

## „Sportabzeichen-Digital“ ab 01.03.2024

### Einführung der neuen Sportabzeichenplattform „Sportabzeichen Digital“

Wie Ihnen/Euch bereits mitgeteilt, erarbeitet der Landes-sportverband SH (LSV) zusammen mit dem DOSB eine neue Serviceplattform (**Sportabzeichen Digital**), auf der zukünftig das DSA bearbeitet wird. Ziel ist es, den Prozess der Abzeichen-Vergabe zu vereinfachen und zu modernisieren sowie die Datenverwaltung im Hintergrund zu verbessern. Diese neue, digitale Serviceplattform soll allen Nutzenden-gruppen rund um das Deutsche Sportabzeichen eine Arbeitserleichterung dank hohem Servicecharakter bieten.

Die Plattform **Sportabzeichen Digital** wird nach Beschlusslage am **01.03.2024** an den Start gehen. Sobald wir Informationen über Schulungstermine und das entsprechende Schulungsmaterial erhalten, reichen wir diese schnellstmöglich weiter.

Auf häufig gestellte Fragen findet man hier: <https://www.sportabzeichen-digital.de/> bereits Antworten.

#### Hier ein paar Antworten auf erste Fragen:

**Kann das Naumann-Programm weiterhin genutzt werden?**  
Angekündigt vom DOSB ist, dass das Naumann-Programm weiterhin nutzbar sein wird. Wie lange ist dem LSV noch nicht bekannt.

#### Wer kann „Sportabzeichen-Digital“ nutzen?

Jeder, der sich für das Sportabzeichen interessiert, ganz gleich ob ein Sportler das Sportabzeichen ablegen möchte oder ob ein Prüfer es abnehmen möchte. Jeder kann sich auf der Plattform über das Sportabzeichen informieren und bei Interesse einen kostenfreien Account anlegen. **Die Nutzung ist kostenfrei!**

#### Wie profitiert man vom „Sportabzeichen-Digital“?

Nach der Anmeldung habe ich meine eigene und individuelle, auf meine Anforderungen und sportlichen Herausforderungen zugeschnittene Sportabzeichen-Plattform:

**Als Prüfer** kann man die Sportabzeichen-Daten einfach verwalten und überblicken. Man hat einen Einblick in bereits abgelegte Sportabzeichen und die Übersicht in die Leistungsdaten und Schwimmnachweise. Zudem können die Prüfungsergebnisse der Sportler direkt mit einem Klick an den KSV Stormarn (KSV) versendet werden.

**Als Sportler** kann man sich einen Account anlegen und seine individuellen Anforderungen einsehen. Die Prüfungsergebnisse können direkt digital an den KSB weitergesendet werden. Jeder Nutzer hat jederzeit Zugriff auf seine bereits abgelegten Sportabzeichen der letzten Jahre und kann Sportabzeichen-Treffs und deren Ansprechpersonen in seiner Nähe finden.

#### Müssen jetzt Tablets/Smartphones angeschafft werden?

Eine verpflichtende Anschaffung mobiler Endgeräte ist nicht notwendig, vereinfacht jedoch die Sportabzeichen-Abnahme und Beantragung. Der Werte können jedoch auch wie bisher

# Aus den Fachverbänden

---

auf dem Platz in die Papier-Prüfkarten eingetragen (mit Zettel und Stift) und im Nachgang vom Prüfer oder vom KSV in „Sportabzeichen-Digital“ erfasst werden.

## Brauche ich eine App?

Nein, eine App ist nicht notwendig. Es handelt sich um eine Web-Anwendung mit einer zusätzlichen Ansicht für Smartphones. Es müssen keinerlei Anwendungen oder Programme heruntergeladen werden. **Voraussetzung ist allerdings eine ständige Verbindung zum Internet !**

## Können wir das Naumann-Programm noch nutzen?

Tatsächlich ist es so, dass es da unterschiedliche Aussagen gibt: Der DOSB hat den LSV's auf der Frühjahrstagung im März in Hannover mitgeteilt, dass es das Naumann Programm nicht mehr geben wird und durch diese neue digitale Plattform ersetzt wird, während Herr Naumann telefonisch bestätigt hat, dass es das Naumann Programm weiterhin geben wird..... Es bleibt also abzuwarten!



## Sportlicher Aufstieg von Knut-Mathes Jacubczik

Die sportliche Entwicklung von Recurvebogenschütze Knut Jacubczik (VfL Tremsbüttel) geht immer weiter nach oben.



Schon 2019 erkannte NDSB-Bogenlandesjugendtrainer Markus Wolf das Potenzial von Knut-Mathes Jacubczik, und holte ihn in den NDSB Landesjugendkader. Durch viel Training und Disziplin

war er dann bereits in der Schülerklasse sehr erfolgreich. Gerade in der Corona-Pandemie begann sein sportlicher Aufstieg, denn da gewann der Tremsbütteler 2021 das Finale des Meisterschützen *Du und Dein Verein* in der Klasse Schüler A in Wiesbaden. Damit hatte er sich auch für die Deutsche Meisterschaft qualifiziert, die er dann auch gewann und damit seinen ersten Deutschen Meistertitel einfuhr.

Bei den Deutschen Meisterschaften im Freien in Wiesbaden 2022 schoss er sich in seinem ersten Jahr in der Jugendklasse souverän bis ins Finale. Dort traf er auf den Titelverteidiger Phil Lüttmerding, dem sich Knut-Mathes Jacubczik da noch neidlos geschlagen geben musste. Aber er hatte sich super geschlagen, denn es war für ihn das erste Medaillenmatch auf dem



Wiesbadener Premium-Platz auf der Bowling Green.

Auch das Sportjahr 2023 fing für den Kaderschützen gut an, denn bei der Hallen-DM in München auf der

Olympiaschießanlage wurde er Dritter.

Durch seinen Ehrgeiz und sehr viel Training hat Knut-Mathes Jacubczik es in den DSB Nachwuchskader 2 geschafft. Der DSB-Nachwuchskader 2, wo das Höchstalter 18 Jahre ist, ist der Übergang vom Landes- zum Bundeskader. In den Kader wird man berufen, wenn man beim Sichtungsschießen überzeugt hat und im Landeskader ist. Des Weiteren muss man überdurchschnittliche Leistungsfähigkeit und eine sehr gute Fitness haben.

Diese hat Knut-Mathes Jacubczik in den letzten Jahren sehr oft bewiesen. Ab jetzt hieß es für den Tremsbütteler noch mehr Training als bisher, denn jetzt ging es für ihn auch zu internationalen Turnieren. Bevor man aber in den elitären Kreis kommt, muss man sich beim DSB-Ranglistenschießen durchsetzen. Knut Jacubczik liegt nach seinem Deutschen Meistertitel im Freien in diesem Jahr auf Platz zwei der Rangliste.

Bei den Trainingsmaßnahmen, unter anderem im Olympischen und Paralympischen Trainingszentrum Kienbaum stehen die unterschiedlichsten Schießtrainings, Ausdauertraining in Form von Laufen, Schwimmen, Radfahren, Krafttraining, Muskelaufbautraining und Gleichgewichts- und Entspannungsübungen, sowie Teambildungen (Spiele usw.) auf dem Programm. An jedem Trainingstag schießen die Kaderschützen bis zu 250-350 Pfeile. Wer die Athletentests nicht besteht, fliegt aus dem Kader.

Seinen ersten internationalen Wettkampf hatte Knut-Mathes Jacubczik beim „European Youth Cup“ (Europäischer Jugendpokal) in Catez (Slowenien). Dort wurde er mit seinen Mannschaftskameraden Phil Lüttmerding und Leon Zemella (U 18) bei seinem internationalen Debüt gleich Dritter. Bei der zweiten Etappe der European Youth Cup in Sion (Schweiz) kämpfte das Trio im kleinen Finale um Bronze, verloren dieses aber knapp gegen Großbritannien.

Danach standen harte Qualifikationswettkämpfe in den eigenen Reihen an, denn dort wurde ermittelt, wer an der Junioren-Weltmeisterschaft in Limerick (Irland) teilnimmt. Und Knut Jacubczik bewies ein weiteres Mal, dass in ihm ganz großes Potenzial steckt, denn er wurde vom Bundestrainer Marc Dellenbach nominiert.

Das war natürlich schon eine Stufe höher, wenn man gegen die Weltbesten seines Alters schießt. „Wie im Erwachsenenbereich sind auch im Juniorenbereich die Asiaten das Maß aller Dinge“, so Knut-Mathes Jacubczik. Natürlich ist eine Medaille immer wünschenswert, aber für den Bundestrainer ist es wichtig, dass die jugendlichen Bogenschützen ihr Leistungsvermögen abrufen, Erfahrungen sammeln und noch motivierter zurückkehren, um die weiteren nationalen und internationalen Wettbewerbe erfolgreich zu schießen. Das Junioren-Trio errang an Ende den 17. Platz.

Zum Bogenschießen kam Knut-Mathes Jacubczik in den Ferien, dort wurde als Freizeitprogramm Bogenschießen angeboten - und durch seinen Vater Marcus. Neben dem Landestrainerteam wird Knut-Mathes Jacubczik auch von seinem Vater Marcus trainiert.

Er hat zwar nie einen Trainerschein absolviert, war aber selber Bogenschütze und hat vieles selbst getestet was gut ist und was nicht. Marcus Jacobczik begleitet seinen Sohn auch zu allen Wettkämpfen. Er investiert nicht nur ganz viel Zeit sondern auch viel Geld. Denn wer im Kader ist, muss schon mindestens einen professionellen Bogen und Zubehör, wie verschiedene Pfeile haben.

Knut Jacobczik ist nicht nur seiner Familie und dem Landestrainerstab sehr dankbar, sondern auch den Bogensport Uetersener, die ihn sehr unterstützen. Die nächsten sportlichen Herausforderungen wird die Bogenbundesliga sein. Dort trifft Knut Jacobczik mit seinen Mannschaftskameraden der SchGem Norderstedt in der 2. Bundesliga Nord an. Bis dahin steht nach der Schule jeden Tag Training an. Dort schießt er pro Tag bis zu 200 Pfeile und natürlich steht auch jeden Tag Fitnessstraining auf dem Programm.

Im November wird er mit ausgewählten DSB-Kaderschützen an einem Trainingslager in Korea teilnehmen.

Für die Zukunft wünschen wir Knut Jacobczik weiterhin viel Erfolg und Spaß.

Bild und Text Margrit Kunde



## Deutsche Meisterschaft Leichtathletik Senioren

5 Medaillen für die vier Stormarner Damen!

Große Überraschungen am 12. Und 13. August 2023 in Mönchengladbach bei den DM "Masters"! - Die Stormarner Damen durften alle eine Medaille mit nach Hause nehmen.

**Beate Kuhlwein** (W50; SV Großhansdorf) sicherte sich am ersten Tag der DM bei strömendem Regen Silber über 400m und ließ am 2. Tag nach einem unglaublichen Endspurt über 800m unter strahlender Sonne Gold folgen!

Ihre Vereinskameradin **Christine Courmoulis** (W55) freute sich bei ihrem ersten DM-Start über einen gelungenen Speerwurfversuch und die Silbermedaille.

**Dietlinde Knosp** (W60; LG Reinbek/Ohe) warf ihren Spee über die 30-Metermarke und belohnte sich ebenfalls mit Silber.

**Ulrike Gille** (W60; Ahrensburger TSV) schleuderte den Diskus auf Jahresbestweite und strahlte am Ende über eine Bronzemedaille.



BU: v.l.: Beate Kuhlwein, Christine Courmoulis, Dietlinde Knosp, Ulrike Gille  
Quelle: KLV-Stormarn

## Kreisturnverband Stormarn e.V.

### Nachruf

Am 6. Oktober ist unsere langjährige Fachwartin Lore Schulz im Alter von 94 Jahren verstorben.



Schon 1949 übernahm Lore Schulz beim TSV Bargteheide die erste Turngruppe und blieb ihr jahrzehntelang treu. Im Jahr 1961 gründete sie die Turnsparte im TSV Bargteheide, die sie auch leitete. Ihre Turnerinnen erreichten viele Erfolge im Kreis, Land und auf Bundesebene.

Bis ins Jahr 2013 war Lore als Fachwartin weiblich im Gerätturnen des Kreisturnverbands Stormarn tätig. Sie plante und organisierte den Wettkampfbereich, das Kadertraining und viele Trainingsfreizeiten.

Für ihren ehrenamtlichen Einsatz wurden ihr zahlreiche Ehrungen vom Verein, dem Kreis und Landesturnverband zuteil. 1988 wurde ihr der Ehrenteller der Stadt Bargteheide, 2003 der Ehrenbrief des Kreissportverbands Stormarn und 2006 das Bundesverdienstkreuz am Bande verliehen. Am 6. September 1999 - an ihrem 70. Geburtstag - wurde sie zum Ehrenmitglied des TSV Bargteheide ernannt.

Wir trauern um einen großartigen Menschen und werden sie nicht vergessen.

Unser besonderes Mitgefühl gilt der gesamten Familie.

In tiefer Verbundenheit  
der Vorstand KTV-Stormarn



## Clubmeisterschaft 2023 im TennisClub Siek e.V

Die diesjährige Clubmeisterschaft im Einzel und Mixed war ein weiterer sportlicher Höhepunkt nach dem großen Jubiläumsturnier der 25. Sieker Open Sparkasse Holstein Cup im TennisClub Siek.

An fünf Spieltagen vom 21. bis zum 27. August und passenden Wetterbedingungen wurden die neuen Clubmeister\*Innen im sportlichen Wettkampf mit spannenden Spielen und vielen Zuschauern ermittelt. Das Dameneinzel wurde von Esther Barkmeyer gegen die mutig spielende Paula Rosenberg gewonnen.

Den Titel im Herreneinzel entschied auch in diesem Jahr Andreas Wilke für sich. Im Finale traf er auf Philippe Bonk. Esther Barkmeyer und Philippe Bonk waren die Sieger im Mixed, sie spielten gegen Uschi Zerrath und Ulvert Hemkhaus.

# Aus den Vereinen



Vom 8.-10. September wurde das Doppelturnier der Erwachsenen durchgeführt.

Das traditionelle Clubfest war der fröhliche Abschluss der

Turnierwoche. Die gute „generationsübergreifende“ Tanzmusik sorgte für den sportlichen Ausklang auf der Tanzfläche.

Pressenotiz HSCh



## „Sterne des Sports“

### Platz vier für die DLRG Ortsgruppe Bargtheide im schleswig-holsteinischem Landesfinale

Dr. Sabine Sütterlin-Waack, Ministerin für Inneres, Kommunales des Landes Schleswig-Holstein, LSV-Präsident Hans-Jakob Tiessen und Vertreter der schleswig-holsteinischen Volksbanken Raiffeisenbanken zeichneten die **DLRG Ortsgruppe Bargtheide** am 9. November im Kieler „Haus des Sports“ für ihre Verdienste um die Sportförderung für Kinder aus.

Ganze 56 schleswig-holsteinische Vereine aus allen Teilen des Landes hatten in diesem Jahr bei Deutschlands größtem und wichtigstem Vereinswettbewerb im Breitensport mitgemacht, neun davon schafften es bis ins Landesfinale.

Die **DLRG Ortsgruppe Bargtheide e.V.** landete mit ihrem Projekt *Lebensretter von morgen: Lifesavingcamp und Jugend-Wasserrettungsgruppe* auf dem **vierten Platz** und konnte sich über ein Preisgeld von 500 Euro freuen.

Über das Schwimmtraining hinaus lernen die jugendlichen Mitglieder des Vereins dabei in Freigewässern Erste Hilfe und Wasserrettung - neben der inhaltlichen Ausbildung stehen die Stärkung der Gemeinschaft und der gemeinsame Spaß im Vordergrund.



Foto: LSV/Stefan Artl

Der HC Treia/Jübek e.V. konnte die Jury mit seinem Projekt *Die Grundsulliga - Bewegung und Prävention mit Handballspaß* überzeugen und gewann als schleswig-holsteinischer Landessieger den „Großen Stern des Sports“ in Silber sowie ein Preisgeld in Höhe von 2.500 Euro. Beim HC Treia/Jübek e. V. können alle Kinder des Amtes Arensharde kostenlos an der sogenannten Grundsulliga teilnehmen - dabei werden an vier Wochenenden bis zu 100 Kinder spielerisch trainiert und so an den Vereinssport herangeführt. Darüber hinaus organisiert der Verein wöchentliche Handball-AGs an Grundschulen und bietet im „Minibereich“ wöchentliche Trainings für Kinder bis sieben Jahre an. Im Vordergrund stehen Prävention, Bewegung, Spiel und Spaß.



### Landessportverband Schleswig-Holstein und AOK NordWest unterstützen Vereine bei der Umsetzung von Bewegungsprogrammen für Ältere

SPOKUSA Bad Oldesloe bringt erfolgreich Senior\*innen in Bewegung

Der Landessportverband Schleswig-Holstein (LSV) fördert seit vielen Jahren die Initiierung von Bewegungsprogrammen für Ältere in Sportvereinen. Um die Vereine bei der Gestaltung

adäquater Angebote zu unterstützen, hat der LSV fünf zielgruppenspezifische Bewegungsprogramme für Ältere entwickelt, die von Sportvereinen in der Praxis angewendet werden können. Von den „fitten Mitfünfzigern“ bis zu den pflegebedürftigen Hochaltrigen kann für jede Zielgruppe ein passendes Angebot vorgehalten werden. Dieses landesweite Engagement im

Senioren- und Gesundheitssport wird auch vom Präventionspartner des Sportliche Teilnehmerinnen des "Aktiv 70 Plus"-Kurses des SPOKUSA Bad Oldesloe freuen sich über das Bewegungsangebot des Vereins. (Foto: Stefan Artl)

LSV, der AOK NordWest, nachdrücklich gefördert.

Der SPOKUSA Bad Oldesloe engagiert sich bereits seit 2022 bei der Umsetzung der beiden LSV-Seniorsportprojekte „KogniFit“, einem Einsteigerkurs mit kognitivem Bewegungstraining für Ältere ab 50 Jahren, und „Aktiv 70 Plus“, einem funktionellen Krafttraining für Menschen in einem Alter um die 70 Jahre.

Zu dieser wichtigen Arbeit sagt LSV-Vizepräsident Dr. Thomas Liebsch-Dörschner: „Ich freue mich, dass der SPOKUSA Bad Oldesloe sich am landesweiten Netzwerk zur Förderung des Senioren- und Gesundheitssports so aktiv beteiligt und vorbildlich engagiert.“



# Aus den Vereinen

Der Sportverein erschließt sich auf diese Weise eine Zielgruppe, die von sich aus nicht mehr unbedingt den Kontakt zum Sportverein suchen würde. Von dieser Schwerpunktsetzung profitieren alle Beteiligten. Vor allem aber die Seniorinnen und Senioren, bei denen körperliche Aktivität fester Bestandteil ihres Alltags wird. So leisten alle Beteiligten einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung der Gesundheit, der Selbständigkeit und der Mobilität der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Dies alles wird ermöglicht besonders durch die Anschubfinanzierung der AOK NordWest, für deren Engagement ich mich herzlich bedanke."

Torsten Flocken, stellvertretender Leiter der Serviceregion Süd der AOK NordWest, erläutert: „Wir möchten den Menschen mit unserem Angebot wohnortnah die Möglichkeit geben, sportlich aktiv zu sein. Selbst im fortgeschrittenen Alter fördert Bewegung nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch geistige Fähigkeiten. Wir wissen, dass sich durch Bewegung auch noch im hohen Alter neue Nervenverbindungen bilden können und damit nicht nur die körperliche, sondern auch die geistige Leistungsfähigkeit und damit auch die Lebensqualität steigt. Gruppenangebote, wie wir sie heute erlebt haben, aktivieren zudem das soziale Miteinander der Seniorinnen und Senioren und bilden einen weiteren wichtigen Schutzfaktor für die psychische Gesundheit."

Regelmäßige Bewegung ist für Menschen jeden Alters von extrem großer Bedeutung. Bewegungsmangel ist häufig die Ursache chronischer Erkrankungen, deren Auftreten mit zunehmendem Lebensalter wahrscheinlicher wird und meist eine dauerhafte und kostenintensive Behandlung notwendig werden lässt. Viele chronische Erkrankungen lassen sich aber durch gesundheitsfördernde Maßnahmen in Form von körperlicher Aktivität in ihrem weiteren Verlauf positiv beeinflussen, und die Selbstständigkeit betroffener Menschen durch körperliches Training lässt sich länger aufrechterhalten. Auf diese Weise können die Lebensbedingungen von Seniorinnen und Senioren nachhaltig verbessert werden.



Schon heute beträgt der Anteil der über 50-Jährigen in Schleswig-Holstein 45 Prozent. In den kommenden Jahren

wird eine Zunahme dieser Altersgruppe erwartet. So wird sich beispielsweise der Anteil der 60- bis 65-Jährigen im Zeitraum von heute bis 2030 um 32 Prozent erhöhen. Das Durchschnittsalter in Schleswig-Holstein wird im Jahr 2060 bei 50 Jahren liegen. Bereits heute sind in den schleswig-holsteinischen Sportvereinen über 35 Prozent aller Mitglieder älter als 50 Jahre.

Teilnehmende des "Aktiv 70 Plus"-Kurses beim SPOKUSA Bad Oldesloe mit Vertreterinnen und Vertretern des Vereins, des Kreissport- und des Landes-sportverbandes sowie der AOK NordWest (Foto: Stefan Arlt)

Die Sportvereine und -verbände stellen sich zunehmend auf die gesellschaftlichen Veränderungen und die Bedürfnisse der Älteren ein. Bewegung ist dabei ein wesentlicher Schlüsselfaktor und ein wichtiger Baustein für ein gesundes und aktives Leben bis ins höchste Alter.



## Schule & Verein - Richtlinien ab 2023/24



Änderungen der Richtlinien im Rahmen des Projekts „Schule + Verein“ gibt es ab dem Schuljahr 2023/2024

### Höhe der Förderung:

Der **Übungsleiterzuschuss** wird um **2,50 Euro pro Unterrichtseinheit** erhöht.

- Im genehmigten Ganztage erhöht sich die Förderung von 5,- Euro auf 7,50 Euro pro Maßnahme.
- Außerhalb des Ganztags erhöht sich die Förderung von 10,- Euro auf 12,50 Euro pro Maßnahme.

**Gegenstand der Förderung:** Die Förderkriterien werden erweitert, um auch im Einzelfall AGs einzubeziehen, die im Rahmen von einzelnen oder mehreren Projekttagen stattfinden. Diese AGs werden ebenfalls förderfähig sein.

Diese geplanten Änderungen haben das Ziel, die Förderung von außerschulischen Aktivitäten in Schulen zu verbessern. Durch die Einbeziehung von AGs, die im Rahmen von Projekttagen stattfinden, wird die Vielfalt der geförderten Aktivitäten erweitert. Zudem sollen die erhöhten Förderungsbeträge dazu beitragen, die Arbeit der Übungsleiter\*innen und die Qualität der außerschulischen Aktivitäten weiter zu unterstützen.

**Es gibt keine Meldefrist !**

**Anträge auf Förderung können jederzeit gestellt werden.**

Nähere Informationen entnehmen Sie bitte den **Richtlinien** im Downloadbereich und finden Sie [hier](#).



# Was Sie wissen sollten

## WEIHNACHTSSCHLIESSUNG



Die Geschäftsstelle schließt  
von Donnerstag, den 22. Dezember 2023  
bis einschließlich Montag, den 02. Januar 2024.

In dringenden Fällen erreichen Sie uns unter der  
Telefonnummer 0163 4775916.

Die KSV-Vorstandsmitglieder und das  
Geschäftsstellenteam wünschen allen Lesern  
eine wundervolle Advents- und Weihnachtszeit  
und einen tollen Start ins Jahr 2024!



## Liebe Sportwelt,

auch in diesem Jahr schreibt die  
Deutsche Olympische Gesellschaft  
e.V. den Fair Play-Preis „**Jung,  
sportlich, FAIR**“ aus.

Mit „**Jung, sportlich, FAIR**“ sollen  
auch 2023 wieder faire Gesten im  
Sport sowie Projekte von Kindern und Jugendlichen zur  
Thematik Fair Play ausgezeichnet werden.



Teilnehmen können alle Sportlerinnen und Sportler im Alter  
von 12 bis 19 Jahren. Die Gewinner erhalten über Ihren  
Verein/Schule eine Fördersumme von bis zu 500 €.   
Bewerbungsschluss ist der 31. Dezember 2023.

Mit der Fair Play-Initiative sollen Kinder und Jugendliche  
frühzeitig darauf hingewiesen und angeleitet werden, den  
negativen Entwicklungen im Sport entgegenzuwirken. Die  
DOG möchte hiermit gerade bei unserem Sportlernachwuchs,  
sei es im Leistungs- oder Breitensport, ein nachhaltiges  
Bewusstsein für faires Verhalten schaffen.

Damit möglichst viele jugendliche Sportlerinnen und Sportler  
an der Ausschreibung teilnehmen können, würden wir uns  
freuen, wenn Sie die Ausschreibung an die relevanten  
Zielgruppen Ihrer Organisation weiterleiten.  
Gerne dürfen Sie die Ausschreibung auch auf Ihrer Homepage  
oder in den sozialen Medien veröffentlichen.

Weitere Informationen zur Ausschreibung und das  
Bewerbungsformular finden Sie [hier](#)



## Vereinshilfe rund um die Uhr - mit den Vereinsstrategen

Die Vereinsstrategen Pascal und Martin informieren aktuell  
die Sportkreise in Deutschland über ihren Podcast. „Unser  
Herz schlägt für die ehrenamtliche Arbeit in den Vereinen und  
wir möchten unseren Beitrag zur Weiterbildung der  
Ehrenamtlichen leisten und unsere Zuhörer\*innen zu  
erfolgreichen Vereinsstrategen machen.“

Unsere Kernthemen sind die erfolgreiche Gestaltung von  
Veränderungsprozessen und die nachhaltige Förderung von  
Engagement im Verein. Zusätzlich bieten wir praktisches  
Basiswissen aus den Bereichen Vorstandsarbeit, Finanzen,  
Marketing und Digitalisierung an. Natürlich immer mit vielen  
Beispielen und interessanten Gesprächspartner\*innen. Bei  
der Auswahl der Themen orientieren wir uns an den  
Wünschen der Zuhörer\*innen und klären damit ganz  
praktische Fragen, beispielsweise: „Wie begeistere ich  
langfristig mehr Menschen für ein Engagement bei mir im  
Verein?“

Inzwischen haben wir fast 100 Episoden veröffentlicht und  
erreichen im Schnitt über 2.000 Vereinsvertreter\*innen pro  
Monat - doch wir möchten natürlich so viele Engagierte wie  
möglich auf den Podcast aufmerksam machen und so dem  
Breitensport in Deutschland helfen.

Wir würden uns deswegen freuen, wenn Sie uns dabei  
unterstützen könnten. Hören Sie gerne selbst in den  
Vereinsstrategen Podcast rein. Wenn es Ihnen gefällt und  
zusagt, freuen wir uns über eine Empfehlung und  
Weiterleitung an die Vereine in Ihrem Kreis.

Und keine Sorge - wir investieren unsere Freizeit und möchten  
dem Zuhörer nichts verkaufen. Der Vereinsstrategen Podcast  
ist kostenlos, werbefrei und rund um die Uhr bequem u.a. bei  
Spotify oder Apple Podcast abrufbar. Die Links zu den Folgen  
finden Sie hier:

[Apple Podcast](#)

[Spotify](#)

Aktuell erscheint jeden zweiten Dienstag eine neue Episode.  
Weitere Informationen finden Sie unter  
[www.vereinsstrategen.de](http://www.vereinsstrategen.de). Gerne stehen wir auch für  
persönliche Rückfragen zur Verfügung. Sie erreichen uns  
unter [info@vereinsstrategen.de](mailto:info@vereinsstrategen.de).

Beste Grüße von den Vereinsstrategen  
Martin Schüttler und Pascal Grüne



# Was Sie wissen sollten

## ARAG informiert Laub auf dem Weg vor dem Vereinsheim – Wer ist zuständig?



Der Sommer ist vorbei, die Nächte werden kühler und es wird früher dunkel. Ganz klar: der Herbst steht vor der Türe. Langsam färben sich die Blätter bunt und schon bald rieselt das

Herbstlaub. Vor allem im Oktober und November kann der Gehweg durch feuchtes Laub unversehens zur Rutschbahn werden – auch vor dem Vereinsheim. Dass eine solche Gefahrenquelle entfernt werden muss, ist klar. Aber wer ist überhaupt dafür zuständig? Und was sagt die Rechtsprechung zum Thema?

### • Laubfegen: Wer ist zuständig?

Grundsätzlich gilt, dass die Gemeinden die sogenannte Verkehrssicherungspflicht tragen. Sie müssen also dafür sorgen, dass die Straßen und Gehwege gefahrlos durch die Bürger genutzt werden können. Sie können diese Pflicht jedoch an die Grundstückseigentümer per Satzung weitergeben, die wiederum bei vermieteten Objekten in den meisten Fällen an die Mieter weitergegeben wird.

Als Vermieter sollten Sie bei Abschluss eines Mietvertrags darauf achten, dass die Pflichten für den Räum- und Streudienst einschließlich des Laubfegens klar festgelegt sind: dass also entweder der Mieter diese übernimmt, oder dass sie durch ein professionelles Unternehmen erledigt werden, wobei die Kosten hierfür ebenfalls dem Mieter auferlegt werden können.

### • Wann muss gefegt werden?

Die Uhrzeiten für die Räumspflicht richten sich grundsätzlich nach den Zeiten für den Winterdienst, also in der Regel werktags zwischen 7.00 und 20.00 Uhr, am Wochenende ab 9.00 Uhr. Allerdings dürfen Passanten laut einem Urteil des LG Frankfurt morgens gegen 7.00 Uhr noch nicht damit rechnen, dass der Bürgersteig von Laub befreit ist (Az.: 2/23 O 368/93).

Zur Intensität der Räumspflicht gibt es unterschiedliche Rechtsprechungen. Einige Gerichte sehen eine umfangreiche Pflicht zur Beseitigung (z. B. Landgericht Hamburg, Az.: 309 S 234/97), andere dagegen sehen keine Veranlassung dazu, dass sofort jedes Blatt weggefegt werden muss (z. B. Landgericht Coburg, Az.: 14 O 742/07). Fest steht jedoch, dass mit wachsender Laubmenge auch die Pflicht zur Beseitigung steigt.

Es lohnt, einen Blick auf die Homepage der Gemeinde zu werfen, oder kurz anzurufen, um sich über die aktuell gültige Satzung zu informieren. Dort sind meist die Zeiten, die Intensität und sonstige Details geregelt, also auch zum Beispiel, ob nicht nur der Gehweg, sondern auch die Fahrbahn mit gereinigt werden muss.

### • Wann darf man einen Laubsauger einsetzen?

Wer sich bei der Wahrnehmung der Räumspflicht eines Laubbläfers bzw. Laubsammlers bedient, muss die eingeschränkte Nutzungszeit beachten, die für manche

Geräte gilt. Laut der 32. Verordnung zur Durchführung des Bundes-Immissionsschutzgesetzes (Geräte- und Maschinenlärmschutzverordnung – 32. BImSchV) dürfen diese in Wohngebieten nur zwischen 9.00 und 13.00 Uhr sowie zwischen 15.00 und 17.00 Uhr betrieben werden. Ausnahme: Es handelt sich um ein lärmarmes Gerät mit dem EU-Umweltzeichen. Dann ist ein Betrieb zwischen 7.00 und 20.00 Uhr erlaubt.

### • Was passiert im Urlaub?

Auch wer in Urlaub fährt, muss sich darum kümmern, dass während der Abwesenheit die Aufgaben durch einen zuverlässigen Vertreter übernommen werden. Für den Fall einer Abwesenheit ist also eine Stellvertreterregelung empfehlenswert.



Quelle: [Laub auf dem Weg vor dem Vereinsheim – Wer ist zuständig? « vid \(sid.de\)](https://www.sid.de/laub-auf-dem-weg-vor-dem-vereinsheim-wer-ist-zustaendig/)

Hier geht es direkt zu Ihrem Versicherungsbüro des Landessportverbandes S-H:



## Haushaltssperre zeigt Auswirkungen

60 Milliarden Euro fehlen der Bundesregierung im Haushalt nach der Entscheidung des Bundesverfassungsgerichts. Die daraus resultierende Haushaltssperre macht sich nun auch bei ersten Förderprogrammen für das Ehrenamt oder den Sport bemerkbar. Eine ganze Reihe von Stiftungen und Programmen, an denen der Bund beteiligt ist, bewilligen derzeit keine Anträge mehr.

Als Beispiel kann die Deutsche Stiftung für Ehrenamt und Engagement genannt werden, welche seit 2020 auf vielfältige Art und Weise Ehrenamtler unterstützt. Ebenso betroffen sind beispielsweise Bundestiftungen wie die ZUG oder das BAFA, die bislang Klimaschutz-Projekte wie z.B. die Umrüstung von Sportplatzbeleuchtungen auf LED unterstützt haben.

Bereit bewilligte Projekte werden weiterhin umgesetzt. Auch neue Anträge können eingereicht werden, allerdings werden keine Bewilligungen mehr erteilt, bis ein neuer Haushalt im Bund aufgestellt ist.

Die Sperre betrifft derzeit ausschließlich Gelder aus Bundesmitteln. Förderprogramme des Landes sowie sämtliche privaten Stiftungen und Mittelgeber sind bislang nicht direkt betroffen.

Ist Ihr Projekt oder Ihr Antrag betroffen? Bei Fragen oder Unsicherheiten können Sie sich gerne an unseren Projektmitarbeiter Patrick Eberle wenden: [projekt@ksv-stormarn.de](mailto:projekt@ksv-stormarn.de), 0172- 4110982.



# Fort- und Weiterbildung

ab 8:30 Uhr	Ankunft der Teilnehmerinnen und Teilnehmer			
	Trendsport	Breitensport	Inklusion	Herzsport / Senioren
09:00 - 10:30	1.1 Step Marisa Rusch	2.1 Fesselnde Kooperationsspiele (von 8 bis 99 Jahre) Ulrike Elefante	3.1 Inklusiver Sport - Dein Werkzeugkoffer Annika Künzel	
10:45 - 12:15	1.2 X.CO Marisa Rusch			4.2 Slide & Balance Anke Försterling
<i>Mittagessen</i>				
13:15 - 14:45	1.3 Rücken Fit mit dem Theraband Marisa Rusch	2.2 Erlebnisorientierte Entspannung Michael Rickert	3.2 Inklusiver Sport Praktisch umgesetzt Annika Künzel	4.3 Der Jacaranda Ball Anke Försterling
15:00 - 16:30	1.4 Funktionelles Training für mehr Kraft und Beweglichkeit Marisa Rusch			4.4 Das elastische Seil Anke Försterling

## 11. Stormarner Sportforum

Samstag, 02. März 2024 in Bad Oldesloe

Theodor-Mommsen-Schule und Ida-Ehre-Gesamtschule

Anmeldeschluss ist der 23. Februar 2024

Die Kosten betragen:

50,00 € für Vereinsmitglieder / 65,00 € ohne Mitgliedschaft  
(inkl. Seminarunterlagen und Mittagsimbiss)

[Hier geht es zur Anmeldung](#)

### 1.1 Step

In dieser Stunde gibt es dynamisch tänzerische Schrittkombinationen mit dem Step. Mit Step Erfahrung kannst du diese Stunde super meistern. Hier gibt es etwas anspruchsvollere Schrittkombinationen aber auch nicht zu anspruchsvoll. Das perfekte Mittelmaß, um den Kopf auszuschalten aber auch nicht ganz so viel über die Schrotte nachdenken zu müssen.

### 1.2 X.CO

Der sogenannte „XCO-Trainer“ ist eine 26cm lange Aluminiumröhre, welche zu zwei Dritteln mit losem Schiefergranulat gefüllt ist, was sich bei Bewegung zeitverzögert mitbewegt. Es kommt zu einer reaktiven Wirkung – der XCO Effekt tritt ein. Das Besondere an diesem Kurs ist, dass insbesondere die tiefliegende Muskulatur trainiert wird! X.Co's können Verspannungen lösen.

### 1.3 Rücken Fit mit Theraband

Rücken Fit besteht zunächst aus einem motivierenden Aufwärmen und der Mobilisation der Gelenke. In der Hauptphase der Stunde geht es um Körperhaltung und Kräftigung der Rückenmuskulatur mit dem Theraband. Eine Relaxphase für Körperwahrnehmung und Entspannung schließt die Stunde ab.

Gerne ein Theraband mitbringen.

### 1.4 Funktionelles Training für mehr Kraft und Beweglichkeit

Rücken, Hüfte, Schulter, Nacken? Gerade die sind es, die sich oft nicht gut anfühlen - oder? Mit funktionellem Training

# Fort- und Weiterbildung

---

wollen wir genau diese Bereiche lockern. Es wird eine Mischung sein aus Beweglichkeits- aber auch aus kräftigenden Übungen. Lass dich mitnehmen und fühl dich endlich wieder frei und entspannt!

## 2.1 Fesselnde Kooperationsspiele (von 8 bis 99 Jahre)

Spiele, die nur gemeinsam gelöst werden können – eine Herausforderung!

Wie ist es gemeinsam Aufgaben zu meistern und Vertrauen ins Team zu gewinnen? Hier wird es erlebt! Im gemeinsamen Handeln werden Lösungsmöglichkeiten entwickelt. Die aktive Kommunikation für den Umgang miteinander sensibilisiert. Durch Kooperationsspiele wird der Gruppenzusammenhalt positiv gestärkt.

## 2.2 Erlebnisorientierte Entspannung

Kinderalltag ist häufig schnell, reizintensiv und geprägt von einem vollem Terminkalender. In diesem Workshop bieten wir aktive Entspannung in Theorie und Praxis. Wir bieten eine Fülle von Anregungen die spielerisch zur Entspannung führen und den Kindern Spaß machen. Sie entsprechen den kindlichen Bedürfnissen und sind phantasievoll.

## Sport für alle

Sie sind Trainer/in oder Übungsleiter/in im Stormarner Sport und möchten zukünftig mehr Fokus auf das Thema Differenzierung/ homogene Gruppen und Inklusion legen? Dann sind Sie hier genau richtig! Wir schauen, welche Gelingensfaktoren es für eine gute Umsetzung von inklusiven Sportstunden benötigt. Dabei begeben wir uns in die Praxis und probieren uns aus.

## 3.1 Inklusiver Sport – dein Werkzeugkoffer

In diesem Workshop liegt der Fokus auf die Erarbeitung einer guten Methodik

- Welche Besonderheiten muss ich bei inklusivem Unterricht beachten?
- Welche Fähigkeiten benötige ich als Trainer/in?
- Wie baue ich eine gute Unterrichtseinheit auf?
- Wie leite ich richtig an?

Neben einigem theoretischem Hintergrund zu Themen der Methodik und Didaktik, bekommen Sie eine gute Übungsauswahl und einen Werkzeugkoffer für Ihre Sportstunden für Menschen mit und ohne Behinderung mit auf den Weg. Gerne gehen wir auch auf individuelle Fragestellungen und Wunschthemen zu dem Bereich Inklusion im Sport ein.

## 3.1 Inklusiver Sport praktisch umgesetzt

Wir schauen, welche Gelingensfaktoren es für eine gute Umsetzung von inklusiven Sportstunden benötigt. Dabei begeben wir uns direkt in die Praxis und probieren uns aus. Unsere Athlet\*innen werden dabei vor Ort unterstützen.

Sie bekommen eine gute Übungsauswahl und einen Werkzeugkoffer für Ihre Sportstunden für Menschen mit und ohne Behinderung mit auf den Weg.

Gerne gehen wir auch auf individuelle Fragestellungen und Wunschthemen zu dem Bereich Inklusion im Sport ein.

## 4.2 Slide & Balance - ein rhythmisch gleitendes Ganzkörpertraining

Ob wir leicht und tänzerisch über den Hallenboden gleiten oder auf allen Vieren kriechen und rutschen – was sich anhört wie Kinderspiel und in der Ausführung an Hausputz erinnert, ist eine Ganzkörperherausforderung, bei der Kraft mit fließenden, geschmeidigen Bewegungen verbunden wird. Gleitende Positionswechsel weiten die Gelenke, mobilisieren die Wirbelsäule, geben Kraft und Länge in den Muskeln, wobei besonders die Tiefenmuskulatur angesprochen wird, und verbessern die Faszien-geschmeidigkeit. Das Bewegungsmaß nimmt zu, die Koordinationsfähigkeit wird gefördert, automatisierte Bewegungen bekommen neue Impulse.

Bitte in rutschfesten Socken oder Gymnastikschuhen, nicht barfuß! TN-Zahl ist auf 20 beschränkt!

## 4.3 Der Jacaranda Ball – ein Trainingsgerät für alle Altersstufen

Leuchtendes Gelb, bewegliche Stahlkugeln im Inneren, handliche Größe von 14 cm Durchmesser, angenehme Haptik und ein Gewicht von ca. 400g machen den hohen Aufforderungscharakter des Jacaranda Balls aus.

Das Bewegen der Kugeln im Ball aktiviert die Tiefenmuskulatur, verbessert somit die Rumpfstabilität und fördert die Koordinations- und Gleichgewichts-fähigkeit. Mit viel Achtsamkeit wird der Ball gehalten, bewegt und kontrolliert, so dass sich ein verbessertes Körper- und Bewegungsbewusstsein einstellt.

Bitte barfuß, in rutschfesten Socken oder Gymnastikschuhen! TN-Zahl ist auf 20 beschränkt!

## 4.4 Das elastische Seil - Spiralmuskeltraining nach Dr. Smisek

Um uns harmonisch und fließend in alle Richtungen bewegen zu können, benötigen wir ein ausgewogenes Zusammenspiel aller beteiligten Muskelketten und Faszienbahnen sowie freie Gelenke. Die Übungen zur Spiralmobilisation und -stabilisation richten die Wirbelsäule auf, kräftigen die Körpermitte, entlasten die Bandscheiben, öffnen die großen Gelenke, trainieren das Faszien-gewebe, versorgen durch Kombination mit der Atmung den Körper mit mehr Sauerstoff und entspannen. So können muskuläre Ungleichgewichte behoben und Schmerzen vorgebeugt oder reduziert werden. Bewegungen werden wieder größer, geschmeidiger und dynamischer.

Bitte barfuß, in rutschfesten Socken oder Gymnastikschuhen! TN-Zahl ist auf 12 beschränkt!





## Kunst & Kultur



## Bildung & Natur



## Soziales



## Sport

**Wir fördern die  
Gemeinschaft vor Ort.**

Als starker Partner an Ihrer Seite  
setzen wir uns dafür ein, das Leben  
besser zu gestalten.

[sparkasse-holstein.de](https://sparkasse-holstein.de)



**Sparkasse  
Holstein**