

SPORTJOURNAL

Ausgabe 05 | 2019

1

LSB-Arena

FrauenSPORTtag
in Nauen bewegt
Brandenburgerinnen

Sportjugend

Straßenfußball-
Meisterschaft: Europa im
Jubiläumsjahr zu Gast

Bildung im Sport

Führungsseminar
für Brandenburger
Großsportvereine

Auf die Plätze...

Talent Isabelle Hübener:
Junioren-WM-Titel
als Appetitanreger

Gut zu wissen

„Fit im Verein“ -
Teil 5 der
Gesundheitsbroschüre



SPORTABZEICHENTOUR: STARKER START IM SPORTLAND



Denk-Anstoß

Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde, unser Sportland hat der diesjährigen DOSB-Sportabzeichentour eine wirklich grandiose Eröffnungsveranstaltung beschert. Mehr als 3.000 Frauen, Männer und Kinder waren Ende Mai in Cottbus dabei und sendeten damit ein starkes Signal in die ganze Republik. Denn selten waren mehr Aktive bei einem Tourstopp dabei als in diesem Jahr in Cottbus.

Doch noch beeindruckender, noch faszinierender als die puren Zahlen war die besondere Atmosphäre vor Ort, der spürbare Wille jedes Einzelnen, das Beste aus sich herauszuholen und der sichtbare Spaß an der Bewegung. Ich war mit dabei und ehrlich: All das wirkte ansteckend und war beste Werbung für den Sport und das Sportabzeichen. Trotz seiner langen, mehr als 100 Jahre alten Historie hat dieser Orden nichts von seiner Faszination verloren – weder bei mir noch bei allen anderen Hunderttausenden, die sich Jahr für Jahr diesem Wettbewerb und damit ihrem eigenen Ehrgeiz stellen.

Besonders bewegend ist es, dabei zu sein, wenn tausende Hobbysportler zusammen auf diese einzigartige Punktejagd gehen. Wenn, so wie in Cottbus und zuletzt auch beim Sportabzeichentag in Eberswalde, Menschen, die sich vorher nie begegnet sind, gegenseitig zu Bestleistungen anspornen, sich anfeuern und

gemeinsam über das Geleistete jubeln. Damit ist das Sportabzeichen ein perfektes Symbol für das, was den Sport wirklich ausmacht: Er bewegt Massen, er bringt sie zusammen und er vereint sie.



Daher rufe ich Sie auf: Lassen Sie sich diese tolle Möglichkeit nicht entgehen. Nutzen Sie die Angebote des Landes-sportbundes und seiner Partner vor Ort und zeigen Sie noch in diesem Jahr, dass auch Sie ein Gewinner sind.

Ihr **Karl-Heinz Hegenbart**
Vizepräsident für
Breitensport und Sportentwicklung



LSB-Arena

DOSB-Sportabzeichen-Tour feiert in Cottbus starken Auftakt

Das **Deutsche Sportabzeichen** hat in Cottbus schon fast ein zweites Zuhause. Jahr für Jahr platzieren sich die Cottbuser Vereine und Schulen ganz vorn in den **Sparkassen Sportabzeichenwettbewerben** des Landes, wenn es darum geht, wer die meisten Sportabzeichen ablegt. Von daher war es wenig verwunderlich, dass der Auftakt der deutschlandweiten **DOSB-Sportabzeichen-Tour 2019**, der am 23. und 24. Mai für mächtig Bewegung im Cottbuser Sportzentrum sorgte, beinahe wie eine Heimkehr wirkte. Und wie es sich für ein freudiges Wiedersehen gehört, wurde der Heimkehrer im großen Stil emp-

fangen. So hatten sich insgesamt mehr als 3.000 Sportbegeisterte in der Lausitzmetropole eingefunden, von denen sich ein Großteil den Prüfungen im Laufen, Springen und Werfen stellte, um so die höchste individuelle Auszeichnung abseits des Wettkampfsportes zu gewinnen, die trotz ihres Alters von 106 Jahren augenscheinlich nichts von ihrer Faszination verloren hat. Damit bewiesen die Brandenburgerinnen und Brandenburger nicht nur ihre Liebe zum Sport, sondern sicherten sich auch einen Eintrag in die Geschichtsbücher. Denn selten zuvor waren in Deutschland so viele Menschen zu einem Tour-



SPORTJOURNAL

Ausgabe 05 | 2019

4



stopp des DOSB gekommen. Eingeladen zu dem zweitägigen Event hatte der Landessportbund gemeinsam mit dem **Stadtsporbund Cottbus**.

„Es ist fantastisch, was wir hier gemeinsam an den beiden Tagen erreicht haben“, freute sich LSB-Präsident Wolfgang Neubert. „Damit hat unser Sportland ein klares Signal in die ganze



SPORTJOURNAL



Republik gesendet: Brandenburg kann Sportabzeichen. Eindrücklicher können die Brandenburgerinnen und Brandenburger nicht zeigen, wie sie zum Sportabzeichen, wie sie zum Sport stehen. Sport ist und bleibt eben die beliebteste Freizeitbeschäftigung in unserem Land.“

Und nicht nur dort: Unter den Augen von DOSB-Vizepräsidentin Gudrun Doll-Teppe waren am Freitag gut 800 Kinder und Jugendliche aus Zielona Gora, der polnischen Partnerstadt Cottbus, am Start. Dort stellten sie sich nicht nur den Prüfungen des internationalen Sportabzeichens, sondern genossen gemeinsam mit ihren Altersgenossen aus Cottbus das Rahmenprogramm im Sportzentrum. Genauso übrigens wie zahlreiche Kita-Kinder, die bei der parallel stattfindenden Kita-Olympiade ihr Bestes gaben. Einen

Tag zuvor hatten 532 Kicker den Ball hochgehalten und mit ihrer Jonglage in Rot-Weiß dafür gesorgt, dass Cottbus die Stadtwette gewann.

[Mehr Bilder gibt es hier.](#)

2018 haben 10.012 Brandenburgerinnen und Brandenburger die Prüfung zum Deutschen Sportabzeichen erfolgreich abgelegt. Bei den Sparkassen Sportabzeichenwettbewerben, zu denen der LSB gemeinsam mit dem **Ost-deutschen Sparkassenverband** und in Zusammenarbeit mit dem **Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg** jährlich einlädt, können sich Schulen, Sportvereine sowie Kreis- und Stadtsportbünde miteinander messen. Vorbereiten können sich die Teilnehmer bei den Sportabzeichen-Treffs, die der LSB gemeinsam mit Partnern vor Ort eingerichtet hat.

FrauenSPORTtag in Nauen bewegt Brandenburgerinnen



TV-Star Mareike Spaleck sorgte nicht nur bei der gemeinsamen Erwärmung für gute Stimmung. Auch ihre Workouts kamen gut an.

Brandenburgs Frauen sind so sportlich wie selten zuvor – und das Sportland so feminin wie nie. Inzwischen sind mehr als ein Drittel aller organisierten Aktiven in der Mark Sportlerinnen. Und es kommen Tag für Tag Mädchen und Frauen neu hinzu – dank des facettenreichen Angebots der Brandenburger Vereine. In dieses schnupperten am 18. Mai in Nauen mehrere hundert Mädchen und Frauen.

Möglich machte das der FrauenSPORTtag, zu dem der Landessportbund gemeinsam mit dem

Kreissportbund Havelland auf den Leonardo-da-Vinci-Campus nach Nauen geladen hatte. Über zwei Dutzend kostenlose Mitmachangebote, geleitet von qualifizierten Übungsleiterinnen – darunter auch die aus der Sat.1-Show „The Biggest Loser“ bekannte Personal Trainerin Mareike Spaleck – standen den Teilnehmerinnen zur Verfügung und gaben ihnen einen Einblick in die Vielfalt der weiblichen Seite des Sportlandes.

„Viele unserer Vereine haben sich in den vergangenen Jahren Gedanken gemacht, haben den

Frauen und Mädchen zugehört und extra auf ihre Bedürfnisse abgestimmte Angebote entwickelt“, sagt Carola Wiesner, LSB-Präsidiemitglied für Mädchen und Frauen im Sport. „Dadurch haben wir im Sport weitgehend die alten Rollenverteilungen hinter uns gelassen, haben starke, engagierte Frauen in den Vereinen und Verbänden und sehen überall aktive Sportlerinnen in den Hallen und auf den Plätzen unseres Landes.“ Der FrauenSPORTtag, so Wiesner, gebe ihnen und jenen Frauen, die erst noch aktiv werden wollen, einmal im Jahr die Möglichkeit, sich ganz gezielt an einem Ort von der Vielfalt des weiblichen Sports zu überzeugen – „kostenlos, ungestört und dennoch zusammen mit Frauen, die genau das gleiche wollen“. In diesem Jahr reichte dabei die Palette von Workouts mit Mareike Spaleck über Qigong, Yoga, Pilates und Faszientraining bis hin zu Bailaro oder Zumba. Vervollständigt wurde der sportliche Tag durch

zahlreiche Angebote drum herum, die auch für Männer und Kinder sportliche Ausrufezeichen setzten.

[Mehr Bilder gibt es hier.](#)

Von den aktuell 351.030 LSB-Mitgliedern sind 134.837 weiblich. Das entspricht einem Anteil von 38,4%. Im Vergleich zu 2018 zählten die Brandenburger Sportvereine in diesem Jahr insgesamt 1.522 neue weibliche Mitglieder. Partner der diesjährigen Veranstaltung sind der [Kreissportbund Havelland](#), der [Landkreis Havelland](#), die [Stadt Nauen](#), die [AOK Nordost](#) sowie der [Leonardo Da Vinci Campus Nauen](#). Gefördert wird der FrauenSPORTtag durch die Brandenburger Ministerien für [Jugend, Bildung und Sport](#) sowie für [Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie](#).



European Games: DOSB nominiert gleich 19 Brandenburger Aktive



Der dreifache Olympiasieger Sebastian Brendel führt das 19-köpfige märkische Aufgebot für die European Games an.

Deutschland will Ende Juni bei der Medaillenvergabe der **2. European Games** ein gewichtiges Wort mitreden – und setzt dabei auch auf starke Hilfe aus dem Sportland Brandenburg. So sind unter den vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) nominierten 149 Athleten gleich 19 Aktive aus der Mark. Sie werden bei den Europaspielen, die vom 21. bis 30. Juni in Minsk (Weißrussland) stattfinden, im Kanu, Radsport, beim Schießen sowie Ringen an den Start gehen. Angeführt wird das Brandenburger Team vom dreimaligen Kanu-Olympiasieger Sebastian Brendel (**KC Potsdam**), den noch acht weitere

Vereinskollegen nach Minsk begleiten. Damit wird der Kanu Club Potsdam im OSC als einziger Verein deutschlandweit gleich neun Vertreter ins European-Games-Rennen entsenden.

Die jetzige Nominierung für die Euro Games kann auch als ein erster kleiner Schritt in Richtung Olympische Spiele 2020 gedeutet werden, wie Uschi Schmitz, DOSB-Vizepräsidentin Leistungssport berichtet: „Die European Games sind für das Team Deutschland ein Sprungbrett nach Tokio. Unsere Athletinnen und Athleten gehen hochmotiviert an den Start, vor allem dort, wo

Quotenplätze oder Ranglistenpunkte für die Qualifikation zu den Olympischen Sommerspielen 2020 zu erringen sind.“

Das gilt insbesondere für Bogenschießen, Karate, Schießen (Gewehr, Flinte und Pistole) sowie Tischtennis, in denen in Minsk Qualifikationsturniere für Olympia ausgetragen werden. In der Leichtathletik, im Badminton, Radsport und Judo können Punkte für die Weltranglisten gesammelt werden, die in den Sportarten für die Olympiaqualifikation herangezogen werden. Doch auch für die Kanuten ist es ein besonderer Wettbewerb, denn in Minsk werden gleichzeitig die Europameister ermittelt. Die Wettkämpfe werden im TV live von Sport1 übertragen.

Das sind die nominierten Brandenburger Athletinnen und Athleten:

Kanu: Sebastian Brendel, Tamas Gecsö, Timo Haseleu, Franziska John, Annika Loske, Ophelia Preller, Ronald Rauhe, Jan Vandrey, Conny Waßmuth (alle KC Potsdam)

Radsport/Straße: Romy Kasper (PSV Forst), Christian Koch, Alexander Krieger (beide RK Endspurt 09 Cottbus), Paul Taeblich (RSC Cottbus)

Ringern: Luzie Manzke, Francy Rädelt (beide RSV Hansa 90 Frankfurt), Nick Matuhin (1. Luckenwalder SC), Erik Weiß (RSV Hansa 90 Frankfurt)

Schießen/Flinte: Andreas Löw (SGi Frankfurt (Oder)), Katrin Quooß (PSG zu Wittstock)

Bewerbungsfrist für „Sterne des Sports“ läuft noch bis Ende des Monats

Die diesjährige Suche des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) nach den „Sternen des Sports“ biegt auf die Zielgerade ein. Nur noch bis zum 30. Juni haben Vereine die Möglichkeit, sich mit ihren Projekten für diesen Wettbewerb zu bewerben, der nicht nur jede Menge Aufmerksamkeit garantiert, sondern auch Preisgelder von bis zu 14.000 Euro auslobt.

Mit den „Sternen des Sports“ würdigt der deutsche Sport besonderes ehrenamtliches Engagement – ein Engagement, das starke Zeichen

setzt und so weiteren Vereinen und damit großen Teilen der Gesellschaft als Inspiration und Wegweiser dient. Das auszuzeichnende Engagement kann sich dabei sowohl aus dem regulären Vereinsprogramm ergeben, als auch aus einem auf Dauer angelegten besonderen Projekt. Ebenso möglich ist die Auszeichnung für ein Engagement, das kurzfristig auf aktuelle, besondere gesellschaftliche Herausforderungen reagiert.

Hier gibt es die [Bewerbungsunterlagen](#) sowie weitere [Informationen zum Wettbewerb](#).

Talenteschau unter Schwedens Sommersonne

Es dürfte schon ein besonderes Highlight werden, das da in diesem Sommer auf Brandenburgs Nachwuchstalente der Sportarten Leichtathletik, Bogensport, Judo, Karate, Ringen, Tischtennis und Schwimmen wartet. Denn bei den **XI. Baltic Sea Youth Games**, die zwischen dem 5. und 7. Juli 2019 im schwedischen Karlstad stattfinden, werden nicht nur gut 1.000 junge Sportlerinnen und Sportler aus sieben Nationen in insgesamt 13 Sportarten gegeneinander antreten. Sie werden dort im Herzen der schwedischen Wälder und am Ufer des größten Sees des Landes auch auf einen herzlichen Gastgeber treffen, der seine Sportstätten perfekt auf die Wettkämpfe vorbereitet hat.



Das Team Brandenburg wird mit insgesamt 93 Aktiven, Trainern und Betreuern – sowie mit großen Medaillenhoffnungen – die Anreise nach Mittelschweden antreten. Sowohl bei den IX. Baltic Sea Youth Games 2015 in Brandenburg an der Havel als auch zwei Jahre später im weißrussischen Brest hatten die

Brandenburger Nachwuchsleute zahlreiche Medaillen eingeharvestet. Das soll den 14 bis 17-Jährigen aus dem Sportland im Wettkampf mit den gleichaltrigen Aktiven aus Mecklenburg-Vorpommern, Schweden, Russland, Weißrussland, Polen, Lettland sowie Litauen auch diesmal gelingen.

Ausgezeichnet

Folgende Mitglieder des LSB wurden im Mai mit LSB-Ehrennadeln in Gold und Silber geehrt:

Gold:

Wolfgang Zuckschwerdt (Dynamo Brandenburg)
Wolfgang Schmidt (SSB Cottbus)

Gerd Droglä (Germania Peickwitz)

Peter Naujocks (Schützengilde Perleberg)
Lothar Runge (Schützengilde Perleberg)

Silber:

Günther Lüdecke (WSV Bad Freienwalde)

Hans Schufft (Lok RAW Cottbus)

STARK
IN LEISTUNG,
SERVICE
UND PREIS

AOK Nordost. Beim Sport dabei.

Nutzen Sie Ihre individuellen Vorteile:

- Bis zu 385 Euro für Fitness, Sport und Vorsorge.
- Bis zu 150 Euro für eine sportmedizinische Untersuchung.
- Bis zu 270 Euro Leistungen flexibel wählen.

Sportjugend

Straßenfußball-Meisterschaft 2019: Europa im Jubiläumsjahr zu Gast

Wenn vom 12. bis zum 15. Juni die Straßenfußball-Karawane ihre Zelte wieder am **Tropical Islands** in Krausnick aufschlägt, um sich dem Jahreshöhepunkt zu widmen, wird dieses mehrtägige Finalfest der Straßenfußball-Meisterschaft 2019 auch unter dem Motto „20 Jahre für Toleranz und Anerkennung in Brandenburg und Europa“ stehen. Denn die beliebte Turnier-Serie feiert in diesem Jahr ihren 20. Geburtstag. Seit 1999 vermittelt das Projekt „**Straßenfußball für Toleranz**“ der Brandenburgischen Sportjugend (BSJ) auf sportliche Weise wichtige Werte wie Toleranz, Anerkennung und Fairplay an Kinder, Jugendliche und Heranwachsende und kann somit bereits auf 20 ereignisreiche Jahre sozialer Projektarbeit zurückblicken.

Der erste Anstoß in der Jubiläumssaison erfolgte am 7. Mai in Frankfurt (Oder). Anschließend zeigten Kicker in Fürstenwalde, Brandenburg an der Havel, Gransee und Königs Wusterhausen ihr Können auf den Courts der Turnierserie. Darüber hinaus haben die Spielerinnen und Spieler auch in zahlreichen lokalen Straßenfußballturnieren wieder die Möglichkeit, sich für das große Finale am 15. Juni am Tropical Islands zu qualifizieren. Diese Chance bot sich auch Geflüchteten, die sich über die Turnierserie Camp-Cup Brandenburg ins Endturnier spielen



konnten. Am 14. Juni werden zudem Teams aus zehn europäischen Nationen den European Street Soccer City Cup am Tropical Islands ausspielen, einen vom Programm „Erasmus+“ geförderten Wettbewerb.

Die Veranstaltungen der Finalwoche werden u.a. ermöglicht durch Mittel des **Bundeskanzleramtes** („Willkommen im Sport“), des Programms „**Integration durch Sport**“, des Landes Brandenburg (**Ministerium für Bildung, Jugend und Sport**), der **F.C. Flickstiftung**, der **AOK Nordost** sowie dem „Erasmus+“-Programm der Europäischen Union.

Cottbuser Kita-Olympiade erstmals mit polnischen Teilnehmern

Zwei Länder, 20 Kitas, 800 Kinder – die Teilnehmerzahlen der diesjährigen Cottbuser Kita Olympiade „Immer in Bewegung mit Fritzi“ waren mehr als beeindruckend. Erstmals hatte die Cottbuser Stadtsportjugend zu dem sportlichen Wettbewerb der Kindertagesstätten der Stadt auch Kitas aus der polnischen Partnerstadt Zielona Gora eingeladen. Und die

staunten nicht schlecht, was ihnen die Stadtsportjugend gemeinsam mit der Brandenburgischen Sportjugend am 24. Mai im Sportzentrum der Lausitzstadt zu bieten hatte. Denn neben den vier obligatorischen **Kita-Olympiade-Stationen** Schlängellauf, Zielwurf, Einbeinsprung und seitliches Springen über ein Seil durften sich die kleinen Akteure auch

im bunten Rahmenprogramm des gleichzeitig stattfindenden DOSB-Sportabzeichentags austoben. Und so gaben die Mädchen und Jungen auch auf der Kletterburg, auf dem Trampolin oder beim Minigolf alles. Zur Belohnung wartete zum Abschluss nicht nur für jeden eine Fritzi-Medaille, sondern auch leckeres Eis.

Anzeige

Ein Unternehmen der Versicherungskammer

FEUERSOZIETÄT
BERLIN BRANDENBURG
VERSICHERUNGEN SEIT 1718

Seit 300 Jahren.
Und in Zukunft.

300 JAHRE
FEUERSOZIETÄT

Unsere
Lieblingsdisziplin:
Versicherungen.

Bildung im Sport

Gute Führung braucht Kommunikation



Bei der Führung ihrer Vereine bewältigen die Geschäftsführer und Führungskräfte der brandenburgischen Großsportvereine Herausforderungen, die sich oft kaum von denen klassischer Wirtschaftsunternehmen unterscheiden. Ihre Vereine zählen tausende aktive Sportler, sind wichtige Säulen des organisierten Sports und spielen im gesellschaftlichen Leben in den Regionen eine große Rolle. Umso wichtiger ist es, Entscheidungsträger bei der Vereinsentwicklung mit Weiterbildungen zu unterstützen, die auf ihre Bedürfnisse abgestimmt sind. Das unterstrich auch Andreas Gerlach, Vorstandsvorsitzender

des Landessportbundes Brandenburg, zur Eröffnung des Führungskräfteseminars. Zu diesem hatte am 3. Mai die **Europäische Sportakademie Land Brandenburg** märkische Großsportvereine eingeladen. Zentrales Thema waren diesmal Kommunikations- und Moderationstechniken. Antworten auf die Frage, wie gute Kommunikation zum Erfolg der Vereinsarbeit beiträgt, gab Referent Hermann Grams. Der Kommunikationscoach begeisterte die Lehrgangsteilnehmer mit zahlreichen Praxisübungen zur Moderation und Präsentation.

Mehr Schwung im Büroalltag: Gesundheitstag bei der Arbeitsagentur

Die Mitarbeiter der Potsdamer Agentur für Arbeit tauschten für einen Tag den Schreibtischstuhl gegen Step-Brett und Yoga-Matte. Auszubildende der ESAB **Beruflichen Schule Potsdam** hatten zum vierten Gesundheitstag der Agentur mit viel Sport und Bewegung in den Treffpunkt Freizeit eingeladen. Die mehr als zehn Workshops mussten dabei auf verschiedene Zielgruppen abgestimmt werden – vom Hobbysportler über

Bewegungsmuffel bis hin zu älteren Mitarbeitern mit Bewegungseinschränkungen. Das gelang und die rund 100 Teilnehmer dankten es den Potsdamer Auszubildenden mit viel Motivation. Bei der Step Aerobic konnte Stress abgebaut und im Yoga-Kurs die innere Mitte gefunden werden, während Fachvorträge, etwa über Stressbewältigung, zum Nachdenken über den eigenen Lebensstil inspirierten.

Anzeige



defendo
Assekuranzmakler GmbH

Offizieller Versicherungspartner
des LSB Brandenburg

sicher sein

Unfälle können überall passieren –
Private Unfallversicherung über defendo

defendo-assekuranzmakler.de

Philipp Schneckmann
T +49 (0) 151 - 677 05 094
philipp.schneckmann@defendo-assekuranzmakler.de

T +49 (0) 30 374 42 96 12
F +49 (0) 30 374 42 96 60

Unterwegs beim Wutzseelauf 2019



Die Auszubildenden der ESAB Beruflichen Schule Lindow organisieren jedes Jahr den beliebten Volkslauf um den namensgebenden Wutzsee. In diesem Jahr folgten über 260 Läufer dem Ruf nach Lindow und gingen bei drei verschiedenen Distanzen an den Start.

Gelebte Praxis und fundiertes Fachwissen – jetzt persönlich informieren

Sportmanager, Fitnesstrainer oder auch Erzieher; diese Berufe sind aus dem Wachstumsmarkt Sport und Freizeit nicht mehr wegzudenken. Mit einer Ausbildung oder einem Studium an der Europäischen Sportakademie Land Brandenburg kann man seine Leidenschaft zum Beruf machen. Bei den Berufsausbildungen steht der Fitness- und Gesundheitstrainer mit einem Mix aus sportpraktischen und kaufmännischen Inhalten oder eine Ausbildung zum staatlich anerkannten Erzieher mit dem Profil Gesundheit, Bewegung und Sport zur Wahl. Wem das nicht genügt, kann auch ein duales Bachelorstudium im Bereich An-

gewandte Sportwissenschaften oder Management antreten.

ESAB Berufliche Schule Lindow

15.06.2019, Tag der offenen Tür

Granseer Straße 10, 16835 Lindow/Mark

Telefon: (033933) 90238

E-Mail: info@bs-lindow.de

Fachhochschule für Sport und Management/Berufliche Schule Potsdam

21.06.2019, Beratungstag

Am Luftschiffhafen 1, 14471 Potsdam

Telefon: (0331) 90757100

E-Mail: info@fhsmp.de/info@bs-potsdam.de

FREUDE teilen

Das habe ich beim Sport gelernt



lsb-brandenburg.de

Wer Sport macht, lernt – sein Leben lang!

Denn Sport fördert die persönliche Entwicklung. Davon profitieren im Sportland Brandenburg jährlich rund 116.000 Kinder und Jugendliche sowie 232.000 Erwachsene. Das macht unsere 3.000 Sportvereine zu den beliebtesten Bildungsstätten im Land.

www.lsb-brandenburg.de



Auf die Plätze ...

Das Sportland hat Zukunft - Brandenburgs vielversprechender Nachwuchs

Lisa-Marie Buckwitz, Sebastian Brendel, Katrin Wagner-Augustin, Roger Kluge, Yvonne Bönisch... - die Erfolgsgeschichte der Olympiasieger und Weltmeister aus Brandenburg ist lang und eindrucksvoll. Doch überall im Sportland arbeiten derzeit hoffnungsvolle Talente hart und voller Leidenschaft daran, ihr weitere Kapitel hinzuzufügen. Das Sport-Journal stellt in den kommenden Monaten einige von ihnen vor.

Teil V: Isabelle Hübener

Junioren-WM-Titel als Appetitanreger

„Das Gefühl, wenn das Boot plötzlich besser geht, ist einfach unbeschreiblich.“ Spricht Isabelle Hübener über ihren Sport, bekommen ihre Augen einen leichten Glanz und die junge Riemenruderin vom **RC Potsdam** gerät sofort ins Schwärmen. „Wenn man nur eine winzige Kleinigkeit verändert, bekommt man sofort eine Rückmeldung vom Boot“, beschreibt sie die Faszination Rudern.

Dabei war es eher Liebe auf den zweiten Blick. „Die Ruderer hatten mich schon in der Grundschule gesichtet, aber Rudern hat mich nicht interessiert“, erinnert sich Isabelle. Damals gehörte ihre Liebe und ihr Interesse eher der Leichtathletik. „Ich habe im Rahmen der Bundesjugendspiele mal in die Leichtathletik reingeschnuppert. Das hat Spaß gemacht. Danach habe ich an den Kreismeisterschaften teilgenommen und gewonnen.“ Und weil es bis dahin so einfach erschien, stand für die damals





10-Jährige schnell fest: „Ich will mal zu Olympia.“

Da fügte es sich gut, dass Isabelles Familie aus Baden-Württemberg nach Ludwigsfelde zog – und damit in die Nähe der Sportschule Potsdam. „Damals kannte ich einen, der nach Magdeburg zur Sportschule gegangen ist. Da wollte ich auch zur Sportschule. Aber wenn wir nicht nach Brandenburg gezogen wären, hätte das nicht geklappt.“ So aber war der Weg an der Sportschule frei für Isabelle – bis es nicht mehr weiterging. „Ich war drei Jahre lang im Sprint und Sprung an der Sportschule. Dann habe ich gemerkt, dass ich perspektivisch nicht schnell genug bin.“ Diese Erkenntnis traf die junge Athletin hart. „Das war damals nicht einfach. Denn der Sport war das, was ich machen wollte, was ich mir erträumt hatte.“

Und so suchte sie nach einem Ausweg, nach einem Plan B und erinnerte sich an die Rudersichtung in der Grundschule. „Mein Leichtathletik-Trainer hat dann auf meine Bitte hin den Kontakt zu den Ruderern aufgenommen.“ Und kurze Zeit später nahm Isabelle auch erstmals Kontakt mit dem Wasser auf. „Das erste Mal im Boot war ganz schön wackelig. Ich hatte Glück, dass Sommer war“, berichtet sie lachend vom Anfang ihrer zweiten Sportlerkarriere, der „schon ziemlich nass war“.

Doch auch wenn das erste Jahr für sie sehr schwierig war, wie sie zugibt, „hat es Spaß gemacht“. Zudem konnte sie ihr Talent nicht lange verbergen. „Auf dem Ergometer hat man schon schnell gesehen, dass ich einiges wegziehen kann.“ Weil sie sich zudem in der Trainingsgruppe sehr gut aufgenommen fühlte, blieb sie schließlich im Boot und bereut es bis heute nicht: „Ich bin froh, dass es so gekommen ist.“

Schließlich ist sie so auch ihrem Traum von Olympia einen gewaltigen Stück näher gekommen. Als Junioren-Weltmeisterin im Vierer und Achter hat sie schon einige Erfolge vorzuweisen, die sie aber nur noch hungriger auf das Erlebnis Olympia gemacht haben. „Ich hatte das Glück, als Juniorin zu erleben, wie es ist, ganz oben zu sein. Jetzt will ich noch mehr.“ Dafür investiert die Studentin für Sporttherapie und Prävention viel, sehr viel. „Für andere Hobbys habe ich keine Zeit. Ich bin ja froh, wenn ich mal genug Zeit für die Familie habe“, sagt sie. „Aber ich mache es zu gerne, als dass ich es nicht machen wollen würde.“ Bis zu drei Mal täglich steht Training auf ihrem Programm. Krafraum, Laufen und zahllose Einheiten von bis zu eineinhalb Stunden im Boot. „Da ist man schon oft müde. Aber wenn es sich auszahlt...“

Und das tut es. Bereits als 20-Jährige nahm Isabelle im vergangenen Jahr an der Elite-WM

SPORTJOURNAL

Ausgabe 05 | 2019

20

teil und war in diesem Jahr auch bei der EM für Deutschland am Start. Plötzlich war sie mitten zwischen den Stars der Ruderer, das erste Mal „mit Leuten, die man als Idole sieht“ in einem Wettbewerb. „Das war schon komisch. Aber ich war überrascht, dass es mit der Aufregung noch ging.“ Auch wenn der Kampf um die Medaillen noch

ohne sie ausgerudert wurde. „Da fehlt mir einfach noch die Power. Daran muss ich noch hart arbeiten.“ Doch mit dem Blick auf die Olympischen Spiele kommt die Motivation fast von allein. „Das ist schon ein krasses Erlebnis.“ Und eines, das sie unbedingt teilen will – am liebsten schon 2020 in Tokio.



Sechs Brandenburger Medaillen bei „Jugend trainiert“

Gleich ein halbes Dutzend Medaillen gab es für Brandenburger Teams bei den diesjährigen Frühjahrsfinals des Bundesschulwettbewerbs „Jugend trainiert“ in Berlin. Dabei überzeugten insbesondere die Handballer des Sportlandes. Während sich die Handballerinnen der **Frankfurter Sportschule** in der WK III die Krone aufsetzten und es ihnen die gleichaltrigen Jungs von der **Sportschule Potsdam** gleichtaten, sicherte sich das männliche Potsdamer Team in der WK II Silber und die Mädchen des gleichen Jahrgangs aus der Oderstadt Bronze. Zudem holten sich die Goalballer aus Königs Wusterhausen (**Marie-und-Herrmann-Schmidt-Schule**)

den Titel und die Volleyballerinnen aus Potsdam (WK II) die Vizemeisterschaft. Sportministerin Britta Ernst gratulierte allen bei den Finals angetretenen 23 Schulmannschaften aus Brandenburg und dankte den Lehrern und Trainern für ihr besonderes Engagement.

Beim **Frühjahrsfinale** Anfang Mai waren Schulteams des Sportlandes in den Sportarten Badminton, Basketball, Geräteturnen, Handball, Tischtennis und Volleyball an den Start gegangen. Insgesamt nahmen rund 3.200 Talente in 340 Schulteams in sechs olympischen und drei paralympischen Sportarten am Bundesfinale teil.

Anzeige

14 IN SCHON VIERZEHN TAGEN BEI DIR

ICH BIN DEIN AUTO

DEINE ASS-KOMPLETTRATE AB 249€* - INKL.
» GANZJAHRESREIFEN » 12 MONATSVERTRÄGE » KFZ-VERSICHERUNG » KFZ-STEUER
» ÜBERFÜHRUNGS- UND ZULASSUNGSKOSTEN » 19% MWST.
& KEINE ANZAHLUNG / SCHLUSSRATE

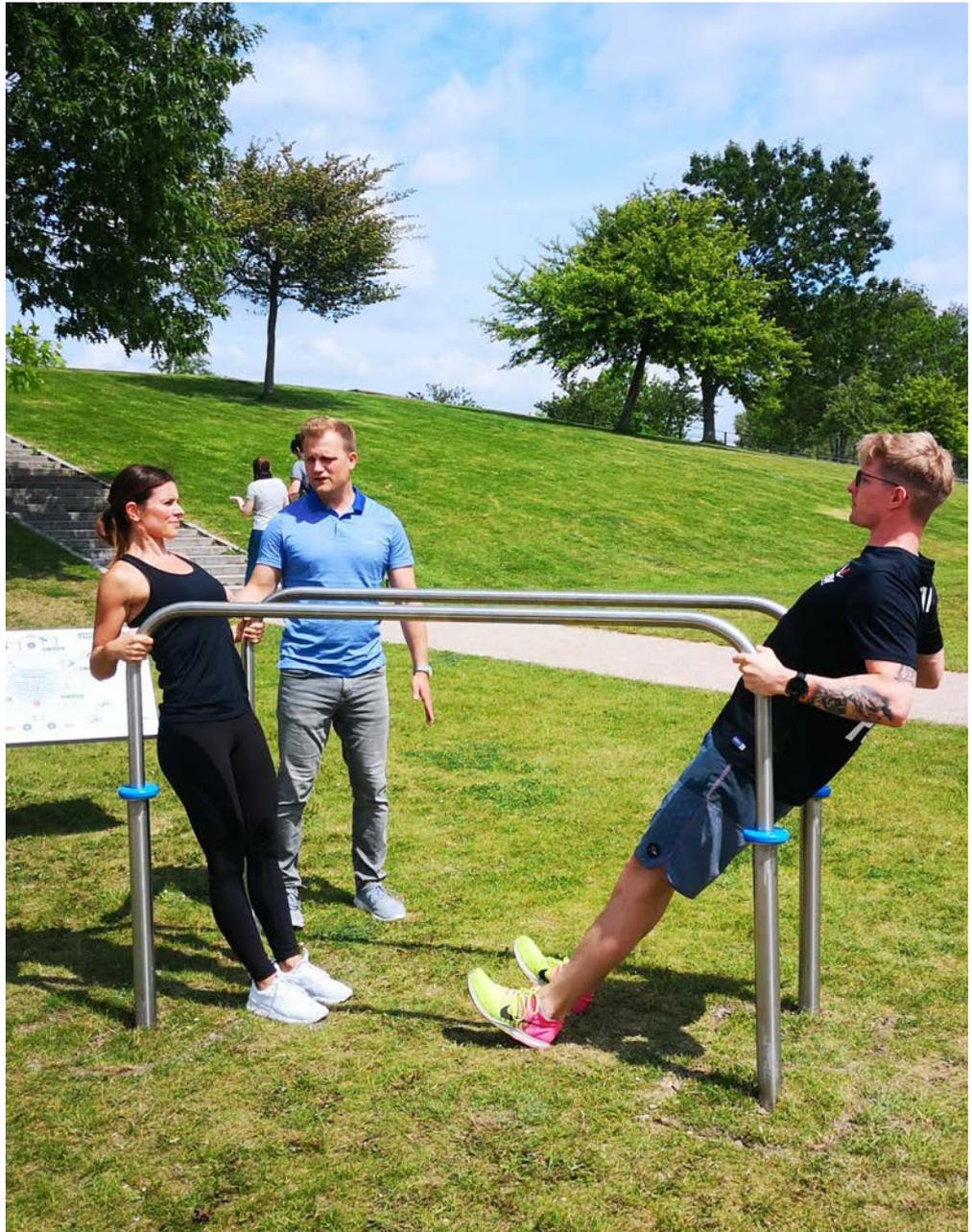
OPEL CROSSLAND X 1.2 | Direct Injection Turbo Start/Stop, 81 kW (110 PS)

*inkl. Kfz-Versicherung, Kfz-Steuer, Überführungs- und Zulassungskosten und 19% MwSt. Keine Anzahlung. Keine Schlussrate. 20.000 km - 30.000 km Jahresfreilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich). Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Begrenzte Stückzahl! Nur über Autohaus Wiens - Billerbeck lieferbar! Übernahme muss bis spät. Ende Juli 2019 erfolgen. Stand: 08.05.2019.

ASS Athletic Sport Sponsoring
☎ 0234 95128-40
🌐 www.ichbindeinauto.de

Premiere: Erster Brandenburger Fitness-Trail in Potsdam eröffnet

Drei Fitness-Stationen auf einer Eintausend-Meter-Laufstrecke – das ist der erste Brandenburger Fitness-Trail, der jetzt im Volkspark Potsdam feierlich eröffnet wurde. Die Präsidentin des **Märkischen Turnerbundes Brandenburg**, Birgit Faber, freut sich über das neu gestaltete Angebot, das in Verbindung mit dem **Deutschen Turner-Bund** und der Barmer in Kooperation mit dem **Volkspark Potsdam** ins Leben gerufen wurde. „Der erste Brandenburger Fitness-Trail zeigt, wie einfach kommunale Bewegungsangebote machbar sind! Wir werden uns dafür einsetzen, weitere Orte auszustatten, um noch viele Brandenburgerinnen und Brandenburger mit attraktiven und einfachen Bewegungsangeboten ansprechen zu können.“



Vitalij Mihailoff, Leiter des Projektes Fitness Locations beim Deutschen Turner-Bund, betonte bei der Eröffnung die Vorbildfunktion der Premiererstrecke. „Hier zeigen wir, wel-

che Möglichkeiten in dem Projekt stecken.“ Fitness-Trails bräuchten wenig Platz, seien robust und unkompliziert in der Pflege. „Moderne Stadt-

menschen möchten die Kombination aus Sport und Natur in der Nähe ihres Wohnumfeldes erleben“, erklärte Mihailoff.

16 auf einen Streich: Brandenburgs Para-Schwimmer holen Weltcup-Medaillen

Was für eine Ausbeute: Mit gleich 16 Medaillen kehrten Brandenburgs Paralympische Schwimmer vom Para Swimming World Series Event aus Italien zurück. Eigentlich eher als Vorbereitung auf die am 6. Juni startenden Internationalen Deutschen Meisterschaften in Berlin gedacht, entwickelte sich der vorletzte Weltcup-Stopp der Saison damit zu einem der erfolgreichsten Wettkämpfe für die märkischen Para-Schwimmer.

Dabei bewies vor allem Nachwuchshoffnung Gina Böttcher vom **SC Potsdam** ihr Ausnahmetalent. Mit neuem Deutschen Rekord über 50m Schmetterling sowie ein Mal Gold (4x100m Staffel), zwei Mal Silber (150m Lagen, 50m Brust) und ein Mal Bronze (50m Schmetterling) überzeugte sie bereits in der offenen Klasse und holte damit auch in der Jugendwertung Medaillen. Zusammen mit Böttcher sicherte sich auch Verena



Erfolgreich in Italien: Gina Böttcher (links) und Verena Schott

Schott (**BPRSV**) Gold in der 4x100m Staffel der Damen. Schott landete zudem über ihre Hauptstrecken 200m Lagen (Silber) und 100m Brust (Silber) sowie 400m Freistil (Bronze) auf dem Treppchen. Auch die beiden mitgereisten Sportschüler Tom Meixelsberger vom

BPRSV und Jan Schreiber (SC Potsdam) gewannen für das Deutsche Team weitere Medaillen. Beide waren Bestandteil der Silbermedaillen-staffeln des Deutschen Behindertensportverbandes über 4x100m Lagen und 4x100m Freistil.

Gut zu wissen

FIT IM VEREIN

Sport hält fit, macht gesund und steigert die Lebensfreude. Das wird immer mehr Menschen bewusst. Die Vereine im Sportland reagieren mit ihren immer zahlreicheren qualifizierten Angeboten im Präventions- und Rehabilitationssport gekonnt auf diese steigende Nachfrage. Mit der Broschüre „Fit im Verein – Brandenburger Angebote im Gesundheitssport“ gibt der Landessportbund einen gut sortierten Überblick über die zertifizierten Kurse. Darüber hinaus hält die Broschüre nützliche Tipps und Informationen bereit. Hier finden Sie regelmäßig einen Auszug aus dem Heft.

Rezept für Bewegung

Mit dem „Rezept für Bewegung“ können Ärzte ihren Patienten Bewegung „verordnen“. Es ist eine schriftliche Empfehlung für körperliche Aktivität und damit für eine aktivere und gesündere Lebensführung. Dabei werden vorwiegend die mit dem Qualitätssiegel **SPORT PRO GESUNDHEIT** zertifizierten Bewegungsangebote der Sportvereine mit den Schwerpunkten Herz-Kreislauf, Muskel- und Skelettsystem, Entspannung und Stressbewältigung sowie Koordination und motorische Fähigkeit empfohlen. Auf dem Rezeptformular können ein für den Patienten passender Schwerpunkt gewählt und Hinweise an die Übungsleitung eingetragen werden. Auf der Rückseite Ihres Rezepts

finden Sie auch die Kontaktdaten des Landesportbundes, der für Rückfragen gern zur Verfügung steht.

REZEPT FÜR BEWEGUNG

Regelmäßige körperliche Aktivität tut Ihnen und Ihrer Gesundheit gut!



Das „Rezept für Bewegung“ wurde in Zusammenarbeit mit dem **Deutschen Olympischen Sportbund**, der **Bundesärztekammer** und der **Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention** entwickelt. Es wird seit 2017 in gemeinsamer Initiative mit dem **LSB**, der **Kassenärztlichen Vereinigung Brandenburg** und dem **Sportärztebund Berlin Brandenburg** in Brandenburg umgesetzt.

Mehr zu diesem Thema finden Sie in unserer Broschüre „FIT IM VEREIN“.

SPORTJOURNAL

BRANDENBURGISCHES



Ausgabe 05 | 2019

25



Termine

Juni

- 05.06. LA* Gesundheit im Sport
- 05.06. LA Recht und Satzungsfragen
- 12.06. LA Breitensport und Sportentwicklung – SG Segeln
- 12.06. Berufung „Team Tokio“
- 12.06. Präsidiumssitzung des LSB
- 13.06. LA Bildung
- 13.06. Präsidiumssitzung FHSMP
- 13.06. Auszeichnung DSA-Wettbewerbe
- 14.06. Schulentlassungsfeier Berufliche Schule Lindow
- 14./15.06. Straßenfußballfinale am Tropical Islands
- 19.06. Schulentlassungsfeier Berufliche Schule Potsdam

Juli

- 03./04.07. AG Regio
- 05.-07.07. Baltic Sea Youth Games in Schweden

* Landesausschuss

22.07. LA Leistungssport

Wenn Sie an unserem **Newsletter** interessiert sind, der Sie über jede neue Ausgabe des **Sport-Journals** informiert, dann melden Sie sich **hier** kostenlos an.

Impressum

Herausgeber: Landessportbund Brandenburg
Schopenhauerstraße 34
14467 Potsdam

Verantwortlich: Andreas Gerlach, Fabian Klein

Redaktion: Marcus Gansewig, Fabian Klein,
ESAB, BSB

Layout: Fabian Klein, Marcus Gansewig

Fotonachweise

Seite 1-10, 18-21, 25: Marcus Gansewig

Seite 12: BSJ

Seite 14: ESAB

Seite 16: Matthias Haack

Seite 22: Katrin Fuhrmeister-Jabbour

Seite 23: Paraschwimmen Deutschland/DBS