

SPOKA.


BVS
BAYERN
SPORT & REHA
3/2020

Offizielles Organ des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbandes Bayern



1 MAL LÄCHELN BITTE

Para Schwimmen per Video Konferenz

10 WOCHEN TROCKEN

Judo-Training in der Corona-Krise

50 TAGE RUND UM BAYERN

Ute und Markus umrunden Bayern für EISs auf Rädern

Titelthemen

- 1 Mal lächeln bitte:
Para Schwimmen per Video Konferenz
- 10 Wochen trocken:
Judo-Training in der Corona-Krise
- 50 Tage rund um Bayern:
Ute und Markus umrunden Bayern für EISs auf Rädern

Verband

- Der „Neue“ in der Abteilung Sport
- Frauenreise mit Männern
- Herzlichen Glückwunsch
- Landesverbandstag auf Oktober verschoben
- BVS Bayern sucht Sportler*innen des Jahres
- SpoKa-Ticker

Breitensport

- Moosburg holt vorzeitig den Meister-Titel
- Special Olympics: Gold mit 73
- Der Duft des Rollstuhl-Fechtens
- Weltrekord und rote Karte
- Spannung auf hohem Niveau: Tischtennis BM

VdK Bayern

- Ein Stück Normalität
- VdK Bayern Rechtsinfo: Entlastung für Eltern
- Mit Freude im Einsatz für Kinder und Jugendliche
- Menschen mit Behinderung nicht vergessen

Inklusion

- Moosburg holt 5. EISs Siegel
- Das ist EISs auf Rädern

Leistungssport

- 6 Para Radsport: Von Gran Canaria bis Klinikeinsatz 22
- 13 Rollstuhlbasketball: Ein Korb daheim 23

Reha-Sport

- 20 Medizin News: Bildgebende Diagnostik in der Sportmedizin 26
- Freude und Spaß bei Aqua-Fitness 27

Aus den Bezirken

- 4 **Oberbayern**
- 5 Trauer um Rollstuhl-Tänzer Werner Kothe 28
- 5 Nachruf auf Gertraud Schachtner 28

- 6 **Unterfranken**
- 8 Neuer Vorstand gewählt 29
- Nachruf auf Karin Knörner 29

- 11 **Schwaben**
- 11 Bezirkstag 29

- 12 **Niederbayern**
- 12 17. Bezirkstag 29

- 14 **Mittelfranken**
- Der „Vorzeigebezirk“ 30
- 16 Wandertag nach Rothenburg 30

Impressum

Inhaber und Verleger

BVS Bayern e.V.

Landesgeschäftsstelle

Georg-Brauchle-Ring 93
80992 München
Tel. (089) 544 189-0, Fax (089) 544 189-99
E-Mail: info@bvs-bayern.com
Internet: www.bvs-bayern.com

Präsidentin

Diana Stachowitz
Anschrift Landesgeschäftsstelle (s.o.)

Redaktion

Jamil Sahhar, Landesgeschäftsführer (V.i.S.d.P.)
Dr. Maria-Jolanda Boselli, Redaktionsleitung
Tel. 01573 008 7459
E-Mail: spoka@bvs-bayern.com

Layout

maboss Pressearbeit & Eventmanagement
Tel. 01573 008 7459

Druck

Schneider-Druck GmbH
Erlbacher Str. 102-104
91541 Rothenburg
Tel. (09861) 400-0, Fax. (09861) 400-16

Auflage

2.500 Exemplare

Erscheinungsweise

6 Ausgaben/Jahr jeweils in den geraden Monaten.
Redaktionsschluss immer am 5. des Vormonats

Bezugspreis

Jahresabo (6 Ausgaben) 5 Euro für BVS Bayern-Mitglieder

Versandkostenbeitrag

Nichtmitglieder 12 Euro/Jahr (inkl. MwSt. und Versand)

Hinweis

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung der Autor*innen und nicht immer die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Redaktion behält sich vor, eingesandte Artikel zu redigieren und zu kürzen.

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und liebe Leser des Spoka,

hinter uns liegen schwierige Wochen, in denen wir unseren Alltag plötzlich umstellen mussten. Viele, auch in der Geschäftsstelle des BVS Bayern, haben von Zuhause aus gearbeitet. Statt herkömmlicher Sitzungen gab es Telefon- oder Videokonferenzen. Auch einige Bezirkstage wurden so gestaltet. Unseren Landesverbandstag wollen wir aber auf jeden Fall „live“ abhalten. Deshalb haben wir uns zur Sicherheit dazu entschlossen, ihn auf den 10. Oktober zu verlegen, in der Hoffnung, dass sich die Corona-Situation bis dahin soweit stabilisiert hat, dass wir das Treffen ohne Gefährdung der Delegierten veranstalten können.

Am schwierigsten waren sicher für uns alle die „Kontaktbeschränkungen.“ Wochen, Monate ohne ein Treffen mit Freunden, Kindern und Enkeln! Ich hoffe, dass Sie gesund durch diese Zeit gekommen sind – und vielleicht sogar weiter Sport treiben konnten, „online“ mit den Übungsleiter*innen oder draußen beim Radeln, Walken oder Joggen.

Besonders toll finde ich, dass so viele unserer Vereine „aus der Not eine Tugend“ gemacht haben und wenigstens Rehasport und Funktionstraining per Video anbieten konnten. Auch unsere Para Athlet*innen haben sich der Situation so gut wie möglich angepasst. Im Spoka erzählen drei unserer Landes-trainer mehr darüber.

Inzwischen hat sich in Bayern die Lage entspannt, und es werden immer mehr Lockerungen eingeführt. Mit BVS Bayern Landesgeschäftsführer Jamil Sahhar hatte ich ein Gespräch mit Sportminister Joachim Herrmann, um uns für eine möglichst schnelle Öffnung der Vereinsangebote im Behindertenbereich einzusetzen. Vor allem Rehasport- und Funktionstraining haben wir ihm ans Herz gelegt.



Ich freue mich sehr, dass das seit dem 8. Juni wieder „live“ möglich ist – ebenso wie eine ganze Reihe anderer sportlicher Betätigungen. Rückblickend hat der Freistaat den Sport in der Corona-Krise schnell und unbürokratisch unterstützt, etwa durch die finanzielle Soforthilfe, die Vereinspauschale und des CoVid-Abmilderungsgesetzes, das die Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit des BVS Bayern und seiner Vereine garantiert.

Liebe Leserinnen, liebe Leser: es wird Sommer, und wir hoffen vorsichtig darauf, dass es auch ein Sportsommer werden wird, unter Einhaltung der nötigen Hygienemaßnahmen, aber doch beim gemeinsamen Spiel und Spaß, in unseren Vereinen und Sportgruppen. Nach wie vor gilt es, uns und all jene zu schützen, die besonders gefährdet sein können. Deshalb lassen Sie uns weiter #ZusammengegenCorona alles tun, um Infektionen zu vermeiden.

Bleiben Sie gesund und genießen Sie die Sommerzeit!

Herzlich

Ihre Diana Stachowitz

CARLO KOSTNER IST „DER NEUE“ IN DER ABTEILUNG SPORT

„Mein Name ist Carlo Kostner, ich bin 25 Jahre alt und habe nach meinem Abitur (2013) ein duales Studium zum Fitnessökonom absolviert. Dabei habe ich insgesamt knapp 4 Jahre in einem kleinem Fitnessstudio in meiner Region (Fürstenfeldbruck) gearbeitet und dort als stellvertretende Studioleitung fungiert.

Anschließend war ich rund 9 Monate in Asien (Thailand, Kambodscha, Vietnam, Laos, Borneo, Philippinen, Indonesien) und konnte sehr viele neue und interessante Eindrücke sammeln. Ich habe reichlich Geschichten zu erzählen....

Anschließend habe ich bis zu meiner Einstellung beim BVS Bayern am 01.04.20 als Koch in der Offiziersheimgesellschaft der deutschen Bun-



Foto: BVS Bayern

deswehr und als Ballschultrainer für 2-6-jährige Kinder gearbeitet.

Ich bin sehr froh, jetzt in einem so tollen Team wieder meiner Sport- und Fitnessstätigkeit nachzugehen. Besonders stolz bin ich, dabei den Behindertensport zu unterstützen. Deshalb möchte ich hier mein Bestes geben! Zu meinen Hobbies gehört natürlich der Sport, vor allem Ballsport, Klettern und Wintersport, aber ich verbringe auch reichlich Zeit mit meinen Freunden und meiner Familie, wenn ich nicht gerade auf Reisen bin.

Ich bin sehr stolz, ein Teil des BVS Bayern zu sein, und ich freue mich auf eine gute Zusammenarbeit mit Ihnen.

CK/red

FRAUENSport-WELLNESSREISE

Seit mindestens 14 Jahren organisieren engagierte BVS Bayern Frauen in der Faschingswoche eine Reise für Frauen aus allen Bezirken, mit dabei sind immer auch Frauen, die als Bezirksvorsitzende und Frauenbeauftragte im BVS tätig waren und immer noch sind.

In dieser Woche werden viele Informationen, Neuigkeiten und Möglichkeiten ausgetauscht, vor allem mit dem Schwerpunkt Frauensport.

Auch heuer trafen sich wieder 23 Frauen und 2 Männer in Franzensbad – zum ersten Mal waren auch Männer dabei.

„Wir wollen diese Reise gerne allen anbieten, sagen wir mal, wir nennen es Frauenreise, und Männer werden akzeptiert“, so die Organisatorinnen um Roswitha Franke, langjährige Landesfrauenbeauftragte des BVS Bayern.

„Unsere Reisen sind immer sehr erfolgreich, innovativ und lehrreich. Alle, die Interesse haben, sind herzlich willkommen. Nächstes Jahr werden wir in Marienbad im Hotel Falkenstein sein.“ Die Frauen hoffen, dass es im BVS Bayern nach dem Landesverbandstag wieder eine Frauenbeauftragte geben wird – und diese Reise dann von ihr mit organisiert werden wird.

SH/red



Foto: Heidemarie Miklis

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH....

...und alles Gute den Geburtstagskindern im Mai und Juni!

Das wünschen der BVS Bayern und die RVSG Rothenburg Frau Ingrid Belzner in Rothenburg ob der Tauber zum 70. Geburtstag!

In Muhr am See gratulieren wir Frau Barbara Risse und Herrn Ulrich Horn zum 65., Frau Monika Lech und Frau Eleonore Fernandez zum 70., Herrn Werner Lutz zum 75. und Herrn Friedrich Uebel zum 85. Geburtstag.

BVS Bayern und BSVV Nürnberg gratulieren sehr herzlich

Herrn Eduard Wiesenhütter zum 70., Frau Elfriede Renner und Herrn Horst Hell zum 80., Frau Wilhelmine Wölfel, Herrn Hans Kretschmer und Herrn Adolf Raim zum 81. Geburtstag. Herzliche Glückwünsche an Frau Gertraud Büttner zum 82., Herrn Klaus Karsties zum 84. und Herrn Richard Ruff zum 85. Geburtstag.

Alles Gute wünschen wir auch Frau Anni Koch und Herrn Fritz Silbermann zum 86., Herrn Richard Lehrer zum 87., Frau Hildegard Unützer und Frau Martha Bischoff zum 88. und den Damen Karola Egerer, Anna Beß und Irma Schmitt jeweils zum 89. Geburtstag. Herrn Horst Ulrich gratulieren wir zum 91. Geburtstag.

20. ORDENTLICHER LANDESVERBANDSTAG DES BVS BAYERN E.V. 2020

Der 20. Ordentliche Landesverbandstag des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbandes Bayern e.V. wurde aufgrund der Corona-Pandemie verschoben. Er findet gemäß § 6 Abs. 4 der Satzung des BVS Bayern am Samstag, 10. Oktober 2020 im Haus des Sports, Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 in München, mit folgender Tagesordnung statt:

Die offizielle Einladung der Teilnehmer*innen gemäß § 6 Ziffer Abs. 2 der Satzung des BVS Bayern erfolgt, sobald die dazu notwendigen Wahlen in den Bezirkstagen stattgefunden haben.

Eröffnung und Begrüßung

Feststellung der Beschlussfähigkeit des 20. Landesverbandstages des BVS Bayern

Ehrung der Verstorbenen

Genehmigung der Tagesordnung

Berichte

Geschäftsbericht

Kassenbericht

Revisionsbericht

Aussprache zu mündlichen und schriftlichen Berichten

Anträge und Beschlüsse

Satzungsänderung des BVS Bayern e.V.

Mitgliedsbeiträge

Sonstige Anträge

Antrag auf Entlastung des Präsidiums

Bildung des Wahlausschusses

Wahlen gemäß der gültigen Satzung des BVS Bayern
des/der Präsidenten*in
der Vizepräsidenten*innen
des Ehrenrates
der Landesrevisoren
eines/einer Ehrenpräsidenten*in

Verschiedenes



BVS BAYERN SPORTLER*INNEN DES JAHRES 2019

Auch heuer will der BVS Bayern wieder junge Para Athlet*innen für herausragende Leistungen in der vergangenen Saison auszeichnen.

Diesmal haben die Abteilungen Sport und Inklusion des BVS Bayern und Vizepräsident Sport Athlet*innen in drei Kategorien nominiert.

Kategorie BVS Sportler*in des Jahres 2019



Steffen Warias



Laura Fürst



Thomas Steiger

Kategorie Nachwuchssportler*in des Jahres 2019



Sebastian Meierdiercks



Josia Topf
www.josia-topf.com



Lennart Volkert

Kategorie Mannschaft des Jahres 2019



Bavarian Bats



RGSV Moosburg



Landesauswahl Fußball ID

Wer gewinnt, das entscheiden auch diesmal wieder SIE. Auf der Homepage des BVS Bayern können Sie noch bis zum 30. Juni für Ihre Favoriten abstimmen. Sie haben jeweils eine Stimme pro Kategorie.

Auf der Homepage können Sie sich näher über die Sportler*innen informieren. Die Preisverleihung findet am 22. Juli statt.

Die Preise und die Preisverleihung werden gestiftet von unserem Partner vbw.

Sterne des Sports – jetzt bewerben!

Die „Sterne des Sports“ sind Deutschlands wichtigster Vereinswettbewerb im Breitensport. Noch bis 30. Juni 2020 sind Vereine in Sportdeutschland wieder aufgerufen, sich für den „Oscar des Vereinssports“ 2020 zu bewerben und mit ihrem Engagement ins Rennen zu gehen.

Der Deutsche Olympische Sportbund und die Volksbanken Raiffeisenbanken zeichnen Sportvereine aus, die sich über ihr sportliches Angebot hinaus besonders gesellschaftlich engagieren. Euer Sportverein bildet aus und weiter, setzt auf ehrenamtliches Engagement, erfreut Groß und Klein, fördert Männer und Frauen gleichberechtigt, integriert vorbehaltlos, unterstützt den Nachwuchs, schützt unsere Natur und Umwelt, weckt den

Spaß an der Bewegung, kümmert sich um ältere Menschen und/oder achtet auf gute Organisation? Dieses Engagement wollen wir mit den „Sternen des Sports“ belohnen.

Mit eurer Teilnahme am Wettbewerb macht ihr auf euren Sportverein aufmerksam, bekommt Anerkennung für eure tägliche Arbeit, steigert die Attraktivität eures Sportvereins und gewinnt Menschen, die sich engagieren möchten! Bei Gewinn aller drei Stufen des Wettbewerbs habt ihr die Chance auf bis zu 14.000 Euro Preisgelder. Jetzt bewerben!

Die Teilnahme am digitalen Bewerbungsprozess ist einfach. Das entsprechende Online-Formular finden Sportvereine auf den Websites der

teilnehmenden Volksbanken und Raiffeisenbanken. Wer nicht weiß, welche Bank dies in seinem Umfeld ist, schaut einfach auf www.sterndes-sports.de/vereine/bankensuche nach. Das Bewerbungsformular ist zusätzlich über www.sterndes-sports.de/vereine/bewerbung/ erreichbar.

Bundesweiter Bewerbungsschluss ist am 30. Juni 2020. Mitmachen können alle Sportvereine, die unter dem Dach des DOSB organisiert sind, sprich: in einem Landessportbund/Landessportverband, in einem Spitzenverband oder einem Sportverband mit besonderen Aufgaben.

DOSB/red

Training lindert Pflegebelastung bei Demenz. Neues Trainingsprogramm hilft nicht nur Betroffenen

Gezieltes Training im höheren Lebensalter, auch bei vorangeschrittener Demenzerkrankung, erweist sich zunehmend als wichtige Strategie zur Erhaltung der Selbstständigkeit im Alltag und der Förderung der Lebensqualität.

Die Forschungsgruppe „Gerontopsychiatrie in Bewegung“ der Deutschen Sporthochschule Köln und der LVR-Klinik Köln entwickelt und analysiert Trainingsprogramme für die Gesundheitsversorgung Älterer mit psychiatrischen Erkrankungen. Die neuesten Ergebnisse deuten darauf hin, dass nicht nur die Patient*innen selbst davon profitieren, auch die Pflegebelastung in der klinischen Demenzversorgung reduziert sich durch ein gezieltes Trainingsprogramm.

Mehrmals über den Tag verteilt in kurzen „Häppchen“ à 20 Minuten trainieren – so lautet die Maßgabe des Trainingskarussells, einem neuen Trainingsprogramm für Patient*innen mit Demenzerkrankung, das in

der LVR-Klinik Köln eingesetzt und erprobt wird. Über den Tag verteilt wird in kleinen Gruppen trainiert – zweimal am Vormittag, zweimal am Nachmittag. „Durch den Wechsel zwischen Aktivphasen und Ruhezeiten versuchen wir so, die Patientinnen und Patienten nicht nur insgesamt in hohem Maß körperlich zu aktivieren, sondern auch ihre Tagesstruktur zu stabilisieren“, erklärt Dr. Tim Fleiner, Leiter der Forschungsgruppe.

Dieser Trainingsansatz scheint im klinischen Umfeld gut umsetzbar – über die Hälfte der Patient*innen ist im Rahmen der Studie für mehr als 150 Minuten pro Woche körperlich aktiv, erreicht damit sogar trotz Demenzerkrankung die Empfehlung der Leitlinie für gesunde Ältere. Bei gleicher Medikation zeigen die Patient*innen im Vergleich zu einer Kontrollgruppe klinisch relevante Verbesserungen der neuropsychiatrischen Symptome – insbesondere agitiertes Verhalten und labile Stimmungslagen verbessern sich.

Als besondere Nebeneffekte zeigen sich in den aktuell veröffentlichten Analysen auch wichtige Verbesserungen im Umfeld der Patient*innen: ihre Teilnahme an dem Trainingsprogramm erwirkt eine klinisch relevante Senkung der empfundenen Belastung der Pfleger*innen, die sich im Rahmen der Behandlung in der Klinik um den Patienten bzw. die Patientin kümmern.

„Die Belastung der Pflegerinnen und Pfleger und der Angehörigen zu senken, ist ein Kernaspekt in der Behandlung von Demenzpatienten.“

Die Erkenntnis, dass wir durch gezieltes Training eine Verbesserung für den Patienten und sein Umfeld erreichen, ist neuartig und wichtig für die Gesundheitsversorgung Älterer“, sagt PD Dr. Peter Häussermann, Chefarzt der Abteilung für Gerontopsychiatrie der LVR-Klinik Köln.

DOSB/red

Zu Hause fit bleiben

In Zeiten von Corona und sozialer Distanz können viele Menschen nicht wie gewohnt ihren Sport ausüben. Dabei ist es insbesondere für Menschen mit Behinderung wichtig, in Bewegung zu bleiben. Deshalb zeigen euch einige Athlet*innen des Team Deutschland Paralympics in ihrem Home-Workout, wie einfach es ist, auch zu Hause mit unkomplizierten Übungen und der Hilfe von alltäglichen Gegenständen fit zu bleiben.

Alle Videos findet ihr hier:
<https://www.dbs-npc.de/zuhause-fit-bleiben.html>

Offener ICF-Wettbewerb für Freizeitpaddler und Leistungssportler

Der Kanu-Weltverband ICF reagiert auf die veränderten Bedingungen durch die Corona-Pandemie und die Absagen der Wettkämpfe mit einem neuen Angebot, auch auf die Vorschläge der Athleten weltweit. Neben den internationalen Wettkämpfen besteht in keinem Land die Möglichkeit zu nationalen Wettkämpfen. Noch immer können in vielen Ländern die Kanuten nicht im Verein trainieren. Seit dem 15. Mai haben Para-Kanuten die Möglichkeit, sich an einer weltweiten Online-Ergometer-Challenge über 500 m zu beteiligen. Der Wettbewerb ist offen für Freizeitpaddler und für Leistungssportler aus dem Behindertensport.

Hier sind die Teilnahme-Bedingungen: Ergometer: Hersteller ist egal - Strecke: 500 m - Teilnahmeberechtigt: Leistungssportler und Freizeitsportler mit Handicap

- Bootsklasse: Kajak oder Va´a-Klassifizierung: nicht unbedingt erforderlich – Der Athlet sollte sich jedoch ehrlich einschätzen oder bei der Referentin Klassifizierung nachfragen: ergoschlisio@web.de.
 Teilnahmenachweis: Es muss ein Video des Athleten auf dem Ergometer und ein Bild des Ergo-Displays erstellt und auf der ICF-Webseite hochgeladen werden.

Dauer der Challenge: vom 15. Mai bis voraussichtlich Ende September
 Auswertung: Jeweils vom 15. eines Monats bis zum Monatsende können die Daten hochgeladen werden, danach wird jeweils eine Rangliste erstellt und auf der ICF-Webseite veröffentlicht.

Link zur ICF für weitere Informationen und zum Hochladen der Daten: www.canoeicf.com/paracanoe-ergometer-challenge

Grundsatzpapiere zur Mikroplastik durch Sport in der Umwelt

Der DOSB hat letztes Jahr die Arbeitsgruppe „Mikroplastik durch Sport in der Umwelt“ eingerichtet, in der Fachleute aus den Sportorganisationen, den kommunalen Spitzenverbänden, dem Umwelt- und Wissenschaftsbereich sowie der Wirtschaft vertreten sind. Die Arbeitsgruppe stellt einen kontinuierlichen Informationsaustausch und Wissenstransfer zum gesellschaftlich bedeutsamen Thema der Umweltverschmutzung durch Plastik und dessen Bezügen zum Sport sicher.

Die AG hat jetzt zwei Grundsatzpapiere zur Reduzierung bzw. Vermeidung von synthetischen Füllstoffen in Kunststoff-rasensystemen erarbeitet.

Handlungsempfehlungen bei Gestaltung von neuen bzw. Betrieb

von bestehenden Kunststoff-rasensystemen mit Kunststoffgranulat als Füllstoff für Sportvereine und -verbände sowie Kommunen. Grundsätzliche Positionen sowie Empfehlungen für Fördermittelgeber und Industrie zu Kunststoff-rasensystemen.

Die „Handlungsempfehlungen“ und „Positionen“ sowie weitere aktuelle Informationen, FAQs, Downloadmöglichkeiten und Ansprechpartner im DOSB zu dieser Thematik sowie einen Überblick über die Fördersituation von Kunststoff-rasensystemen in den Bundesländern gibt es unter:

www.dosb.de/mikroplastik.

DOSB/red



Urlaub im Bayrischen Wald

Körper und Seele in Einklang mit der Natur bringen

Wo könnten Erholung und Entspannung schöner sein, als inmitten des Bayrischen Waldes?

Ob im Sommer oder im Winter, ob als Kurzurlaub oder gemeinsam mit der Familie oder Freunden.

Wer Entspannung und Erholung sucht, gerne mal die Seele baumeln lassen möchte, der ist bei uns genau richtig!



Tagen auf 980 Höhenmeter

Eine gemütliche Atmosphäre und die ruhige Lage schaffen optimale Voraussetzungen für eine entspannte Tagung.

Mit entsprechender Verpflegung wird Ihr Seminar auch für Ihre Geschmackssinne ein volles Erlebnis.



Handicap? - Na und!

Unser gesamtes Haus ist behindertengerecht ausgestattet, von den Zimmern bis hin zum barrierefreien Wellnessbereich. Alle Dampfbäder und Saunen sind befahrbar und im Badebereich erleichtert ein Lift den Zugang zum Erlebnisbecken und zum Whirlpool

Wir versprechen Ihnen einen unbeschwernten Urlaub ohne Einschränkungen!

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Informieren Sie sich auf unserer Homepage oder rufen Sie uns einfach persönlich an - Wir freuen uns auf Sie!



TAGEN - FREIZEIT - WELLNESS

Bischofsreut Hauptstraße 24
94145 Haidmühle
Tel.: 08550-96190
info@witikohof.de · www.witikohof.de



„Natur erleben im Witikohof“
5 Tage (4 Nächte)
herbstlich klare Luft im Bayrischen Wald erleben
· 4x Übernachtung mit reichhaltigem Frühstücksbüfett
· 4x Herbstliches 4-Gänge-Menü oder kalt/warmes Büfett
· Hausgemachter Cocktail zur Anreise
· ganztägige Benutzung Hallenbad und Hot-Whirlpool
· ganztägige Benutzung Saunalandschaft
· 1x individuelle Massage
· Gutschein für eine Führung im Tierfreigeleände Nationalpark
Sonderpreis: 279,-€
(Preis pro Person / Buchbar nach Verfügbarkeit / gültig bis 30.11.2020)

MOOSBURGER FUSSBALLTENNIS-TEAMS AUF ERSTEM UND DRITTEM PLATZ – DEUTSCHE MEISTERSCHAFT FÄLLT AUS

Die Corona-Krise hat auch die bayerische Fußballtennis-Szene schwer getroffen.



Der vierte und abschließende Spieltag in Gunzenhausen musste ebenso abgesagt werden wie der für April geplante Bayernpokal in Fürth. Und was gerade für die Teams des Reha- und Gesundheitssportvereins (RGSV) Moosburg besonders bitter ist: Die für 22. und 23. Mai geplante Deutsche Meisterschaft in Moosburg entfiel ebenfalls.

„Allerdings ist hier noch nicht das letzte Wort gesprochen“, sagt Martin Hofmair, 1. Vorsitzender des RGSV Moosburg. „Die Deutsche Meisterschaft fällt im Mai zwar aus. Wir haben jedoch vor, die deutschen Titelkämpfe im September nachzuholen, sofern es dann die Gesamt-Situation zulässt.“

Wir geben die Hoffnung nicht auf.“ Und falls es in diesem Jahr doch nicht klappt, werde sich der RGSV auch gerne für die „Deutsche 2021“ zur Verfügung stellen. Ein kleines Trostpflaster gibt es für die Moosburger Fußballtennisler aber trotzdem: Auch wenn die Spielzeit aufgrund der Corona-Situation abgebrochen werden musste, haben sich die Liga-Verantwortlichen darauf

verständnis, den aktuellen Tabellenstand – nach drei von vier Spieltagen – als Abschluss-Rangliste zu werten. Hofmair: „Schließlich haben alle Teams bereits dreimal gegeneinander gespielt, und die Tabelle gibt einen fairen Überblick.“ Folglich darf sich die Moosburger Zweite mit Jakob Held, Andreas Spindel, Paul Held, Marcel Dischler, Tobias Spindel und Martin Hofmair zum zweiten Mal hintereinander über den Bayernliga-Titel freuen, die Routiniers der Ersten um Michael Bauer, Erwin Weickl, Herbert Held und Tobias Grießer mussten diesmal – aufgrund von Verletzungssorgen – mit dem dritten Rang hinter dem BVS Weiden vorliebnehmen.

TG/red

Fotos: Tobias Grießer



GOLD BEI DEN NATIONALEN SPECIAL OLYMPICS WINTERSPIELEN IN BERCHTESGADEN

Mit 73 Jahren ist er der älteste Sportler der Abteilung Handicap-Integrativ vom DJK Sportbund Rosenheim - und einer der erfolgreichsten: Werner Hölzl holte bei den Special Olympics die Goldmedaille im Stockschießen. Michael Kahlhammer und Richard Huber errangen im Einzel Silber.

Im Mannschaftswettbewerb gegen Bayreuth und Bamberg errangen die drei mit Margit Hofmeier auch die Silbermedaille. Trainer Günther Fuidl und Betreuer Gerhard Haußmann waren überaus zufrieden. Auch bei den Floorballspielern gab es spannende Spiele mit sehr knappen Ergebnissen: Die U 21 Spielerinnen und Spieler kämpf-

ten sich in die 2. Leistungsgruppe mit Berlin und Glückstadt und wurden mit Silber belohnt. Im Tor hatte Mohamed Elshewy jede Menge zu tun und verhalf der Mannschaft mit Kapitän Philipp Müller zum 2. Platz.

Delegationsleitung und Headcoach Elfriede Rieger-Beyer und Betreuer Manfred Will waren überglücklich, so ein tolles Team zu haben.

ER-B/red

Foto: Elfriede Rieger-Beyer und Gerhard Haußmann



FECHTBODENLUFT SCHNUPPERN

Schnupperkurs Rollstuhlfechten

Die erste Veranstaltung dieser Reihe Ende Februar/Anfang März fand bei den 21 Teilnehmern großen Anklang. Die Sportart Rollstuhlfechten steht in Bayern – obwohl seit 1960 bei den Paralympics vertreten – erst am Anfang. Die Schnupperkurse, gefördert aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales, sollen dazu beitragen, den Sport immer bekannter und beliebter zu machen.

Die Kombination aus echter Wettkampfstimmung in der Fechthalle im Werksviertel-Mitte am Münchner Ostbahnhof und hilfreichen Erklärungen durch die Übungsleiter haben bei allen Teilnehmern einen bleibenden Eindruck hinterlassen.

Eine Fechterin war sogar aus Salzburg angereist und will beim nächsten Mal mit einigen Kindern und Jugendlichen mitmachen.

Bei den inklusiven Wettkämpfen waren Vertreter aus sieben Gast-Fechtervereinen am Start und sammelten erste Eindrücke gegen den BVS-Rollstuhlfechter Hüseyin Gasimov. Im Gegenzug konnte Hüseyin in den Gefechten viele Erfahrung gewinnen.

Jürgen Zielinski-Lick, Abteilungsleiter Fechten Inklusiv in München: „Das Konzept dieser BVS-Schnupperkurse



Fotos: Jürgen Zielinski-Lick

in Kombination mit Wettkämpfen unter realen Bedingungen bietet den idealen Rahmen zur Präsentation einer in Bayern noch nahezu unbekanntem Sportart.“

Beim Rollstuhlfechten läuft Inklusion einmal anders rum – die Rollstuhlsportler laden ein, ihren Sport aus nächster Nähe auszuprobieren.

Als erfolgreiches Ergebnis konnten 2 neue Mitglieder für den Rollstuhlfechtsport gewonnen werden.

JZL/red



WELTREKORD UND PODESTPLATZ FÜR ATHLETEN AUS MÜNCHEN

Münchner Rollstuhlfechter punkten

Bei den Deutschen Meisterschaften im Rollstuhlfechten am 7. und 8. März 2020 in Böblingen war auch ein Sportler aus Bayern am Start. Gut vorbereitet und hoch motiviert ging das Team (1 Sportler - Hüseyin Gasimov - und 2 Trainer) beim Säbelbewerb Kategorie B am Samstag an den Start. „Am Ende waren die Trainer um 5 Jahre gealtert und der Athlet Weltrekordhalter!“, kommentiert Jürgen Zielinski-Lick, Abteilungsleiter Fechten Inklusiv in München, das Ergebnis.

Mit 15 Frühstarts = rote Karte = Straftreffer – vergleichbar mit 15 Eigentoren im Fußball – war leider kein Einzug ins Halbfinale möglich. Eigentlich wollte Gasimov Boxer werden. Dann hatte er einen Unfall. Seitdem sitzt er im Rollstuhl Und hat eine neue Leidenschaft entdeckt. Zielinski-Lick: „Im Fechtsport kennen wir weltweit niemanden mit ähnlicher Motivation...“ Am Ende war es Platz 5.

Am Sonntag stand der Degenbewerb auf dem Programm, der Fokus lag nun ganz klar auf dem Timing der Startphase. Alles klappte wie geplant, und mit einer Niederlage im Halbfinale gegen den für die Paralympics qualifizierten Balwinder Cheema konnte Hüseyin seine ersten Deutschen Meisterschaften mit dem 3. Platz erfolgreich beenden.

«Im Fechtsport kennen wir weltweit niemanden mit ähnlicher Motivation»

„Der Bundestrainer der Deutschen Rollstuhlfechter hat das Talent vom BVS und Fechten-inklusive.de spontan zu einem Lehrgang mit dem paralympischen Deutschen Nationalteam eingeladen“, freut sich Zielinski-Lick. Die erste Teilnahme des erst kürzlich gegründeten inklusiven Fechtens war damit ein voller Erfolg.

Z-L/red



Fotos: Jürgen Zielinski-Lick



JUDO UND CORONA

Für die Judoka wird sich die Corona-Krise sehr wahrscheinlich länger auswirken als bei anderen Sportarten. „Zumindest müssen wir das befürchten, denn im klassischen Sinne ist die Sportart doch sehr körpernah“, sagt Judo-Trainer Alwin Brenner.



Deshalb müssen die Judoka „online“ gehen. Es gibt derzeit bereits viele Angebote im Netz, Live-Schaltungen und Trainingstipps. Für die ID-Judoka (G-Judoka), also den Judoka mit geistiger Behinderung, erstellt Alwin Brenner einmal wöchentlich ein Trainingsvideo in Echtzeit – also ein Training in echter Länge zum Mitmachen und Mitüben, fast „Live“.



Fotos: Alwin Brenner

Die Videos sind auf Youtube und können jederzeit abgerufen werden. „Nach den ersten fünf Einheiten sind immerhin schon über 1500 Abrufe erfolgt, sodass nicht nur die Münchener Judoka dieses Angebot wahrnehmen“, freut sich Brenner.



Zuerst waren die Online-Trainings gedacht für die Schüler der sonderpädagogischen Tagesstätte Augustinum und den ID-Judoka der SF Harteck. Aber in der Zwischenzeit entwickelte der Heilpädagoge und Judotrainer Alwin Brenner mit Unterstützung von Pit Franz ein Online-Trainingskonzept für „ID-Judoka und alle, die wollen“.

«Es gibt derzeit bereits viele Angebote im Netz, Live-Schaltungen und Trainingstipps.»

Nachdem im Moment noch alle besonderen Maßnahmen wie Turniere und Judo-Freizeiten der Corona-Pandemie zum Opfer fielen, sehnen sich viele wieder nach einem „echten“ Training. „Ein bisschen Geduld ist dafür aber wohl noch notwendig“, prophezeit Alwin Brenner.

AB/red

Wer sich für das spezielle Judo interessiert, kann auf Youtube unter Alwin Brenner die Videos finden.

LENA KRAMM UND MARIO KRUG WAREN DIE HERAUSRAGENDEN AKTEURE BEI DEN BAYERISCHEN TISCHTENNIS-MEISTERSCHAFTEN

Die Bayerischen Tischtennis-Einzel- und Mannschaftsmeisterschaften gingen in Mistelgau (Oberfranken) über die Bühne und wurden vom RSV Bayreuth ausgerichtet. Landesfachwart Karl-Heinz König und die 1. Vorsitzende des Bezirks Oberfranken, Heidemarie Miklis, lobten den Veranstalter für die reibungslose Abwicklung der Titelnkämpfe.

Erfolgreichster Akteur war Mario Krug vom RSV Bayreuth, der sich gleich drei Titel holte. Bei den Damen zeigte Lena Kramm (BSV München) eine super Leistung.

Sie siegte unangefochten im Damen-Einzel vor ihrer Mannschaftskameradin Alexandra Stierle.

In der Gruppe der Schwerbehinderten konnte Richard Mahler (BSV München) seinen Titel erfolgreich verteidigen. Ihm half das bessere Satzverhältnis gegen den punktgleichen Tobias Popp vom RSV Bayreuth.

Bei den Senioren Ü60 sicherte sich Gerhard Wachter (RSG Hof) den 1. Platz, gefolgt von Ekkehard Gerlicher (RSV Bayreuth).

Tischtennis auf hohem Niveau gab es im Wettbewerb der U60 (Damen und Herren). Mario Krug setzte seine Siegesserie der letzten Jahre fort und gewann das Finale gegen Tobias Schneider (BSV München).

Gemeinsame Dritte wurden Lena Kramm und Frank Zeller (RSV Bayreuth).

Im Doppel waren Mario Krug und Frank Zeller nicht zu bezwingen und verwiesen im Endspiel die Münchner Paarung Peter Fenn/Andre Hammerlindl auf Rang zwei.

Die Siegerliste

Damen:

1. Lena Kramm (BSV München)
2. Alexandra Stierle (BSV München)
3. Regina Höger (RSV Bayreuth)

Schwerbehinderte:

1. Richard Mahler (BSV München)
2. Tobias Popp (RSV Bayreuth)
3. Philipp Novak (BSV München)

Senioren Ü60:

1. Gerhard Wachter (RSG Hof)
2. Ekkehard Gerlicher (RSV Bayreuth)
3. Winfried May (RSG Hof)

Damen und Herren U60:

1. Mario Krug (RSV Bayreuth)
2. Tobias Schneider (BSV München)
3. Lena Kramm (BSV München) und Frank Zeller (RSV Bayreuth)

Doppel:

1. Krug/Zeller (RSV Bayreuth)
2. Fenn/Hammerlindl (BSV München)
3. Kramm/Novak (BSV München) und Gerlicher/Choc (RSV Bayreuth/BSV München)

Mannschaften:

1. RSV Bayreuth (Krug, Zeller, Gerlicher, Popp, Höger)
2. BSV München I (Schneider, Hammerlindl, Fenn, Huppmann)
3. BSV München II (Kramm, Stierle, Choc, Reiting, Mahler, Novak)



Fotos: Gerhard Wachter

Besonders spannend war der Mannschaftswettbewerb, aus dem der RSV Bayreuth als neuer bayerischer Meister hervorging: im entscheidenden Match errang er gegen BSV München I einen knappen 3:2-Erfolg.

GW/red

DEIN KUGA! DAS BESTE ANGEBOT

ICH
DEIN^{BIN}
AUTO

IM 12-MONATS-NEUWAGEN-ABO

- » KEINE ANZAHLUNG & SCHLUSSRATE
- » ÜBERFÜHRUNGS- & ZULASSUNGSKOSTEN
- » KFZ-VERSICHERUNG & STEUER
- » GANZJAHRESREIFEN
- » 19% MwSt.



ab mtl. **279€**

FORD KUGA TITANIUM Benziner | „4x2“ (Modell 2019)
1.5 | EcoBoost, 150 PS (110 kW)

ICH BIN DEIN AUTO - ASS Athletic Sport Sponsoring | www.ichbindeinauto.de | 0234 95128-40

20.000 km Jahresfreilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich). Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Übernahme muss bis spätestens Ende Mai 2020 erfolgen! Auslieferung erfolgt über Stuttgart. Stand: 04.05.2020.



EIN STÜCK NORMALITÄT

VdK-Sozialrechtsberatung vergibt seit 11. Mai wieder persönliche Termine

Endlich fährt das öffentliche Leben vorsichtig in Bayern wieder hoch. Dazu gehört, dass die VdK-Geschäftsstellen wieder persönliche Beratungstermine vor Ort anbieten. Der Schutz der Mitglieder und der VdK-Teams hat in den Räumlichkeiten oberste Priorität.



„Der persönliche Kontakt mit unseren Mitgliedern ist das Herzstück unserer VdK-Arbeit. Wir freuen uns sehr, dass sie unter Berücksichtigung des Gesundheitsschutzes wieder zu uns kommen können“, erklärt VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder. Obwohl seit 11. Mai alle 76 VdK-Geschäftsstellen wieder geöffnet sind, kann von „Normalbetrieb“ leider noch keine Rede sein.

Denn noch ist die Corona-Krise nicht vorbei. Deshalb ergreift der VdK Bayern auch alle Maßnahmen, um die Gesundheit der Mitglieder und des Personals während der Beratungen zu schützen.

Spontan vorbeischauen oder schnell etwas vorbeibringen – so spontan darf es beim VdK leider gerade nicht sein. Ohne telefonische Terminvereinbarung dürfen die Mitglieder nicht in die Geschäftsstellen kommen.

„Rufen Sie deshalb immer bei Ihrem VdK an, bevor Sie sich auf den Weg machen“, rät Pausder. Denn die Zahl der Menschen, die sich gleichzeitig in den VdK-Räumlichkeiten aufhalten, muss aus Gründen des Gesundheitsschutzes gering gehalten werden.

Deshalb weist der VdK Bayern ausdrücklich auf die Möglichkeit hin, sich weiterhin telefonisch oder per Mail sozialrechtlich beraten zu lassen. „Durch die Corona-Krise treten bei den Ratsuchenden noch andere sozialrechtliche Fragen auf, zum Beispiel zu den Themen Kurzarbeiter- und Arbeitslosengeld, oder es kommt zu Problemen mit Kranken- und Pflegekassen. Auch hier stehen wir natürlich mit Rat und Tat zur Seite“, erklärt Pausder.

Das vom VdK-Ehrenamt für die Mitglieder organisierte gesellige Verbandsleben mit Versammlungen, Ausflügen und Veranstaltungen kann leider immer noch nicht anlaufen. Vielerorts organisieren Ortsverbände aber telefonische Betreuungen für alleinstehende und ältere Mitglieder oder engagieren sich in Nachbarschaftshilfen, nach dem Motto:

«Abstand halten, aber herzlich bleiben.»

Das Vertrauen in den VdK Bayern ist in der aktuellen Krise sehr hoch. Gegen jeden allgemeinen Trend wächst der größte Sozialverband Bayerns sogar in diesen schwierigen Wochen. In den Monaten März und April 2020 sind 8800 neue Mitglieder beigetreten. Der VdK Bayern ist damit auf 718 000 Mitglieder angewachsen.

Dr. Bettina Schubarth

Info

Beachten Sie bitte folgende Hinweise für Ihren Besuch in Ihrer VdK-Geschäftsstelle:

Eine telefonische Terminvereinbarung ist unbedingt erforderlich.

Bitte tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.

Die allgemeinen Hygiene- und Sicherheitsstandards und Abstandsregelungen werden sorgfältig eingehalten.

ENTLASTUNG FÜR DIE ELTERN

Ein Kind mit Behinderung zu pflegen, ist eine Herausforderung – Auf welche Leistungen man Anspruch hat

Die Pflege eines schwerbehinderten Kindes bestimmt den Alltag der gesamten Familie. Oft müssen die Angehörigen ihre eigenen Bedürfnisse zurückstecken. Es gibt eine Reihe von Leistungen, die die hohe Belastung verringern sollen. Einige davon werden in diesem Artikel vorgestellt.

Bei der Feststellung des Pflegegrads wird ein Kind mit Behinderung mit gleichaltrigen Kindern ohne Behinderung verglichen. In den ersten eineinhalb Lebensjahren ist eine Einstufung schwierig. Die Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK) gehen davon aus, dass in dieser Zeit ohnehin ein hoher Pflegebedarf besteht. Entscheidend ist also die über das Normalmaß hinausgehende notwendige Hilfe bei der Ernährung, Körperpflege und Mobilität. Dabei werden pflegebedürftige Kinder bis 18 Monate immer pauschal einen Pflegegrad höher eingestuft.

Pflegegeld und mehr

Wird das Kind zu Hause gepflegt und hat mindestens Pflegegrad 2, können die Eltern zwischen Pflegegeld, Pflegesachleistung und einer Kombination aus beidem wählen. Von Pflegesachleistung ist die Rede, wenn ein ambulanter Pflegedienst ins Haus kommt und bestimmte Aufgaben, wie beispielsweise die Körperpflege, übernimmt. Pflegegeld erhalten Eltern, wenn sie das Kind selbst versorgen. Beides lässt sich miteinander kombinieren. Hinzu kommt ein monatlicher Entlastungsbetrag in Höhe von 125 Euro.

Dieser Betrag kann beispielsweise für Familienunterstützende Dienste (FUD), Familienentlastende Dienste (FED) oder Fachdienste für Offene Hilfen verwendet werden. Deren Träger sind Wohlfahrts- oder Behindertenverbände, die bei-

spielsweise Fahrdienste, Unterstützung bei der Betreuung und bei pflegerischen Tätigkeiten sowie Freizeitaktivitäten anbieten und die Eltern so entlasten. Auch Krankenkassen, Pflegekassen, Sozialhilfeträger oder die Eingliederungshilfe können einen Teil der Kosten übernehmen. Den Restbetrag muss die Familie meist selbst tragen.

Wenige Plätze für Kinder

Wird ein Elternteil krank, finanziert die Pflegekasse eine Verhinderungs- oder Kurzzeitpflege. Diese kann nicht nur im Krankheitsfall in Anspruch genommen werden, sondern auch, wenn die Eltern einen Urlaub oder eine Auszeit brauchen.

Für Kinder stehen jedoch nur wenige Pflegeplätze zur Verfügung, da sich die Mehrzahl der Pflegeeinrichtungen auf Senioren spezialisiert hat und Jugendhilfeeinrichtungen zu meist nicht auf pflegebedürftige Kinder ausgerichtet sind. In der Ferienzeit sind die begehrten Plätze leider oft schon belegt.

Alternativ kann auch eine Ersatzpflegeperson aus der Verwandtschaft, Nachbarschaft oder von einem Pflegedienst die Pflege zu Hause übernehmen. Die Pflegekasse übernimmt für Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege insgesamt 2418 Euro pro Jahr.

Der Sozialverband VdK hilft seinen Mitgliedern gerne in allen Fragen rund um die Pflege bei einer Behinderung. Fragen Sie einfach bei Ihrer Geschäftsstelle nach.

Annette Liebmann

Schwerbehinderte Kinder benötigen viel Zuwendung. Ihre Eltern haben Anspruch auf verschiedene Entlastungsleistungen. Foto: Pixabay.de/Vestita



MIT FREUDE IM EINSATZ FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Mara Höner engagiert sich seit sechs Jahren als VdK-Freizeitbegleiterin und wirbt um Nachwuchs

Im Sozialverband VdK Bayern setzen sich tausende Ehrenamtliche für die Gemeinschaft ein, wie zum Beispiel Mara Höner aus dem niederbayerischen Eggenfelden. Als VdK-Freizeitbegleiterin ist sie bei inklusiven Ferienfreizeiten und des Verbands dabei.

Wenn sie in die glücklichen Gesichter der Kinder und Jugendlichen blickt, weiß Mara Höner, warum sie sich als VdK-Freizeitbegleiterin engagiert. Seit sechs Jahren ist die 23-Jährige ehrenamtlich auf inklusiven Ferienfreizeiten des VdK Bayern tätig und möchte dies noch so lange wie möglich tun.

„Meine Aufgabe beim VdK bedeutet mir sehr viel“, sagt die Studentin aus Niederbayern.

„Ich weiß, dass mich die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mit Behinderung stark beeinflusst hat und mich dorthin geführt hat, wo ich jetzt stehe.“

Ihr Vater, der damals selbst ehrenamtlich im VdK-Kreisverband tätig war, hatte Mara Höner

«Meine Aufgabe beim VdK bedeutet mir sehr viel.»

mit neun Jahren zu einer Skifreizeit des Sozialverbands angemeldet. Sie war von Anfang an begeistert, und so folgten noch viele inklusive VdK-Ferienfreizeiten, an denen sie teilnahm.

Als sie mit 17 an die Altersgrenze kam, meldete sie sich als Freizeitbegleiterin. Mara Höner absolvierte ein kostenloses Vorbereitungsseminar. „In diesen zwei Tagen lernte ich nicht nur den fachgerechten Umgang mit Rollstühlen, sondern auch, wie es ist, jemand anderem die Zähne zu putzen.“

Bei den Seminaren „wird viel ausprobiert, und jeder erfährt, wie es ist zu pflegen und wie es sich anfühlt, gepflegt zu werden“. Außerdem können die neuen die erfahreneren Freizeitbegleiterinnen und -begleiter mit Fragen löchern, sodass jeder gut vorbereitet ist, um in die Freizeiten zu starten.

Die Wochen im Sommer machen ihr immer wieder große

Freude. An den Abenden erlebe sie besonders schöne Momente, wenn die Kinder und Jugendlichen total müde von den aufregenden Ereignissen des Tages schwärmen, zum Beispiel einer Achterbahnfahrt, einem tollen Schlag beim Minigolf oder einem lustigen Tiergeräusch im Zoo.

Gerne erinnert sie sich an spontane Wasserschlachten im Garten, bei denen jeder nass wird, auch die Freizeitbegleiter.

„Diese Momente des puren Glücks bleiben ganz besonders in Erinnerung und zaubern mir jedes Mal, wenn ich daran zurückdenke, ein breites Lächeln ins Gesicht.“

Und wenn die Eltern zum Abholen kommen, erzählen die Mädchen und Jungen mit leuchtenden Augen von den erlebten Abenteuern und neu geschlossenen Freundschaften.

Sie selbst habe beim VdK „wunderbare Freunde“ gefunden. Dass sie Sonderpädagogik studiert, hängt natürlich auch mit ihren guten Erfahrungen in diesem Ehrenamt zusammen. Deswegen kann sie anderen jungen Menschen nur empfehlen, sich als VdK-Freizeitbegleiter zu engagieren. „Die Freu-

«Diese Momente des puren Glücks bleiben ganz besonders in Erinnerung.»

de, die man schenkt, kommt tausendfach zurück, und jede Freizeit hat mein Leben um so vieles bereichert.“

Sebastian Heise



VdK-Freizeitbegleiterin Mara Höner mit einer Teilnehmerin beim Puzzeln. Foto: VdK Bayern

VdK FORDERT: MENSCHEN MIT BEHINDERUNG IN DER KRISE NICHT VERGESSEN

Anlässlich des Europäischen Protesttags zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung am 5. Mai 2020 hat der Sozialverband VdK Bayern dazu aufgerufen, Menschen mit Behinderung in der Corona-Krise nicht zu vergessen. „Wir laufen Gefahr, dass die Errungenschaften der Inklusion aus den vergangenen 20 Jahren über Bord gehen“, warnt VdK-Landesvorsitzende Ulrike Mascher.

„Momentan sind Menschen mit Behinderung quasi unsichtbar. Weil sie häufig zu den Risikogruppen zählen, sind sie in häuslicher Quarantäne, können oftmals ihrer Arbeit nicht mehr nachgehen oder sind hier in Bayern, wenn sie in einer Einrichtung leben, von restriktiven Besuchs- und Ausgangsverboten betroffen“, kritisiert Mascher.

Sie sieht darin „einen klaren Verstoß gegen Grundrechte“, wenn Menschen jetzt bereits wochenlang und auf unabsehbare Zeit gezwungen bleiben sollten, in totaler Isolation zu leben.

„Die Gesellschaft ist gefordert, diese Menschen zu unterstützen und ihnen trotz der Einschränkungen Teilhabe zu ermöglichen“, sagt Mascher.

Der VdK Bayern fordert eine Lockerung der bayerischen Besuchs- und Ausgangsverbote in Behinderteneinrichtungen. „Mit relativ einfachen Maßnahmen wie Schutzkleidung und Masken wäre es schnell möglich, bestimmte Zeitfenster für Besuche und Spaziergänge zu schaffen“, erklärt Mascher. Sie kritisiert auch, dass Förderschulen in den bisher bekannt gewordenen Plänen zur Wiederaufnahme des Schulbetriebs keine hohe Priorität haben.

„Die Bildungskluft von Kindern mit und ohne Behinderung wird sich dadurch weiter vertiefen. Auf die Zukunft gesehen, verlieren Kinder mit Behinderung damit Chancen auf einen gleichberechtigten Start ins Berufsleben“, sagt Mascher.

Mascher weist auf weitere Einschränkungen hin, die aktuell Menschen mit

Behinderung und ihre Angehörigen betreffen: Durch die Schließung von Werkstätten fällt der ohnehin kleine Lohn der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter teilweise noch bescheidener aus. Häufig ziehen die Bewohner wieder zu ihren Eltern, die durch die notwendige Pflege ihre eigene Arbeit ruhen lassen müssen. Alternativen gibt es kaum: In Einrichtungen gilt der Aufnahmestopp, Pflegepersonal steht nicht zur Verfügung. Auch für Kinder mit Behinderung ist die Situation nicht einfach: Förderstätten, heilpädagogische Tagesstätten und Förderschulen waren oder sind geschlossen, eine Notbetreuung ist oft nicht möglich.

Neben der fehlenden therapeutischen und medizinischen Unterstützung fehlen den Kindern der Kontakt zu ihren Freunden und die Tagesstruktur. „Wir dürfen Eltern von Kindern mit Behinderung nicht alleine lassen. Sie müssen bevorzugt bei der Kinderbetreuung entlastet werden und brauchen auch finanzielle Unterstützung“, fordert Mascher.

EISs TIGERS HOLEN 5. EISs SIEGEL FÜR DEN RGSV MOOSBURG



Die EISs Tigers im RGSV Moosburg haben nun schon 5 EISs Siegel gesammelt! Denn inzwischen können hier in fünf unterschiedlichen Gruppen Kinder von 1 bis 15 Jahren ohne Barrieren gemeinsam Sport treiben.

Durch unterschiedliche Sport- und Spielformen können die Kinder verschiedene Bewegungserfahrungen sammeln. Die neue inklusive Sportgruppe hatte extra zur Siegelübergabe einen kleinen Tanz einstudiert.

Mit bei der Siegelübergabe waren Moosburgs Bürgermeisterin Anita Meinelt, Moosburgs Sportreferent und zweiter Vorsitzender des RGSV Moosburg Georg Hadersdorfer, Übungsleiter der EISs Tigers und Vorsitzender des RGSV Moosburg, Martin Hofmair und weitere Übungsleiterinnen der anderen vier EISs Gruppen, sowie Annika Steiner, BVS Bayern Referentin für Inklusionssport und EISs.

Die Erlebte Inklusive Sportschule (EISs) unterstützt Sportvereine dabei, Sportgruppen für Kinder mit und ohne

Behinderung anzubieten. Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung. Die Qualität wird durch speziell ausgebildete Übungsleiter gesichert. Das Projekt wird im ersten Jahr durch das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales, ab dem zweiten Jahr durch das Bayerische Staatsministerium des Inneren, für Sport und Integration unterstützt.

AS/red



TOLLE SPENDENAKTION FÜR UNSER BVS BAYERN PROJEKT EISS AUF RÄDERN

In 50 Tagen um Bayern – Erstumrundung der Landesgrenze mit eigener Muskelkraft

Ute Jansen und Markus Frommlet wollen ab Ende Juli des Jahres als Erste in 50 Tagen den Freistaat Bayern direkt entlang der Landesgrenze als Outdoorunternehmung mit reiner Muskelkraft und mehr als 15 verschiedenen Fortbewegungsmitteln umrunden.

Schon im Jahr 2016 gelang den beiden die erste Grenzumrundung Baden-Württembergs in 22 Tagen mit reiner Muskelkraft und 16 verschiedenen Fortbewegungsmitteln, ein Ereignis, das in der Öffentlichkeit viel Beachtung fand.

Dieses einzigartige Abenteuer hat sie inspiriert, in diesem Sommer zu versuchen, den Nachbarstaat und „großen Bruder“ von Baden-Württemberg, den Freistaat Bayern, in gerade einmal 50 Tagen direkt entlang der Staatsgrenze zu umrunden.

Die Unternehmung stellt eine enorme ausdauersportliche Herausforderung dar. Sie umfasst eine Strecke von mehr als 2600 km und weit über 50000 Höhenmeter durch teils unwegsames und steiles Gelände, weiter als von München bis Moskau und schwieriger als das Streckenprofil der Tour de France – ein wahrhaft gigantisches Vorhaben!

Die beiden Ausdauersportler werden dabei versuchen, möglichst viele, muskelbetriebene Fortbewegungsmittel zu verwenden, vom Mountainbike, Rennrad, Tandem über Inlineskates, Nordic Cross Skates, Longboards bis hin zu Kajak, Tretboot und Cityroller. Ganz im Stil einer Outdoor Unternehmung reisen die beiden mit Zelt, Isomatte und eigener Kochausrüstung.

«Die Unternehmung stellt eine enorme ausdauersportliche Herausforderung dar.»

Die ehrgeizige Expedition in der Heimat soll aufzeigen, dass es auch hier in Deutschland möglich ist, noch niemals zuvor unternommene Abenteuer zu erleben.

Hauptziel der Unternehmung ist jedoch der wohltätige Zweck!

Die Spendenaktion soll behinderten Kindern helfen, mit nicht-behinderten Kindern Sport treiben zu können, denn häufig fehlen die finanziellen Mittel für unterstützende Maßnahmen, wie beispielsweise spezielle Sportprothesen oder Sportrollstühle.

Dabei besteht eine enge Kooperation mit dem Spendenprojekt „EISs auf Rädern“ des BVS Bayern und der Profirad-sportlerin und Paralympics Medaillengewinnerin Denise Schindler.

Die zwei Bayern-Umrunder hoffen, für ihre Unternehmung ausreichende mediale Unterstützung zu finden, die es der Allgemeinheit ermöglicht, das Projekt hautnah und aktiv mitzuerleben.

Übrigens: Alle, die diese einzigartige und abenteuerlustige Idee unterstützen möchten, ob Privatperson oder Unternehmen, können mithelfen, behinderten Kindern das Sporttreiben zusammen mit Nichtbehinderten zu ermöglichen - indem sie dafür spenden. Es gibt aber auch die Möglichkeit, die beiden auf ihrer Tour ein Stück weit zu begleiten.

Wenn Sie das machen wollen, setzen Sie sich einfach mit Ihrem BVS Bayern Bezirk in Verbindung – oder fragen Sie nach bei Annika Steiner:

inklusion@bvs-bayern.com

EISs (ERLEBTE INKLUSIVE SPORTSCHULE) AUF RÄDERN

EISs auf Rädern wurde 2013 ins Leben gerufen und unterstützt lokale Vereine und Sportgruppen bei der Umsetzung von Sportangeboten, in denen Kinder mit und ohne Handicap gemeinsam Sport treiben.

EISs auf Rädern geht über die Förderung der Ministerien hinaus und unterstützt die Vereine und einzelne Kinder der EISs Gruppen z.B. bei der Anschaffung von angepassten Prothesen oder Rollstühlen.

Para Athletin Denis Schindler hat das Projekt in Lebens gerufen und unterstützt es bis heute aktiv.

«EISs auf Rädern geht über die Förderung der Ministerien hinaus»

Mit EISs können Kinder und Jugendliche in wohnortnahen Sportvereinen gemeinsam mit Altersgenossen Sport treiben.

Sie bieten in Ihrem Verein ein inklusives Kinder- und Jugendsportangebot an und benötigen hierbei (finanzielle) Unterstützung? Dann melden Sie sich bei uns: eiss@bvs-bayern.com.

Wir unterstützen sowohl einzelne Sportler*innen als auch Gruppen!

Weitere Informationen unter www.rund-um-bayern.de

JUNA LÄSST SICH VON IHREM HANDICAP NICHT EINSCHRÄNKEN

Juna ist eine absolute Sportskanone. Sie liebt Wasser und alles, was sich schnell bewegt. Vielleicht fährt die Sechsjährige deshalb auch so gerne Rollerblades und Schlittschuhe. Dass Juna zwei Hilfsmittel an ihren Beinen trägt, fällt vielen auf den ersten Blick gar nicht auf.

Juna kam mit einer Fibulaaplasie beidseits, also ohne Wadenbeine, auf die Welt. Dabei handelt es sich um eine angeborene Fehlbildung, deren Ursache bis heute unbekannt ist. Junas Beine sind von Anfang an viel kürzer als bei einem gesunden Kind. Außerdem fehlen ihr einige Zehen. Das alles macht es ihr schwer auf beiden Beinen zu stehen oder länger zu gehen.

Mit vier Jahren entscheiden sich Junas Eltern, dass es besser für sie ist, wenn sie am rechten Unterschenkel amputiert wird. Seit der Amputation ist Juna um einiges mobiler. Sie kann nun ihr rechtes Bein viel besser belasten und auch leichter in ihre Prothese schlüpfen. Am linken Bein trägt Juna nach wie vor eine Orthoprothese. Das ist quasi eine Mischung aus Prothese und Orthese. Eine Orthoprothese gleicht das Längendefizit am fehlgebildeten Bein aus (Prothesenteil) und stützt es gleichzeitig (Orthesenteil).

Juna hat im Alltag keine Probleme mit ihrer körperlichen Behinderung. Sie ist ein selbstbewusstes, fröhliches Mädchen, das sich durch nichts einschränken lässt. In ihrer Freizeit lernt sie jede Woche in der Kinderfeuerwehr, wie man im Brandfall richtig reagiert. Außerdem liebt sie es mit ihren Freunden zu toben und Fahrrad oder Roller zu fahren. Natürlich merkt sie manchmal, dass sie ein bisschen schneller aus der Puste ist als die anderen Kinder, aber damit kommt

Hier könnt ihr sehen, wie andere Kinder mit ihrer Orthoprothese gehen können:
www.pohlig.net/orthoprothese-dysmelie



Wenn man Juna fragt, wie sie ihre Prothese und ihre Orthoprothese findet – wobei 1 „super“ bedeutet und 10 „schlecht“ – dann ruft sie, wie aus der Pistole geschossen: „Eins!“

Weil Juna in den Ferien mit ihrer Familie oft ans Meer fährt, hat sie zusätzlich zwei Badeprothesen im Gepäck. Schließlich will sie mit ihrem Bruder nicht nur Sandburgen bauen, sondern auch ins Wasser springen. Mit ihrer normalen Prothese funktioniert das nicht. In der Badeprothese dagegen befinden sich kleine Löcher, damit das Wasser ablaufen kann.

Bald kommt Juna in die Schule. Sie freut sich schon sehr darauf neue Kinder kennenzulernen und im Pausenhof mit ihnen zu spielen. Jeder Mensch ist einzigartig, findet sie. Und das ist auch gut so.



Die Corona-Krise und ihre Auswirkungen brachten nicht nur den Vereinssport zum Stillstand.

Die Para Sportler*innen in den Landesleistungszentren des BVS Bayern konnten plötzlich nicht mehr trainieren. Breitensportler*innen wichen auf Straßen und Parks aus, joggen und fuhren Fahrrad.

Und was machten unsere Leistungssportler*innen? Die BVS Bayern Landestrainer Para Radsport, Para Schwimmen und Rollstuhlbasketball berichten über ihren Sport in der Corona-Zeit.

FRÜHJAHRSTRAININGSLAGER DER PARA RADSPORTLER

Die bayerische Para Radsport Mannschaft war zur Vorbereitung der Saison 2020 vom 8.-22. Februar im Trainingslager auf Gran Canaria.

Neben den langen abgestuften Ausdauer-Einheiten nahmen unsere Sportler auch am EPIC Gran Canaria UCI-Granfondo Rennen teil. Auf 2 Etappen waren insgesamt 200 km und 3 Bergwertungen mit insgesamt 3000 Höhenmetern zu fahren - eine ziemlich anspruchsvolle Angelegenheit, aber eine willkommene Herausforderung im Training.

Erich Winkler sagte rückblickend: „Der erste Leistungslehrgang mit dem BVS-Bayern auf Gran Canaria hätte nicht besser, aber kaum auch anspruchsvoller sein können! Teilnahme beim Gran Fondo Epic GC, über den Pico de las Nieves gefahren, und im berühmten „Tal der Tränen“ war man denen sehr nah.“ Einer erfolgreichen Saison und spannenden Paralympics stand nichts im Wege! Doch dann kam alles erst einmal anders....

Auch die Ambitionen des Renntandems für die Saison 2020 waren groß, am Ende sollte mindestens eine erfolgreiche WM und vielleicht sogar die Paralympics-Teilnahme in Tokio stehen. Aber die Corona-Krise machte auch diesem Team wie allen anderen mit Olympia-Träumen einen großen Strich durch die Rechnung. Alle Rennen der ersten Saisonhälfte im Para Radsport wurden abgesagt oder verschoben.



Fotos: Michael Teuber

Para Tandempilot hilft während Corona-Pandemie in Klinikum aus

Tandempilot Dr. Peter Renner haderte nicht lange mit der Situation und stellte seine Kräfte anderweitig zur Verfügung. Er zeigte in der Krise Haltung und übernahm Verantwortung - für Covid-19 Patienten!

Er pausierte bei seinem regulären Arbeitgeber iQ-Move in Erlangen und

heuerte im Klinikum Nürnberg während der Hochphase der Corona-Pandemie als Arzt auf der Intensivstation fulltime im Schichtbetrieb an. Landestrainer Michael Teuber: „Wir freuen uns auf Peter, wenn er nach durchgestandener Epidemie wieder mit unserem sehbehinderten Tim Kleinwächter in die Pedale tritt.“

«Der erste Leistungslehrgang mit dem BVS-Bayern auf Gran Canaria hätte nicht besser, aber kaum auch anspruchsvoller sein können!»

Neustart des gemeinsamen Radtrainings

Endlich sind bei unseren Para Radsportlern wieder erste gemeinsame Trainingsmaßnahmen möglich, nachdem das zweite Frühjahrstrainingslager wegen der Corona-Pandemie ersatzlos ausfiel und gemeinsame Fahrten bislang verboten waren. Weltmeister Steffen Warias traf Landestrainer Michael Teuber für eine gemeinsame Trainingsfahrt vor den Toren Münchens.

Die beiden Paralympicssieger präsentierten sich in sehr guter Form und schafften 107 Kilometer in nur 3:25 Stunden, waren also mit einem 31er Schnitt unterwegs. Rad-Rennen können auf absehbare Zeit keine gefahren werden, die ersten Renntermine sind derzeit in der Hoffnung auf das Ende der Corona-Pandemie auf Oktober 2020 terminiert.

Steffen Warias: „Ich habe mich konsequent fit gehalten und kann jederzeit wieder in den Rennbetrieb einsteigen. Mein großes Ziel bleiben die Paralympics in Tokio, und ich bin mir sicher, dass ich auch nächstes Jahr wieder eine Top Form aufbauen kann.“

MT/red



ROLLSTUHLBASKETBALL IN ZEITEN VON CORONA



„Im März sahen wir uns plötzlich zum Schutz aller Spieler*innen vor der bevorstehenden Corona-Pandemie gezwungen, sämtliche Aktivitäten unbefristet auf Eis zu legen.

stuhlbasketball schnell an die nun geltenden Spielregeln zu adaptieren, und aus der „Not“ wurde eine „Tugend“. So versorgte das Trainerteam alle Spieler*innen wöchentlich mit neuen Trainings- und Übungsmaterialien.

Neben dem kognitiven Training standen hier vor allem die Mobilisation, Kräftigung und Dehnung der sportartspezifisch besonders belasteten Körperpartien im Vordergrund. Eine besondere Herausforderung war es, das Training auf die heimischen Gegebenheiten der Athleten*innen anzupassen und abzustimmen.

Gillsch: „Seit es sukzessive zu Lockerungen der geltenden Regelungen rund um das Corona-Virus kommt, arbeiten wir mit Hochdruck Lösungen, die eine für alle möglichst sichere und dennoch schnelle Rückkehr zum organisierten Sport ermöglichen.“

der geltenden Vorschriften und Hygienesrichtlinien in München wieder mit dem Trainingsbetrieb. Unter Anleitung von Assistentztrainerin Birgit Meitner konnten sich die Trainingsteilnehmer*innen allmählich wieder mit dem Sportgerät vertraut machen.

Darüber hinaus standen die fundamentalen Basics des Rollstuhlbasketball auf dem Trainingsplan. So wurde bei den stets individuell durchgeführten Übungen speziell auf die Rollstuhltechnik, den Wurf und auch das Dribbling geachtet. Am Ende der Trainingseinheit war allen Anwesenden neben der Erschöpfung vor allem die Freude darüber anzusehen, nach solch ungewöhnlich langer Zeit endlich wieder „gemeinsam“ in der Halle trainieren zu dürfen.

„Wir freuen uns extrem darüber, unseren Spielern*innen nun endlich wieder ein kleines bisschen Alltag zurückgeben zu können“, sagt Landestrainer Sebastian Gillsch nach dem erfolgreichen Trainingsauftakt.

„Neben den wöchentlichen Trainingszeiten in München sind wir simultan dabei, ein solches Konzept auch in Nürnberg zu etablieren. Auch hier befinden wir uns mit den Planungen bereits auf der Zielgeraden, sodass einer zeitnahen Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs förmlich nichts mehr im Wege steht.“



Die letzten Wochen und Monate waren, aus sportlicher Sicht, sehr ernüchternd für uns“, sagt Landestrainer Sebastian Gillsch.

„Nachdem wir Ende Februar den erweiterten Landeskader für das Jahr 2020 benannt hatten, war die Vorfreude auf die bevorstehenden Lehrgangswochenenden bei allen Beteiligten riesig.“

Als dann auch noch wie erwartet die beiden Saisonhöhepunkte, die Deutsche Meisterschaft der Junioren und die Deutsche Meisterschaft der Damen, kurz hintereinander abgesagt wurden, traf uns das alle dennoch ziemlich hart.“ Trotz der Ernüchterung begann man sich im Landesleistungszentrum Roll-

Der Ball rollt wieder...

Die Durststrecke hat ein Ende. Viel zu lange ist es her, dass es wir den Sportrollstuhl über den Hallenboden treiben und auf Korbjagd gehen konnten!

Am Freitag, 22.05.2020 war es endlich soweit. Im Rahmen von organisierten Kleingruppen-/Individualtrainings startete eine kleine Auswahl an Spielern*innen unter strenger Einhaltung

An dieser Stelle möchte ich mich stellvertretend für die gesamte Abteilung bei den verantwortlichen Sportämtern, aber auch bei unseren Sportkoordinatoren in der Geschäftsstelle des BVS Bayern bedanken. Ohne das schnelle und teils unbürokratische Dazutun aller Beteiligten wäre eine solch schnelle Rückkehr in die Halle nicht ohne weiteres möglich gewesen!“

SG/red

Fotos: BVS Bayern



SCHWIMMEN UND CORONABESCHRÄNKUNGEN – EINE SCHWIERIGE ZEIT FÜR DIE PARA SCHWIMMER*INNEN DES BVS

Anfang März noch fand der vorerst letzte Leistungs- und Sichtungslerngang des Frühjahres in Nürnberg statt. Nur eine Woche später waren alle Schwimmhallen geschlossen, Trainingsstätten standen nicht mehr zu Verfügung. Nun galt es, Wege zu finden, die bevorstehenden Wochen dennoch zu nutzen.

Etliche Schwimmer*innen nutzten auch das Angebot, gemeinsam über Videochat mit Sicherheitsabstand zu trainieren, um der Isolation zumindest für diesen Zeitraum zu entkommen.

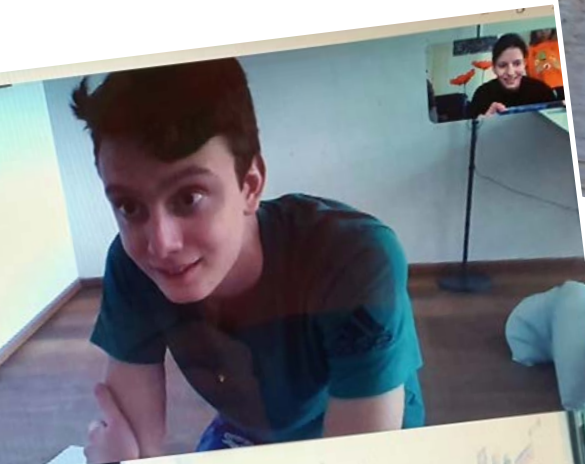
Auch die Option im Freiwasser (Seen), zu trainieren, haben einzelne Schwimmer*innen genutzt – mit Neoprenanzug und unter Aufsicht.



Der Landesstützpunkt kommunizierte vorwiegend über die elektronischen Medien und per Telefon, stellte mehrfach Trainingspläne für Athletikübungen (=„Trockentraining“) bereit und erhielt Rückmeldungen mit Fotos und Videosequenzen der Athlet*innen aus dem „Daheimtraining.“



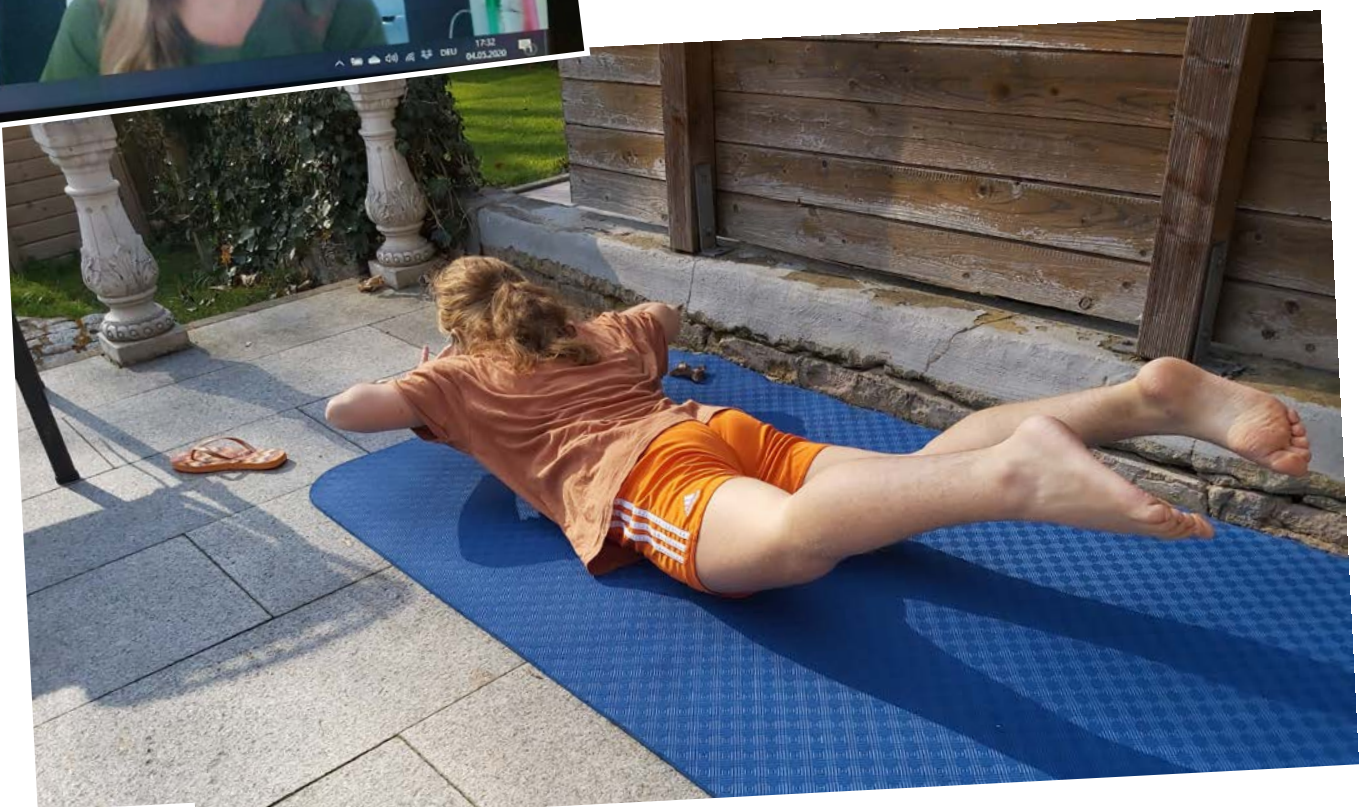
Landestrainer Christian Balaun: „Die Verschiebung oder Absage der Saisonhöhepunkte war ein gravierender Einschnitt, eröffnete aber gleichzeitig die Perspektive einer soliden Vorbereitung, da die Trainingsausfälle über mehrere Wochen nicht spurlos vorübergehen.“



Bis Mitte Mai war an ein Wassertraining nicht zu denken. Erst dann griffen die Regelungen für Landes- und Bundeskaderathlet*innen, unter Einhaltung besonderer Hygieneauflagen in Kleinstgruppen (4 Aktive + ein Trainer) und mit doppelter Wasserfläche (Einbahnverkehr auf zwei Bahnen) ins Trainingsbecken zurückzukehren.“

Die Entscheidung zur Badnutzung obliegt jedoch den kommunalen Behörden. Bis ein geregelter Trainingsbetrieb in den Vereinen und am LLZ Nürnberg wieder aufgenommen werden kann, müssen die Para Schwimmer*innen des BVS mit den vorhandenen Möglichkeiten arbeiten.

CB/red



Fotos: BVS Bayern

BILDGEBENDE DIAGNOSTIK IN DER SPORTMEDIZIN

BVS Bayern Landessportarzt Dr. Klaus Pfaffenberger ist im Hauptberuf Radiologe (Facharzt für Diagnostische Radiologie und Facharzt für Strahlentherapie).

Im folgenden Artikel unserer Rubrik Medizin-News gibt er eine kurze Übersicht über den Einsatz von bildgebender Diagnostik in der Sportmedizin, die ja gerade dort eine große Rolle spielt und inzwischen sehr komplex geworden ist.

Um den Rahmen nicht zu sprengen, wird er dabei aber nicht auf die Tumor- und Entzündungsdiagnostik eingehen, wengleich solche Diagnosen natürlich auch in unserem Sport eine Rolle spielen.

„Als Prof. Wilhelm Conrad Röntgen im Jahr 1895 die im deutschen Sprachraum nach ihm benannten Strahlen entdeckt hatte und dafür 1901 den Nobelpreis erhielt, hatte man erstmals die Möglichkeit, diagnostische Informationen aus dem Inneren des menschlichen Körpers zu gewinnen, ohne ihn zu öffnen.

Röntgenstrahlen (eine Art von elektromagnetischer Strahlung) haben die Fähigkeit, Materie zu durchdringen. Im menschlichen Körper werden sie am stärksten vom Kochen absorbiert. Sie sind deshalb zunächst am besten geeignet, um direkt den Knochen zu beurteilen.

Diese ursprüngliche (auch Projektionsradiographie) genannte Röntgendiagnostik hat den Nachteil, dass sie zweidimensional ist, wodurch es immer vorkommen kann, dass wichtige Strukturen durch Überlagerung dem Nachweis entgehen können. Strukturen, die von dichtem Knochen komplett umgeben sind, etwa das Gehirn, können aus diesem Grund projektionsradiographisch gar nicht dargestellt werden.

Um dieser Problematik zu entgehen, wurde mit der Computertomographie (kurz CT) eine dreidimensionale Röntgendiagnostik entwickelt, die etwa



Foto: 12019 Pixabay

seit Mitte der 1970er Jahre routinemäßig eingesetzt wird, wenn auch damals noch in sehr primitiver Form, mit sehr langem Zeitaufwand und mäßiger Bildqualität.

Die Methode wurde in den Folgejahren rasch perfektioniert bis hin zur heute gebräuchlichen Multislice-Spiral-CT. Bei dieser Methode fährt der Untersuchungstisch durch eine ringförmige Öffnung, in der die Röntgenröhre rotiert und so in mehreren Schichten einen spiraligen dreidimensionalen Datensatz erzeugt, aus dem man später in jeder gewünschten Schnittrichtung Scharen von Bildern herausrechnen kann.

«Man kann mit ihnen in wenigen Sekunden den ganzen Körper quasi von der Locke bis zur Socke scannen.»

Moderne derartige Geräte sind sehr komfortabel und schnell und daher auch für wenig kooperative Patienten geeignet. Man kann mit ihnen in wenigen Sekunden den ganzen Körper quasi von der Locke bis zur Socke scannen.

Leider ist bis heute noch viel zu wenig bekannt ist, dass in den letzten Jahren/

Jahrzehnten das Hauptaugenmerk der Entwicklung auf die Strahlenhygiene gelegt wurde, so dass moderne Computertomographen mit sehr geringer Strahlenbelastung (Stichwort: low dose Technik, iterative Dosisreduktion) auskommen. Zu Unrecht ist bei manchen Patenten und leider auch noch bei manchen Zuweisen die Computertomographie immer noch als „Strahlenschleuder“ verrufen.

Auf keinen Fall sollte man den Fehler machen, aus falscher Strahlenangst an Stelle einer notwendigen Computertomographie die wesentlich weniger aussagekräftige Projektionsradiographie einzusetzen und so gravierende Fehldiagnosen zu riskieren.

Komplett ohne Röntgenstrahlenbelastung kommt die Kernspintomographie aus, die sich etwa seit Mitte der 1980er Jahre etablierte. Bei dieser Methode wird der Körper in ein starkes Magnetfeld (Feldstärke meist 1,5 Tesla, in letzter Zeit auch zunehmend 3 Tesla) eingebracht.



Seine Moleküle, insbesondere die Protonen, die selbst kleine Magnete darstellen, werden zunächst durch das Magnetfeld ausgerichtet, dann von einem Hochfrequenzimpuls abgelenkt, um sich dann hiervon wieder zu erholen (relaxieren).

Diese Relaxationszeit ist von der Gewebeschaffenheit abhängig und kann in Schnittbilder übersetzt werden, die man unterschiedlich gewichten und so differenzierte Aussagen über die Gewebeszusammensetzung erhalten kann.

Im Gegensatz zur Röntgendiagnostik ist die kalkhaltige Knochenmatrix für die Kernspintomographie signallos. Sie eignet sich deshalb hervorragend (komplementär zu CT) zur Darstellung von Strukturen, die von dichtem Knochen umgeben sind, insbesondere das menschliche Gehirn.

Deshalb hat sich die Kernspintomographie auch zunächst für die Neuroradiologie etabliert. In den 1990er Jahren etablierte sich schließlich die kernspintomographische Gelenkdiagnostik zur Diagnostik von röntgenologisch nicht darstellbaren Weichteilstrukturen wie Bänder, Menisci, Knorpel etc.

Damit ist sie heute insbesondere in der Sportmedizin das wohl wichtigste diagnostische Verfahren. Rein diagnostische Gelenkspiegelungen (Arthroskopien) sind deshalb heute kaum noch notwendig.

Der Nachteil der Kernspintomographie gegenüber der Computertomographie ist, dass sie länger dauert, mehr Patientenkooperation erfordert und dass man immer nur ein begrenztes Untersuchungsvolumen ohne Qualitätsverlust in einem Untersuchungsgang abbilden kann. Höchste Vorsicht, mindestens eine strenge Überwachung ist bei Patienten mit Herzschrittmacher oder anderen medizinischen Fremdkörpern (z. B. Cochleaimplantate im Ohr) geboten.

«Sie eignet sich deshalb hervorragend zur Darstellung von Strukturen, die von dichtem Knochen umgeben sind, insbesondere das menschliche Gehirn.»

Nicht unerwähnt bleiben soll die Ultraschalldiagnostik: Diese Methode ist kostengünstig und gut verfügbar. Auch sie hat ihren Schwerpunkt in der Weichteildiagnostik, wenn auch nicht in der gleichen Präzision wie die Kernspintomographie. Besonders gut ist sie zum Nachweis von Steinen (Niere, Gallen etc.) geeignet.

KP/red

FREUDE UND SPASS BEI DER AQUA-FITNESS

Dass Übungseinheiten in der Wassergymnastik auch Spaß machen, zeigten Mitglieder der Vital- und Rehasportgruppe des TSV Bad Reichenhall in der Klinik Hochstausen. Unter Anleitung des rheinländischen Übungsleiters Winfried Franzen und bei fetziger Musik wurden die Übungen, unterbrochen durch Polonaise und Tanz im Wasser, zur Freude aller absolviert. So verging die Übungseinheit für die Teilnehmer wie im Flug.

JF/red

Die Einheit fand vor den Ausgangsbeschränkungen aufgrund der Corona-Pandemie statt (Anm. d. Red.)

Foto: Johann Fernsebner



OBERBAYERN

Nachruf auf Werner Kothe (30.3.1946 - 9.5.2020)

Die Rollstuhltanzfamilie des USC München trauert um ihren Rolltänzer der ersten Stunde. Werner Kothe ist nach einer langen Leidenszeit und vielen Klinikaufenthalten verstorben.



Dr. Gertrude Krombholz hatte 1973 die Idee, Tanzen für Rollstuhlfahrer zu entwickeln, und holte dazu die sportlichen Männer und Frauen der Münchner Rollstuhlbasketballer.

Es war die große Zeit des Rock'n'Rolls, und besonders Werner, der vor seinem Unfall in einer Band spielte, war mit großer Begeisterung dabei und half mit, die ersten Tanzfiguren zu entwickeln. Die schnellen Bewegungen zur fetzigen Musik mit jungen Sportstudentinnen gefielen den Basketballern sehr gut. Werner gehörte zu den ersten Rolli-Tänzern, die schon 1975 bei der World-Gymnaestrada in Berlin dabei waren. Das Weltturnfest wird alle 4 Jahre ausgetragen.



Sein erstes Tanzturnier in den Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen mit Karin Bögle war 1980 bei den II. Paralympics in Oslo. Später glänzte er als Sieger bei den ersten beiden Deutschen Rollstuhlfahrer-Rock'n'Roll Turnieren 1983 und 1984.

Bei unzähligen Tanzauftritten im In- und Ausland mit den Münchner Formationen war er strahlend präsent.

Wir werden Werner immer in guter Erinnerung behalten.

Margit Quell - Abteilungsleiterin Rollstuhltanzsport im USC München



Nachruf auf Gertraud Schachtner

Der Bezirk Oberbayern trauert um seine langjährige Bezirksschatzmeisterin Gertraud Schachtner. Sie ist nach schwerer Krankheit am 24.05.2020 verstorben.

Aufgrund ihres Berufs als Angestellte in der Finanzverwaltung ihrer Heimatgemeinde Neufinsing, aber auch „vorbelastet“ als erfahrene Schatzmeisterin des VSV Erding, war sie bestens prädestiniert für die Übernahme eines Amtes im Bezirksvorstand.

So wurde sie denn auch beim Bezirkstag am 26.03.1988 in Rosenheim einstimmig als Nachfolgerin von Achim Steingen zur Bezirksschatzmeisterin gewählt. Sie sollte dieses verantwortungsvolle Amt volle 20 Jahre bis zum



Bezirkstag 2008 ausüben. Und es galt ja nicht nur eine Portokasse zu verwalten! Ihr Hauptaugenmerk galt stets dem bestmöglichen und zielorientierten Einsatz der seinerzeit noch etwas üppigeren für die Sportförderung bereitgestellten zweckgebundenen Finanzmitteln sowie den entsprechenden Berichten und Verwendungsnachweisen.

Ihr Wort hatte Gewicht und galt! Gar manches Mal konnte die stets ehrliche und aufrichtige Schatzmeisterin eine sich hinziehende Diskussion mit treffenden Argumenten – nicht selten hinterlegt mit dem ihr eigenen Mutterwitz – auf den Boden der Tatsachen zurückführen. Durch ihre Hände ist seinerzeit viel Geld geflossen. Unsere Ski- und Ski-Langlaufwochen für Herzpatienten in Unterjoch, aber auch unsere Radwanderwochen im Allgäu und bis hinauf in die Rhön erforderten einen großen Aufwand.

Ihre Kassen- und Buchführung stimmte taggenau auf Heller und Pfennig, ihre Beiträge zu den Verwendungsnachweisen waren jederzeit mit aussagekräftigem Zahlenmaterial unterlegt und gaben nie Anlass zu Beanstandungen. Es war eine Freude, mit dieser offenen und charakterfesten Frau zusammenzuarbeiten.

Mit ihrer beruflichen Verrentung strebte sie letztlich nach 20 Jahren auch eine Entlastung von ihrem Ehrenamt an, um sich noch mehr um ihre betagte Mutter kümmern zu können.

Gertraud Schachtner hat tiefe Spuren in der Vorstandsarbeit des Bezirks Oberbayern hinterlassen. Dafür sind wir ihr unendlich dankbar.

Sie ist und bleibt uns unvergessen!

Siegfried Kick - Bezirksehrenvorsitzender Oberbayern

UNTERFRANKEN

Neuer Vorstand im BVS Unterfranken

Der BVS Bayern gratuliert der neuen Vorstandschafft des Bezirks Unterfranken sehr herzlich. „Ich danke dem neuen Vorstand für die Bereitschaft, sich in diesem Ehrenamt für den Behindertensport und die Inklusion zu engagieren. Und ich wünsche allen nicht nur viel Erfolg, sondern vor allem viel Freude im neuen Amt“, gratuliert BVS Bayern Präsidentin Diana Stachowitz.

BB/red

Und das sind „die Neuen“

Vorsitzende	Karin Brand (vorher Schriftführerin)
Stv. Vorsitzender	Norbert Hofmann (vorher Schatzmeister)
Schatzmeisterin	Denise Merz (vorher stv. Schatzmeisterin)
Bezirkssportarzt	Thomas Weiss

Ein Foto vom neuen Vorstand gibt es derzeit noch nicht, denn die Sitzung fand Corona-bedingt online statt.

Nachruf auf Karin Knörner

Der BVS Bezirk Oberfranken trauert um seine Schatzmeisterin Karin Knörner, die am 13. Mai 2020 nach schwerer Krankheit für immer von uns gegangen ist.

Karin Knörner begann ihre ehrenamtlichen Aktivitäten im Behindertensport als stellv. Vorsitzende des BVSV Weidenberg, seit 2018 war sie Vorsitzende. Von 2007 bis 2011 war sie stellvertretende Bezirksschatzmeisterin, ab 2011 Bezirksschatzmeisterin und stellv. Bezirksvorsitzende des BVS Bezirk Oberfranken.



Karin Knörner rechts im Bild. Foto: privat

Im BVS Bayern fungierte sie von 2016 bis zu ihrem Tod als Revisorin. Im Jahr 2017 wurde sie für ihr Wirken mit der BVS-Ehrennadel in Silber ausgezeichnet.

Der BVS-Bezirk Oberfranken fühlt mit ihren Hinterbliebenen. Karin Knörner wird uns mit ihrem vorbildlichen Engagement im und für den Behindertensport in steter, lebendiger Erinnerung bleiben.

Heidemarie Miklis
Bezirksvorsitzende Oberfranken

SCHWABEN

Bezirkstag des BVS Schwaben

Auch im BVS Bezirk Schwaben wurde der Bezirkstag im Rahmen des COVID-19-Abmilderungsgesetzes per E-Mail durchgeführt. An der Online-Wahl zur Bezirksvorstandschafft vom 16.4. bis 13.5. beteiligten sich 65 Vereine.

red

**BVS Bayern Präsidentin Diana Stachowitz:
„Herzlichen Glückwunsch“!**

Und das ist der neue Vorstand des BVS Bezirks Schwaben

Bezirksvorsitzender	Andreas Schnalzger
Stv. Bezirksvorsitzender	Hartmut Courvoisier
Bezirksschatzmeister	Rainer Heidenheimer
Stv. Bezirksschatzmeisterin	Inge Obinger
Bezirksfrauenbeauftragte	Gurdrun Eder
Bezirksschriftführer	Roland Rehle
Rehabauftragter	Georg Daschner
Sportabzeichen-Beauftragter	Armin Pausewang

NIEDERBAYERN

17. Bezirkstag des BVS Niederbayern

Auf der Grundlage des „Covid-19 Abmilderungsgesetzes“ (Art. 2) wurde der Bezirkstag per E-Mail im „Umlaufverfahren“ im Zeitraum vom 15.04. 2020 bis zum 8.05.2020 durchgeführt. Dabei wurden die zur Wahl vorgeschlagene Bezirksvorstandschafft und die vorgeschlagenen 7 Bezirksdelegierten für den BVS Bayern Landesverbandstag einstimmig gewählt.

red

Das ist die neue Bezirksvorstandschafft

Bezirksvorsitzender	Georg Steibl
Stellvertretender Bezirksvorsitzender	Klaus Welsch
Bezirkssportarzt	Dr. Peter Kolmsee
Bezirksschatzmeister	Peter Dittmann
Bezirkssport- und Spielwart (Jugend)	Alois Grasl
Bezirksfachwartin Rehasport	Charlotte Dowrtiel
Bezirksfachwartin Frauensport	Anita Menacher
Bezirksschriftführer	Uwe Klessinger
Bezirksfachwartin Medien	Annemarie Horsch

MITTELFRANKEN

Der „Vorzeigebereich“

Bezirkstag des BVS in Rummelsberg

Nach Oberbayern ist der Bezirk Mittelfranken der größte im bayerischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband (BVS). 71 Vereine und Gruppierungen mit rund 6200 Mitgliedern gehören ihm an. Die Nummer eins in Bayern allerdings sind die Franken, was ihre Aktionen und Angebote betrifft. Nun trafen sich die Verantwortlichen für den Bezirk Mittelfranken im Saal des Rummelsberger Berufsbildungswerkes (BBW) zu ihrem Bezirkstag, an dem unter anderem Neuwahlen der Vorstandschaft auf der Tagesordnung standen.

So ein Bezirkstag könnte sich ewig hinziehen und könnte, mit langen Reden, Aussprachen und Berichten, sehr ermüdend sein. Nicht so beim BVS Mittelfranken. Bestens organisiert und vorbereitet, führten der Bezirksvorsitzende Herbert Holzinger und seine Vorstandskolleginnen und -kollegen straff und flott durch die Tagung. Wie groß ihre Akzeptanz im Verein ist, zeigte sich bei der Wahl: Die gesamte alte Vorstandschaft ist auch die neue und wurde für die nächsten vier Jahre einstimmig im Amt bestätigt.

Erster Grußredner des Bezirkstages war BBW-Leiter Matthias Wagner, der gerne wieder seine Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt hatte. Wagner erinnerte an die vielen gemeinsamen Aktionen mit und für die jungen Menschen. Es sei eine Ermutigung, Sport zu treiben, sagte er, und alle würden von dieser Kooperation profitieren.



Einstimmig im Amt bestätigt wurde der Vorstand des BVS Mittelfranken – hier (von links) mit Gratulanten Lydia Bauer-Hechler (Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderung für Mittelfranken), Heidi Roth, Hans Freiberg, Herbert Holzinger, Dietmar Kleinert, Uli Nüßlein, Helga Karsties, Diana Stachowitz und Andrea Hofmeier. Foto: Dorothee Krätzer

Das bestätigte auch Bezirkstagspräsident und Landrat Armin Kroder. Sein Dank galt vor allem den ehrenamtlich Tätigen, die mit ihrem Einsatz zu Integration und Inklusion beitragen. „Sport für alle“ – diesen Ansatz unterstütze die Politik mit ihren Mitteln, so Kroder. Auch Schwarzenbrucks Bürgermeister Bernd Ernstberger betonte den Wert des Sportes und seine Hochachtung für alle Sporttreibenden. „Ihr Verein hilft hier und leistet wertvolle Arbeit.“

Als „Vorzeigebereich“ lobte die Präsidentin des BVS Bayern Diana Stachowitz die Mittelfranken und dankte für ihr teils jahrzehntelanges ehrenamtliches Engagement. „Ihr gebt den Menschen mit Behinderung ein Riesengeschenk, dass sie Sport treiben können.“ Kurz umriss sie die Aufgaben des BVS, die nicht allein im Bereich des Breitensports liegen.

Unter anderem beinhalten sie die Ausbildung von Sportlehrern für inklusiven Unterricht sowie, im Kontakt mit Bezirken und Ministerien, die Erweiterung der barrierefreien Sportanlagen. „Schwimmbäder werden unbedingt gebraucht“, so Stachowitz. Ähnlich äußerte sich Dieter Bunsen, Vorsitzender des

bayerischen Landessportverbandes/Bezirk Mittelfranken. Der Neubeziehungsweise Umbau von Sporthallen im Hinblick auf Sportförderung, Behindertensport und Sportarten sei dringend nötig. „Wir brauchen den BVS Bayern“, betonte Bunsen.

Für die Zukunft hat sich der BVS Mittelfranken gut gerüstet. Dazu gehören die verstärkte Präsenz im Internet und die kurzen Informationswege, ebenso wie seine attraktiven Veranstaltungen. Beispielsweise organisiert er seit Jahren das Inklusionssportfest für Schüler in Rummelsberg, an dem zwischen 800 und 1000 Heranwachsende teilnehmen.

Oder ein Inklusionsschwimmfest in Nürnberg, das sich gleichbleibender Beliebtheit erfreut. Viele niederschwellige Angebote wie Tischtennis, Fußball, Nordic Walking, Bosseln, (Rad-)Wandertage, Workshops und Schulungen (Übungsleiter) erweitern das Repertoire. Das meiste leisten dabei die engagierten Mitglieder, die sich ehrenamtlich für ihren Sport und die Sporttreibenden einsetzen.

DK/red

RVSG Rothenburg beim Bezirks- Wandern stärkstes Team



Fotos: A. Hofmeier- Kurpiela

Der TSV 2000 Rothenburg lud dieses Jahr zum Wandertag des BVS Bezirk Mittelfranken ein. Vorsitzender Herbert Holzinger begrüßte die 160 Teilnehmer aus Nürnberg, Fürth, Erlangen, Schwabach, Leutershausen, Ansbach, Roth, Rothenburg und Muhr am See am Startpunkt Sporthalle Erlbacher Straße. Die BVS Wanderer konnten auf den drei Strecken (2 km, 6 km und 11 km) neben der wunderschönen Altstadt

vor allem bei den langen Strecken das liebe Taubertal kennenlernen. Nach dem gemeinsamen Mittagessen wurden die Vereine mit den meisten Teilnehmern besonders ausgezeichnet. Mit 47 Wanderern errang dabei die RVSG Rothenburg/Muhr am See/Weißenburg den ersten Platz vor BVS Fürth und RGS Leutershausen.

AHK/red

Der Wandertag wurde aus Mitteln des Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales finanziert.

Damit Ihr Leben in Bewegung bleibt.

Der Tiguan mit Volkswagen Fahrhilfen
für Menschen mit Handicap.



Individualität in Serie.
Sichern Sie sich bis zu
15% Nachlass.¹

Zur Lebensqualität gehört auch, unabhängig und mobil zu sein. Deshalb erhalten Sie bei Volkswagen einen Preisnachlass von 15%. Damit Ihr neuer Wagen Ihren besonderen Wünschen angepasst ist, rüsten wir ihn entsprechend Ihres Handicaps um. Ihr Volkswagen Partner berät Sie gern. Mehr auch unter www.volkswagen-mobil.de.



Volkswagen

Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis. Stand 08/2019. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. ¹Die Volkswagen AG gewährt Menschen mit Behinderung im Zeitraum 01.01. bis 31.12.2019 beim Kauf von nahezu allen fabrikneuen Fahrzeugen der Marke Volkswagen PKW einen Nachlass von 15% auf den zum Zeitpunkt der Bestellung gültigen Listenpreis, inklusive Fahrhilfen. Voraussetzung: Grad der Behinderung mind. 50%.



NIMM DEIN GLÜCK
IN DIE HAND.

TOTO 13er
Ergebniswette

DER FUSSBALL-TIPP MIT TRADITION.

WÖCHENTLICH RUND 100.000 € IM JACKPOT!*



TOTO 13er Ergebniswette
in jeder Annahmestelle
und online unter lotto-bayern.de



*GEWINNWAHRSCHEINLICHKEIT 1:1.594.323

Spielteilnahme erst ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen. Infos und Hilfe unter www.bzga.de