

# SPOKA.

Offizielles Organ des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbands Bayern

  
**BVS**  
BAYERN  
SPORT & REHA  
4/2021



## EINGERAHMT

FrameRunning begeistert und bewegt

## ABGEHECKT

Erster Rollstuhlschnupperkurs für Kids

## ANGEPACKT

BVS Bayern Präsidium gewählt

## Titelthemen

- Eingerahmt** FrameRunning neu im BVS Bayern 19
- Abgecheckt** Kids erkunden die Stadt mit dem Rollstuhl 24
- Angepackt** Jubiläums Verbandstag wählt BVS Bayern Präsidium 27

## Verband

- EISs auf Rädern-Spende für die DAV Sektion Stützpunkt Inntal 4
20. BVS Bayern Verbandstag – Neue Form, starke Veranstaltung 5
- Neue Assistentin der Geschäftsführung 5
- DRS und BVS Bayern erneuern Kooperation 6
- Herzlichen Glückwunsch 6
- Erinnerung an Dr. Kurt Rudhart 7
- Verstärkung im Bereich Lehre 7
- Ankündigung Skikurse 8

## Breitensport

- Alle ins Gold! 9
- Weiden wird Bayerischer Triplette-Meister 10
1. Bayerische Meisterschaften im Rollstuhlfechten 11
- Para Judo: Ehrungen für Brenner und Zeilermeier 12
- Step-by-step Ansbach: 16 Millionen Schritte in 31 Tagen 13

## VdK Bayern

- VdK Bayern wächst auf eine dreiviertel Million Mitglieder 14
- Häusliche Pflege in Not 15
- Mit Pfeife, Hörgerät und klarem Stil: Schiri David Becker 16
- VdK hilft Mitglied beim Erstreiten einer Vorlesekamera 17

## Leistungssport

- Christoph Voit ist deutscher Vizemeister im Para Boccia 18
- BVS Bayern Damen werden Deutscher Meister im Rollstuhlbasketball 20
- RBB Junioren nach Leistungslehrgang in DM-Topform 21

## Inklusion

- Die etwas andere Art, Boccia zu spielen 22
- Inklusiver Radwandertag am Altmühlsee 23
- Hineingeschnuppert: Kurse Rollstuhlfechten und Segeln 25

## Reha-Sport

- Jubiläums-Arzt-Patienten-Seminar der AG Diabetes 26
- Medizin News: Sportrisiken durch Muskelverletzungen, Magen-Darm-Beschwerden und Schlafmangel 28
- SHG Diabetes Typ 2 in Freising sucht Trainer\*in 29

## Aus den Bezirken

### Unterfranken

1. Inklusionslauf in Aschaffenburg 30
- Bezirksmeisterschaften Kegeln-Classic 30

### Oberpfalz

- 106 Teilnehmende beim Bezirkswandertag 31

### Oberbayern

- BSV-Mühlldorf/Altötting löst sich auf 31

## 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

4 Ausgaben/Jahr, jeweils im März, Juni, September und Dezember

### Redaktionsschluss

Jeweils am 5. des Vormonats

### Bezugspreis

Jahresabo (4 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, die eingesandten Artikel zu redigieren und zu kürzen.

## EDITORIAL

### Liebe Leserinnen und liebe Leser,

diese Ausgabe wird Euch über das Jahresende hinaus bis in den Vorfrühling begleiten. Mit einem Rückblick auf ein trotz Einschränkung buntes und aktives Jahr 2021 und einem hoffnungsvollen Ausblick auf ein 2022 voll reha- und behindertensportlicher Aktivitäten.

Gemeinsam mit den Vizepräsident\*innen des BVS Bayern gehe ich nach dem erfolgreichen Verbandstag im Oktober voller Schwung und Elan in die nächsten 4 Jahre. Ich danke allen für das Vertrauen in unsere Arbeit in den vergangenen 5 Jahren, und ich freue mich sehr über die durchweg positiven Rückmeldungen zu dem hybriden Jubiläumsverbandstag.

Wir haben im BVS viel vor, um den Reha- und Behindertensport in Bayern immer weiter voranzubringen und für alle zu ermöglichen. Dafür werden wir die Bezirke, die Vereine, unsere Ehrenamtlichen und alle Mitglieder noch stärker unterstützen – mit einer ganz auf Service ausgerichteten Geschäftsstelle, bei der Transparenz und Entbürokratisierung großgeschrieben werden. Wir werden unsere Energie und Kreativität in die Gewinnung von Ehrenamtlichen stecken.

Dabei wollen wir besonders junge Menschen ansprechen und für die unterschiedlichen Funktionen in Verband und Vereinen begeistern, nicht zuletzt als Übungsleiter\*innen, damit wir das Kursangebot flächendeckend dem Bedarf entsprechend ausweiten können. Auf dem Weg zur Deutschen Para Leichtathletik Meisterschaft und den Paralympics in Paris wollen wir unseren starken Nachwuchs fördern und neue Talente gewinnen. Last but not least freuen wir uns darauf, Euch alle bei unserer Jubiläumsfeier 70 Jahre BVS am 18. Juni in Regensburg zu sehen – diesmal „live“.



Ja – unsere Pläne für die Zukunft des BVS Bayern sind groß, und wir wissen noch nicht, wieviel Spielraum der Sport im neuen Jahr haben wird. Doch 2021 hat eines gezeigt: Wir haben wegen Corona gelitten – aber wir haben auch viel gelernt. Denn die großen Herausforderungen haben Vereine und Sportler\*innen im BVS Bayern zu unglaublicher Kreativität angespornt. Von Online-Kursen über WhatsApp-Gruppen bis hin zu vielfältigsten Ideen, um trotz aller Einschränkungen Gemeinschaft und Sport zu erleben. Ich bin begeistert. Und ich freue mich, von Euch zu erfahren, was Ihr Euch ausgedacht habt. Welche Tipps habt Ihr? Schreibt uns!

Liebe Leserinnen, liebe Leser, noch ist die Pandemie nicht vorbei, aber je mehr Menschen sich impfen lassen, desto besser stehen die Chancen, dass unser Sport in vollem Umfang stattfinden kann. Sport trägt nicht nur dazu bei, unser Immunsystem fit zu halten. Er tut auch unserer Psyche gut. Ich wünsche Euch, dass Ihr gut und gesund durch den Winter kommt. Genießt die weihnachtliche Stille und freut Euch mit uns auf ein neues Jahr mit hoffentlich vielen gemeinsamen sportlichen Erlebnissen.

Das wünsche ich Euch von ganzem Herzen.

*Eure Diana Stachowitz  
Präsidentin BVS Bayern*

## STÜTZPUNKT INNTAL MIT NEUEN CRASHPADS IN FLINTSBACH



Als kleine Unterstützung während der schwierigen Coronazeit konnten sich alle BVS Vereine auf Spendengelder aus dem Projekt EISs auf Rädern bewerben.

Besonders bedacht wurden dabei solche Vereine, die inklusive Sportangebote durchführen. Einer der Vereine, der sich über eine Spende freuen durfte, ist die DAV Sektion Stützpunkt Inntal. Jugendreferent Mark Hoffmann berichtet vom ersten Einsatz der Crashpads:

„Im Rahmen unseres Ferienprogramms haben wir eine Kletteraktion in Flintsbach am Inn durchgeführt. Mit von der Partie waren Kids, Jugendliche und junggebliebene Erwachsene aus unserem Verein, die sonst gemeinsam in der Halle klettern.

Für die meisten war es die erste Berührung mit dem Klettern draußen am Fels, also waren alle mächtig gespannt.

Unser „Basislager“ haben wir im Sektor Steinbruch aufgeschlagen, dort kamen dann auch unsere neuen Crashpads oder Boulderdecken, die über den BVS Bayern finanziert wurden, schon mal als Sitzgelegenheit zu einem ersten Einsatz.



Danach haben wir uns noch spezifisch mobilisiert, um Muskeln, Sehnen und Gelenke auf das Klettern einzustimmen.

Die Trainer haben die beiden Toprope-Routen „Aller Anfang ist leicht“ UIAA5- und „Normalweg“ UIAA5+ eingerichtet - und schon konnte es losgehen. Beim Klettern in den Seilschaften haben alle die Routen ausprobieren können und es oft bis ganz zum Umlenker geschafft. Und alle haben an dem Tag viel Erfahrung mit dem Klettern in der freien Natur sammeln können.

Die Griffe und Tritte muss man sich nämlich erst einmal suchen, da sie nicht farblich sind, wie in der Kletterhalle. Dafür gibt es aber in den Routen ganz viele unterschiedliche Möglichkeiten, einzelne Stellen zu überwinden – denn es gibt ganz viele Strukturen zum Greifen und Treten, wenn man nur ganz genau hinschaut.

In der Kletterpause hat Trainer Andi dann noch so einiges an Ausrüstungs-Material gezeigt, darunter auch ganz alte Seile und Karabiner, die sehr lang im Einsatz waren und teils nicht mehr so sicher sind.

Da waren alle froh, dass wir neuere Ausrüstung haben. Auch da waren die neuen Crashpads zum Sitzen und Liegen sehr bequem. Wir freuen uns schon sehr, wenn wir sie das nächste Mal benutzen können. Vielen Dank an den BVS Bayern!“

*MH/red*



## 20. BVS BAYERN VERBANDSTAG – NEUE FORM, STARKE VERANSTALTUNG

Statt im Saal des BLSV trafen sich die Delegierten des BVS Bayern diesmal virtuell: Präsidiumsmitglieder und Moderatorin im Fernsehstudio der Mediaschool Bayern vor laufenden Kameras, Delegierte und Gäste, darunter auch Sportminister Joachim Herrmann, zugeschaltet am Bildschirm. Der Jubiläumsverbandstag des BVS Bayern startete am Sonntag, 10. Oktober 2021, zum ersten Mal in digitaler Form.

Der leider immer noch unübersichtlichen pandemischen Lage geschuldet, bot dieses Format gleichzeitig neue und spannende Möglichkeiten. Im Rahmen der Veranstaltung wurde nicht nur die Arbeit der vergangenen vier Jahre vorgestellt und besprochen, sondern auch das Präsidium für die nächste Amtsperiode gewählt. BVS Bayern Präsidentin Diana Stachowitz wurde bei den Wahlen im Amt bestätigt und wird dem Verband auch die kommenden Jahre ihre Zeit und Kraft zur Verfügung stellen.

„Ich bedanke mich für das Vertrauen der Delegierten und kann es kaum erwarten, die bevorstehenden Aufgaben mit einem großartigen Team im Präsidium anzupacken“, freute sie sich über die gewonnene Wahl. „Jetzt gilt es, vor allem im Breitensport Vereine zu unterstützen und noch mehr inklusive Angebote zu schaffen. Ein besonderes Augenmerk verdient auch der Nachwuchs im Leistungssport. Das werden wir nun verstärkt angehen.“

### Starkes Team für das Präsidium des BVS Bayern

Zur Wahl standen auch verschiedene weitere Ämter. Mit Georg Steibl bleibt dem Verband ein tatkräftiger Vizepräsident Sport erhalten, der mit Erfahrung und Kompetenz den Para Sport immer weiter voranbringen wird. Für den Bereich Lehre übernimmt Dr. David Rygl als Vizepräsident die Verantwortung, für den Rehasport konnte Gerhard Janetzky gewonnen werden. Die Finanzen liegen für die kommenden Jahre in den Händen von Ria Engelhardt, die als Vizepräsidentin tätig bleibt. Tatjana Blessing wurde als Vizepräsidentin Jugend im Amt bestätigt. Als Beauftragte für die Belange des Sports von Mädchen und Frauen und für Gleichstellung ist künftig Sabine Jung im Einsatz. Als Landesschriftführer bleibt uns Heinz Hagen erhalten, der den Verband schon seit langer Zeit mit seiner Expertise begleitet.

Das Amt der Landessportärztes übernimmt auch in den nächsten Jahren Dr. Klaus Pfaffenberger. Die Ehrenpräsidenten Hartmut Courvoisier und Reiner Krippner besetzen künftig den Ehrenrat. Als Revisorinnen wurden Denise Merz und Birgit Ilgner-Nowack gewählt.

### Neue Erfahrungen, gelungene Veranstaltung

Der Verbandstag fand im digitalen Format statt. Es versammelten sich nur die zu wählenden Kandidat\*innen in München in der Mediaschool Bayern. Die Delegierten und die Mitglieder des Verbandsausschusses stimmten online ab und verfolgten das Geschehen im Livestream. Fragen konnten über ein eigenes Tool gestellt werden. Dieses Vorgehen stellte für alle Beteiligten eine Herausforderung dar. Am Ende waren sich alle einig: „Das war eine neue Erfahrung, aber eine rundum gelungene Veranstaltung.“



## NEUE ASSISTENTIN DER GESCHÄFTSFÜHRUNG



Foto: privat

### Andrea Wiegele unterstützt die Geschäftsführung des BVS Bayern. Hier erzählt sie etwas über sich:

Mein Name ist Andrea Wiegele. Ich habe zwei fast erwachsene Söhne im Alten von 16 und 19 Jahren. Nach meiner Familienzeit war ich die letzten 13 Jahre für den DRK Suchdienst in München tätig. Ich freue mich nun sehr auf die neue Aufgabe, als Assistentin der Geschäftsführung ein Teil des BVS Bayern Teams zu werden.

Seit meiner Kindheit bin ich Mitglied in einem Sportverein. Mit großer Begeisterung spiele ich seit vielen Jahren Volleyball in der Halle und im Sommer auch gerne im Sand. Das gemeinsame Sporteln und das Miteinander im Verein liegen mir sehr am Herzen. Ich freue mich sehr, den BVS Bayern zukünftig zu unterstützen, und bin schon sehr gespannt auf diese neue Herausforderung.

AW/red

## DRS UND BVS BAYERN: GEMEINSAM ERFOLGREICH IM EINSATZ

Mehr Mobilitätstraining und Sportangebote für Menschen, die einen Rollstuhl nutzen - dieses Ziel verbindet den DRS und den BVS Bayern schon lange.



Stephan Schukat, DRS (li) und BVS Bayern Landesgeschäftsführer Jamil Sahar unterzeichnen den Kooperationsvertrag. Foto: BVS Bayern

Ganz gleich, ob es dabei um den Aufbau und die Entwicklung neuer Rollstuhlsportarten, Netzwerkarbeit oder gemeinsame Veranstaltungen geht, arbeiten beide Verbände schon seit Jahren Hand in Hand.

Der DRS steht dem BVS Bayern, einem der größten und mitgliederstärksten Landesverbände des Deutschen Behindertensportverbandes dabei auch immer wieder in beratender Funktion zur Seite.

### Neue Kooperationsvereinbarung weist Weg zu neuen Initiativen

Die Grundlage dieser wertvollen Zusammenarbeit wurde nun erneuert: BVS Bayern und DRS haben eine neue Kooperationsvereinbarung unterzeichnet.

Dank dieser soll der gemeinschaftliche Einsatz auch in den kommenden Jahren auf fruchtbarem Boden stehen.

Mit Leben füllen werden diese Vereinbarung künftig Günther Vogel und Stephan Schukat.

Günther Vogel ist beim BVS Bayern langjährig als Abteilungsleiter im Rollstuhlbasketball engagiert und als Rollstuhlfachwart ein wichtiges Bindeglied zwischen DRS und BVS in allen Belangen der Mobilität für Rollstuhlfahrer\*innen.

Auf Seite des DRS wird sich Stephan Schukat als neuer Event-Inklusionsmanager um die Zusammenarbeit kümmern.

Der Hamburger bringt rund 35 Jahre Erfahrung im Bereich Event-Management mit.

### Mit Elan voraus - das haben BVS und DRS geplant

Ein wichtiges Beispielprojekt, das DRS und BVS Bayern nun anpacken möchten, sind gemeinsame Rollstuhlsporttage in den berufsgenossenschaftlichen Unfallkliniken in Murnau und Bayreuth, die im Rahmen des Projekts „Richtig mobil“ stattfinden werden.

**«Mit Leben füllen werden diese Vereinbarung künftig Günther Vogel und Stephan Schukat.»**

Ziel ist es, Menschen nach einem Unfall wieder zu mobilisieren und ihnen neue Freude an Bewegung zu vermitteln, um sie so für wohnortnahe Sportangebote in Bayern zu begeistern.

red

## HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

### BVS Bayern und BVSV Nürnberg gratulieren sehr herzlich

Frau Monika Görner zum 70., Herrn Anton Betz zum 75. sowie Frau Edda Kraus und Herrn Lorenz Eckehard zum 80. Geburtstag.

Herzlichen Glückwunsch Frau Ursula Kosnowski und Herrn Theo Winterstein zum 85. Wiegenfest.

Die besten Wünsche gehen an Herrn Georg Plank zum 92., Herrn Friedrich Bachbauer zum 93. und Frau Grete Maier zum 94. Geburtstag. Alles Gute wünschen wir schließlich Frau Maria Binner zum 98. Geburtstag.

BVS Bayern und die RVSG wünschen ihren Jubilaren alles Gute:

In Muhr am See

Frau Regina Rudolf zum 65., Frau Brigitte Schmidt zum 70. und Frau Erika Schreiber und Frau Hannelore Frank zum 80. Geburtstag. Herzliche Glückwünsche gehen auch an Frau Emma Buck und Frau Renate Puschban zum 85. Wiegenfest

In Rothenburg ob der Tauber

Frau Erna Schöner zum 75. Geburtstag.



Foto: Sonnenstrahl/Phyabay

# DER BVS BAYERN ERINNERT AN DR. KURT RUDHART

Anzeige



Foto O.Seifferrth

Am 4. Oktober 2021 jährte sich der Geburtstag des ehemaligen Präsidenten des BVS Bayern (1962-1996) und Ehrenpräsidenten (1996-2009) Dr. Kurt Rudhart zum 100sten Mal.

Aus diesem Grund besuchten einige frühere Mitglieder des Präsidiums des BVS Bayern das Grab auf dem Friedhof von Schamhaupten und legten ein Kranzgebilde nieder.

Rudhart war von 1957 bis 1974 zugleich Vorsitzender des BVS-Bezirks Oberbayern, und anschließend bis zu seinem Tod am 5. Januar 2009 Ehrenvorsitzender dieses Bezirks. Er hat über 40 Jahre lang die Verbandszeitschrift Spoka redaktionell bearbeitet.

**«Er hat über 40 Jahre lang die Verbandszeitschrift Spoka redaktionell bearbeitet.»**

Rudhart initiierte 1963 die Gründung des Sportheims Unterjoch, das 1967 eingeweiht wurde. Heute erinnert das oberbayerische Tischtennisturnier um den Dr. Kurt-Rudhart-Wanderpokal an den langjährigen BVS Bayern Präsidenten.

SK/red

# NOCH MEHR WOMENPOWER IM BEREICH LEHRE

**Der Bereich Lehre im BVS Bayern freut sich über eine weitere Verstärkung. Hier stellt sie sich den Leser\*innen des Spoka vor:**

Mein Name ist Stefanie Rieger, und als gelernte Sporttherapeutin bin ich meist direkt am Menschen tätig.

Meine organisatorische Arbeit beim BVS Bayern schafft hier einen schönen Ausgleich. Meine private und auch berufliche Leidenschaft liegt im Yoga.

Foto: privat



Es bietet mir die Möglichkeit, die Welt körperlich und geistig immer wieder aus neuen Blickwinkeln zu betrachten.

Als Mitarbeiterin im Bereich Lehre unterstütze ich den BVS Bayern seit September bei der Abwicklung von allen Aus- und Fortbildungen.

SR/red

**BAD FÜSSING**

# Entspannen und Aufleben

**Deutschlands beliebtestes Gesundheitsreiseziel** verwöhnt Sie mit der größten Thermenlandschaft Europas. Lassen auch Sie sich in **Bad Füssing im Herzen des Bayerischen Golf- und Thermenlands** begeistern von einer Vielzahl entspannender Attraktionen, Thermalwasser mit legendärer Heilwirkung und Wellness-Highlights aus aller Welt. Alle Informationen, wie Bad Füssing Ihre Urlaubsträume jetzt wieder wahr macht, finden Sie stets aktuell unter [www.badfuessing.de](http://www.badfuessing.de).



**BAD FÜSSING**

Kur- & Gästeservice Bad Füssing KdöR  
Rathausstraße 8 | 94072 Bad Füssing | [tourismus@badfuessing.de](mailto:tourismus@badfuessing.de)

# SKIKURSE IM BVS BAYERN

Nach einer viel zu langen Pause kann es diesen Winter wieder richtig losgehen:  
Die Ski-Saison rückt näher - und damit auch unsere BVS Bayern Kurse,  
die Anfang 2022 stattfinden. Gleich drei Kurse haben wir  
aktuell in Planung, für die ihr euch anmelden könnt.

## Wintersport TalentTag

Was?  
Wann?  
Wer?  
Wo?

Angeboten werden Ski Alpin, Ski Nordisch und Biathlon  
14. bis 16. Januar 2022  
Kinder und Jugendliche mit körperlicher Behinderung und deren Eltern und Geschwister  
Unterjoch

## Mono-Skikurs

Was?  
Wann?  
Wer?  
Wo?

Angeboten wird Unterricht für den Mono-Ski  
18. bis 20. Februar 2022  
Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit körperlicher Behinderung und falls nötig Begleitfahrer  
Unterjoch

## Inklusiver Skikurs

Was?  
Wann?  
Wer?  
Wo?

Im Fokus stehen Freude an Bewegung und gemeinsame Erfahrungen  
25. bis 28. Februar 2022  
Stehende Kinder und junge Menschen mit und ohne Behinderung zwischen 6 und 27 Jahren  
Großer Arber

Auf der Homepage des BVS Bayern unter  
Veranstaltungen & Termine gibt es alle In-  
formationen zu Kursen und Anmeldung.

Auf die Skier, fertig los!

Anzeige

Damit es nicht nur im Sport gut läuft ...

## Die bayerischen Integrationsfachdienste - der beste Coach im Job!

**Ihnen macht der Job gerade wenig Freude,**  
weil Sie aufgrund einer Beeinträchtigung nicht  
wirklich am Arbeitsleben teilhaben können?

**Sie haben ein Kind mit Behinderung,** für das  
Sie sich Unterstützung beim Übergang ins  
Berufsleben wünschen?

Wenden Sie sich gerne an uns! Der **Integrations-  
fachdienst (IFD)** ist in Bayern der erfahrene  
und kompetente Partner zu allen Fragen in  
Bezug auf Behinderung und Berufsleben.

Arbeitsplatzausstattung, Förderungen, Antrag-  
stellungen oder Krisenintervention beim  
Arbeitgeber? Worum es auch immer geht, als  
übergreifender Fachdienst für Menschen mit jeder  
Art von Beeinträchtigung sind wir für alle  
Menschen vom Übergang ins Berufsleben bis zum  
Eintritt in die Rente da.

**Am besten gleich Kontakt aufnehmen und einen  
Termin vereinbaren! Die Beratung ist für Sie  
kostenfrei!**



Auf der Website [www.ifd-bayern.de](http://www.ifd-bayern.de) finden Sie Ihren IFD in Wohnortnähe!

## ALLE INS GOLD!

Endlich fliegen wieder die Wettkampfpfeile! Die Bogenschützen Feucht waren am 15. August Gastgeber der 34. Para-BM WA. 12 Schütz\*innen fanden den Weg nach Mittelfranken. Eingeteilt in 7 Wettkampfklassen standen sie bei fast tropischen Temperaturen an der Schießlinie.

Bei 1080 geschossenen Pfeilen konnten 5787 Ringe erzielt werden, mit beachtlichen Ergebnissen. Bei den Compound-Schützinnen erreichte Sigrid Hülsmann 579 Ringe. Bei den Compound-Herren sicherte sich Jens Neumann mit 556 Ringen den ersten Platz.

Die stärkste Gruppe stellten die Recurve Senioren mit fünf Startern. Den ersten Platz errang Arnold Schneider mit 611 Ringen. Das reichte zum Bayerischen Meister und zum Rekordhalter der Senioren, angehoben von 595 auf 611 Ringe. Mit dem Blankbogen erreichte Anton Prechtel 468 Ringe.

Der einzige Schütze in der Jugend-Recurveklasse war Georg Steinkirchner, der mit 233 Ringen abschloss. Als einzige Teilnehmerin in der Klasse außer Konkurrenz konnte Vanessa Weber mit 313 Ringen ein tolles Ergebnis erzielen.

Sebastian Kollarek startete in der Klasse für Sehbehinderte und erreichte tolle 480 Ringe.

Das genügte für eine Eintragung in die Rekordliste des BVS. Als einziges teilnehmendes Team erreichten die Feuchter Schützen Prechtel, Schneider, Winter 1489 Ringe.

**«Bei 1080 geschossenen Pfeilen konnten 5787 Ringe erzielt werden, mit beachtlichen Ergebnissen.»**

Arnold Schneider, Behindertensport-Verantwortlicher bei den Bogenschützen Feucht: „Wie man bei allen Teilnehmer\*innen sehen konnte, ist ein gesundheitliches Handicap kein Hinderungsgrund, diese oder andere Sportarten auszuüben.“

Ein herzliches Dankeschön für die perfekte Verpflegung und die gesamte Organisation.

Wir hoffen auf einen weiteren Wettkampf in der Hallensaison. Alle ins Gold!“

AS/red

Sebastian und Vanessa mit voller Konzentration an der Schießlinie.

Foto: Michael Weber



Anzeige



**Klinikgruppe  
Enzensberg**



**MIT UNS  
NEUE KRÄFTE  
ENTDECKEN**

### Unsere Standorte in Bayern:

m&i-Fachklinik Enzensberg	0800 7 181911 *
m&i-Fachklinik Bad Heilbrunn	0800 7 181912 *
m&i-Fachklinik Ichenhausen	0800 7 181914 *
m&i-Fachklinik Herzogenaurach	0800 7 181915 *
Gesundheitszentrum Provita, Augsburg	0821 59705-0

\* kostenloses Info-Telefon

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

## PÉTANQUE-TRIPLETTE: NACH HOLPRIGEM START ZUM BAYERISCHEN MEISTER

Der Meteorologe hatte wechselhaftes Wetter vorhergesagt – und er behielt Recht. Die Wetterbedingungen stellten die Bayerische Meisterschaft des BVS Bayern im Pétanque-Triplette in Ingolstadt am letzten Samstag im August vor besondere Herausforderungen.

Natürlich fand das Turnier unter Einhaltung der Pandemieregeln statt. Am Start waren 10 Teams aus dem Bereich des BVS Bayern. Günter Herbolsheimer, Abteilungsleiter im BVS Bayern für Boccia & Pétanque, teilte die Teilnehmer\*innen in zwei Gruppen zu je fünf Mannschaften ein. In jeder Gruppe waren vier Spiele zu absolvieren. In der folgenden Zwischenrunde kamen die Überkreuzspiele: die Gruppenersten gegen die Gruppenzweiten der anderen Gruppe, Gruppendritte gegen die Gruppenvierten der anderen Gruppe usw.

auf 10:10 aufholen und sicherte sich schließlich den Sieg mit einem weiteren Punkt. Nachdem auch die weiteren Spiele gegen Straubing 3 und Neutraubling gewonnen wurden, war der Gruppensieg schon in greifbarer Nähe.

**«Am Start waren 10 Teams aus dem Bereich des BVS Bayern.»**

Es folgte aber gegen Neumarkt die erste Niederlage, und Weiden wurde nur Gruppenzweiter. Damit musste Weiden in der Zwischenrunde gegen den Gruppenersten der Gruppe 1, den VSV Straubing 1, antreten.

Mit voller Konzentration und starkem Siegeswillen wurde dieses Spiel mit 11:8 gewonnen. Damit ging es in der Endrunde um Silber oder Gold gegen den VSV Kemnath.

ten Platzverhältnissen anpassen. Beim Spielstand von 8:6 für Weiden gelang dem Weidener Team ein bravuröser Durchgang mit 3 Punkten, und der Wettkampf um Platz 1 war geschafft: Weiden wurde Bayerischer Meister.

Bezirkssportwart Josef Pohl und stellv. Bezirksvorsitzender Dieter Menzel überreichten die Goldmedaille mit Siegerurkunde. Weiden spielte mit Hans und Gertrude Stock, Barbara Engmann und Karl Voit.

Günter Herbolsheimer bedankte sich nach dem Turnier bei Josef Pohl und dem gesamten Organisationsteam für den perfekten und harmonischen Ablauf.

*GH/red*



Von links: Abteilungsleiter im BVS Bayern Günter Herbolsheimer, Bezirkssportwart Josef Pohl, stellv. Bezirksvorsitzender Dieter Menzel, Gertrude Stock, Karl Voit, Barbara Engmann, Hans Stock

Die Gewinnerteams der Zwischenrunde Gruppenerster gegen Gruppenzweiter spielten dann um Platz 1/Gold und Platz 2/Silber. Die Verliererteams dieser Zwischenrunde kämpften um den Bronzeplatz. Das Team des BVS Weiden startete im ersten Spiel gegen den VSV Straubing 2 sehr holprig, konnte aber nach einem Rückstand von 2:8 noch

Ein Blick Richtung Himmel versprach nichts Gutes. Nach zwei Durchgängen musste das Spiel unterbrochen werden; ein anhaltender Starkregen mit Hagel, Blitz und Donner verwandelte den Spielplatz in eine reine Wasserfläche. Auf wasserdurchtränktem Boden wurden die Spiele schließlich fortgesetzt, und die Spieler\*innen mussten sich den geänder-

### Endstand:

- Platz 1: BVS Weiden
- Platz 2: VSV Kemnath
- Platz 3: VSV Straubing 1
- Platz 4: RBA Neumarkt
- Platz 5: VSV Straubing 2
- Platz 6: BRSG Neutraubling
- Platz 7: BVSV Donauwörth
- Platz 8: BRSG Neutraubling 2
- Platz 9: VSV Straubing 3
- Platz 10: VRG Bayreuth

# 1. BAYERISCHE MEISTERSCHAFTEN IM ROLLSTUHLFECHTEN AM 16. UND 17. OKTOBER 2021

Mit 2 Mannschaften im Degenbewerb und 22 Starter\*innen in den Einzelbewerben Degen, Florett und Säbel waren die 1. Bayerischen Meisterschaften der BVS Rollstuhlfechter\*innen im Pa-

ralympischen und Inklusiven Fechtzentrum Werksviertel-Mitte ein weiterer Meilenstein für diesen in Bayern noch jungen Leistungssport.

Unterstützt von Udo Ziegler (Generalsekretär von IWAS World Para Fencing) als Turnierleitung, erschienen die Kampfrichter in Dirndl und Lederhosen anstatt der vorgeschriebenen formellen Kleidung.

Für die Athlet\*innen, die zum Großteil in allen 3 Waffen starteten, waren es zwei spannende, aber auch anstrengende Wettkampftage.

In den Ergebnissen der BVS Athleten ist der Startverein gelistet, bei den Fechtern vom Fechtclub München e.V. handelt es sich um das Team Werksviertel-Mitte (Projekt Fechten inklusiv: Fechtclub München, FC Gröbenzell und TSV Trudering)

*JZ-S/red*

## Mannschaftsbewerb Degen

1. Platz: Fechtclub München (Gasimov, Junk, Schollmeyer, Smirnov)
2. Platz: Bayern mixed (Cursieven, Fischer, Hutter, Mang)

## Degen weiblich A

1. Platz: Denise Hutter, FC Gröbenzell
2. Platz: Susanne Fischer, VFL Kaufering

## Degen männlich A

2. Platz: Sasha Smirnov, Fechtclub München
4. Platz: Alexander Mang, VFL Kaufering

## Degen männlich B

1. Platz: Didier Junk, Fechtclub München
2. Platz: Hüseyin Gasimov, Fechtclub München
3. Platz: Markus Schollmeyer, Fechtclub München

## Florett weiblich A

1. Platz: Denise Hutter, FC Gröbenzell
2. Platz: Susanne Fischer, VFL Kaufering

## Florett männlich A

2. Platz: Sasha Smirnov, Fechtclub München
3. Platz: Alexander Mang, VFL Kaufering

## Florett männlich B

1. Platz: Hüseyin Gasimov, Fechtclub München
2. Platz: Didier Junk, Fechtclub München

## Säbel männlich A

1. Platz: Sasha Smirnov, Fechtclub München

## Säbel männlich B

1. Platz: Hüseyin Gasimov, Fechtclub München
2. Platz: Didier Junk, Fechtclub München
3. Platz: Markus Schollmeyer, Fechtclub München



Foto: Jürgen Zielinski-Lick

## ALWIN BRENNER VOM BUNDESPRÄSIDENTEN AUSGEZEICHNET



Die besonderen Verdienste des BJV Referenten für Integration und Judo für Behinderte, Alwin Brenner, führten nach einem Vorschlag des Bayerischen Ministerpräsidenten zu einer besonderen Ehre.

Dem Heilpädagogen der Augustinum Tagesstätte und Abteilungsleiter der Sportfreunde Hardeck wurde in einem feierlichen Rahmen im Landratsamt Dachau durch Landrat Stefan Löwl die Verdienstmedaille der Bundesrepublik Deutschland überreicht. „Herr Alwin

Brenner ist ein Aushängeschild für den deutschen Judosport im internationalen ID-Judo-Geschehen und weit über die Landesgrenzen hinaus, sowie durch seine Expertise hochgeschätzt, hierfür darf ich ihm die Verdienstmedaille des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland aushändigen“, so der Landrat.

Alwin Brenner ist seit über 40 Jahren aktiv im Judosport, konnte Medaillen auf hohem Niveau erkämpfen und in der Bundesliga die Vereinsmannschaft unterstützen. Seine Expertise speziell im ID-Judo (geistiges Handicap der Sportler\*innen) ist international anerkannt. Seinem Einsatz vor 30 Jahren im ID-Judo ist es zu verdanken, dass seine Schützlinge Medaillen von EM, WM und Special Olympics für Deutschland holen. Es gibt es keine Medaille, die sie im ID-Judo noch nicht gewonnen haben.

„Begonnen hat es eigentlich mit einem Stuhlwurf - nach mir!“, erinnert sich Brenner. „Diese Energie muss man doch auch anders umleiten können“, dachte er sich, und nach anfänglichen Bedenken wurde der Judosport in der Einrichtung etabliert und gilt heute als Leuchtturmprojekt für die Inklusion. „Das Wort war damals kaum bekannt!“, so der Heilpädagoge. Die Zusammenarbeit mit den Sportfreunden Hardeck im Münchner Norden war unkompliziert.

Schnell wurden große internationale Meisterschaften und mehrfach die Deutsche Meisterschaft ausgerichtet. Es folgten internationale Begegnungen. Seit dem Start im September 1988 konnten tausende Sportler\*innen ausgebildet und das Prinzip „Sieggen durch Nachgeben“ vermittelt werden. Brenner: „Der ‚Stuhlschmeißer‘ wurde übrigens zu einem sehr disziplinierten Judoka.“

Weitere Konzepte wurden erarbeitet, Trainingsmethoden und Prüfungsordnungen entwickelt, heute nimmt eine Inklusionsmannschaft am regulären Ligabetrieb teil. Hier kämpfen ID-Judoka mit ihren Betreuern und Vereinskamerad\*innen Seite an Seite um die Meisterschaft auf Bezirksebene. Die Selbstaufgabe von min. 50% ID-Judoka wurde von allen getragen und von den sportlichen Gegnern sehr positiv aufgenommen.

Um den Judosport weiter zu fördern, gründete Brenner 2015 den „Verein zur Unterstützung benachteiligter Judoka e.V.“ Ziel ist es, bessere Rahmenbedingungen für Sportler\*innen und Funktionäre zu schaffen. Dabei stellen sich die Mitglieder aktiv als Botschafter\*innen für den Judosport zur Verfügung.

PF/red

## BRONZENE EHRENNADEL FÜR CHRISTIAN ZEILERMEIER

Christian Zeilermeier von den Sportfreunden Hardeck München erhält vom BJV die bronzenne Ehrennadel mit Urkunde. Der Neuzugang vom SV Lohhof hat während seiner aktiven Judolaufbahn auf internationaler Bühne viele Erfolge feiern können.

So war der Para-Judo Weltmeister von 1995 dreimal bei den Paralympischen Spielen vertreten und erreichte bei den Para-EM von 1991–1997 viermal einen Podestplatz. Der Para-Nationalkämpfer setzte sich auch bei den normalsichtigen Bayerischen- und Thüringer Meisterschaften durch und erreichte den Meistertitel.

Der fundierte Judoka legte 2015 die Dan-Prüfung zum 5. Dan ab. Seine ruhige Art und seine Vorbildfunktion wird beim Para-Judo Nachwuchs sehr geschätzt. Derzeit kann Zeilermeier beim Gürtelprüfungstraining am Mittwoch bei den Sportfreunden Hardeck München sein Können einbringen. Im Bayerischen Judo-Verband, Bezirk München 1a, hat er die Funktion des stellvertretenden Lehrreferenten inne, beim Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Bayern eV (BVS) ist er neben Alwin Brenner der Ansprechpartner Para-Judo.

AB/red

Fotos: BVS Bayern



## STEP-BY-STEP SOMMERCHALLENGE ERFOLGREICH BEENDET

Der Ansbacher District-91 Fitnessverein e.V. hat seine virtuelle Sommerchallenge „Step-by-Step“ erfolgreich beendet. Die Aktion „Gemeinsam stark - Inklusion erlebbar machen“ fand in Zusammenarbeit mit den Offenen Hilfen ARON statt. Eine Ansbacherin stellte dabei mit 666.050 Schritten in 31 Tagen einen neuen Rekord auf.

In 31 Tagen möglichst viele Schritte gehen und gemeinsam ein Ziel von 16.000.000 Schritten zu erreichen, darum ging es bei der Challenge. Sie entstand aus der Idee heraus, eine Aktion zu starten, in der Menschen unterschiedlichster Altersgruppen und Voraussetzungen zusammen „in Bewegung bleiben - trotz Corona.“

Der Aufruf kam an: 100 Teilnehmer\*innen aus ganz Deutschland sind dem Projekt „Gemeinsam stark - Inklusion erlebbar machen“ gefolgt. Der jüngste Teilnehmer war 6 Jahre alt, die älteste Mitstreiterin war 86. Menschen mit und ohne Handicap, Sportler\*innen und Nichtsportler\*innen - alle waren mit großer Begeisterung dabei.

Das Besondere daran war, dass Menschen mit unterschiedlichsten Voraussetzungen zusammen darum kämpften, gemeinsam ein Ziel zu erreichen. Man geht nicht gegen- sondern miteinander. 27.824.241 Schritte sind das fantastische Ergebnis, an dem alle mit viel Spaß mitgewirkt haben. Die Teilnehmer waren hoch motiviert und begeistert und stellten fest, dass es gar nicht so einfach ist, täglich viele Schritte zu laufen.

**„Tu heute etwas, worauf du morgen stolz sein kannst!“**

Wer sich öfter bewegt, bleibt nicht nur fit, sondern tut auch noch was für seine Gesundheit! Regelmäßige Bewe-

gung hilft bei Erkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck, Depressionen und sogar Demenz. Zudem werden die Gelenke und die Muskulatur effektiv gestärkt, die Ausdauer verbessert und das Herz-Kreislaufsystem angekurbelt. Aber es stand nicht nur der sportliche Aspekt im Vordergrund, sondern auch der soziale.

Die Teilnehmer\*innen halfen mit ihren Beiträgen auch anderen Organisationen. So erhielten z.B. der Hospizverein in Ansbach 140,-Euro und die Parkinsonstiftung 150,-Euro. Das Interesse ist so groß, dass weitere Challenges geplant sind.

„Nur zusammen können wir viel bewegen und die Welt ein Stückchen besser machen und zeigen, dass Inklusion einfacher ist als gedacht! Interesse geweckt?“

Ist ein neues Projekt geplant, eine neue sportliche Herausforderung? Einzelpersonen, Vereine, Institutionen können sich gerne melden“, sagen die Ansprechpartnerinnen Frau Schulz, district-91 Fitnessverein, Tel. 0981/9722635, und Frau Meyer, Offene Hilfen ARON, Tel. 0981/97223014.

MS/red

Mehr Infos gibt es auch unter:  
<https://step-challenge.de>



Fotos: District-91 Fitnessverein e.V.

## EINE DREIQUIERTEL MILLION

### Sozialverband VdK Bayern setzt Wachstumskurs ungebrochen fort

Alexa Dölle heißt das 750.000. Mitglied des Sozialverbands VdK Bayern. Die 56-jährige Gebärdensprachdolmetscherin aus dem Landkreis Bamberg wurde in der VdK-Landesgeschäftsstelle in München herzlich willkommen geheißen. Das Wachstum des größten Sozialverbands ist ungebrochen.

Allein im September 2021 verzeichnete der VdK Bayern mehr als 5000 Neumitglieder. „Oberfranken ist innerhalb des VdK Bayern mit einem Bevölkerungsanteil von neun Prozent am stärksten aufgestellt“, betonte VdK-Bezirksgeschäftsführer Roland Sack.



Begrüßten das 750.000. Mitglied, Alexa Dölle (Mitte), im VdK Bayern (von links): Oberfrankens VdK-Bezirksgeschäftsführer Roland Sack, VdK-Präsidentin Verena Bentele, VdK-Landesvorsitzende Ulrike Mascher und VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder. Foto: Mirko Besch

„Je stärker der VdK ist, desto durchsetzungsfähiger ist er für die sozialen Interessen der Bevölkerung. Wir sind sehr stolz darauf, mit Alexa Dölle eine wichtige Botschafterin für Inklusion im VdK Bayern begrüßen zu dürfen – und das auch noch als Mitglied Nummer 750.000“, so VdK-Landesvorsitzende Ulrike Mascher bei einer kleinen Feierstunde in München.

Zusammen mit VdK-Präsidentin Verena Bentele, VdK-Landesgeschäftsführer Michael Pausder und dem oberfränkischen VdK-Bezirksgeschäftsführer Roland Sack hieß sie das Neumitglied in der VdK-Familie sehr herzlich willkommen.

Damit trägt Dölle zur großen Erfolgsgeschichte des Sozialverbands VdK Bayern bei. Entgegen jedem Trend in Vereinen, Parteien und Gewerkschaften wächst der VdK seit vielen Jahren kontinuierlich, aktuell mit bis zu 250 Neuaufnahmen am Tag.

„Kompetente Sozialrechtsberatung, sozialpolitische Schlagkraft und ein engagiertes Ehrenamt sind die drei Säulen des VdK. Und dieses Gesamtpaket überzeugt immer mehr Menschen im Freistaat“, erklärte Pausder das VdK-Erfolgsrezept.

In ganz Bayern haben etwa 5,5 Prozent einen VdK-Mitgliedsausweis.

Fast genau vor zehn Jahren, im Oktober 2011, wurde in Würzburg das 600.000. VdK-Mitglied begrüßt, im Juni 2019 das 700.000. im VdK-Kreisverband Arberland. Bundesweit zählt der VdK 2,1 Millionen Mitglieder, „davon jetzt eine drei Viertel Million aus Bayern“, hob VdK-Präsidentin Verena Bentele, die auch stellvertretende Landesvorsitzende ist, stolz hervor.

#### Im Einsatz für den VdK

Die sozialpolitischen Aktivitäten des Sozialverbands VdK haben Alexa Dölle überzeugt, beizutreten. Die Ge-

bärdensprachdolmetscherin arbeitet schon seit vielen Jahren immer wieder auf sozialpolitischen Veranstaltungen des VdK. Zuletzt begleitete sie acht VdK-Aktionsveranstaltungen zur Bundestagswahl in allen bayerischen Bezirken. Besonders Verena Bentele und Ulrike Mascher beeindruckten sie sehr: „Ich habe großen Respekt vor deren Engagement, die öffentliche Präsenz ist enorm“, sagt sie. Deshalb hat sie sich auf einer dieser Veranstaltungen im September entschlossen, den VdK Bayern künftig als Mitglied zu unterstützen.

Dölle ist in ihrem außergewöhnlichen Beruf sehr bekannt, aktuell gebärdet sie beispielsweise Nachrichtensendungen bei TV Mainfranken und Franken Fernsehen. Die mitreißenden Live-Begleitungen von Musikkonzerten sind ein Markenzeichen der studierten Sozialpädagogin, die auch eine Musikausbildung hat. Mit Gebärdensprache und Tanz schafft Dölle Verbindungen zwischen Gehörlosen und Hörenden. Den ersten Kontakt zum VdK Bayern hatte sie 2003 bei einer Großveranstaltung für Menschen mit und ohne Behinderung in Nürnberg. Dölle gebärdete auch die Texte der Spider Murphy Gang, zu deren Hit „Skandal im Sperrbezirk“ die ganze Halle tanzte.

Dr. Bettina Schubarth

# HÄUSLICHE PFLEGE IN NOT

## In Nürnberg werden die ersten bayerischen Ergebnisse der VdK-Pflegestudie vorgestellt

Die Corona-Pandemie hat die Mängel der häuslichen Pflege extrem verschärft. Doch Abhilfe ist nicht in Sicht. Zu diesem ernüchternden Ergebnis kamen bei einem Pressegespräch in Nürnberg VdK-Landesvorsitzende Ulrike Mascher, der stellvertretende VdK-Landesvorsitzende Hermann Imhof und Yvonne Knobloch, VdK-Ressortleiterin „Leben im Alter“.

Eine vom VdK beauftragte große Umfrage im April und Mai 2021 brachte alarmierende Ergebnisse. 35 Prozent der Pflegebedürftigen in Bayern mussten während der Corona-Pandemie auf ihre üblichen Unterstützungsangebote verzichten. 41 Prozent der Pflegebedürftigen und sogar 45 Prozent der pflegenden Angehörigen fühlten sich im Vergleich zur Zeit davor sehr stark belastet.

Als Ursachen dieser Belastung nannten Pflegepersonen vor allem psychische Gründe (72 Prozent), Angst vor einer Corona-Ansteckung (56 Prozent) und das Fehlen von Dienstleistungen und Alltagsunterstützung (42 Prozent). Allein gelassen und teils verzweifelt fühlten sich 22 Prozent der Pflegepersonen und sogar 33 Prozent der Pflegebedürftigen.

### Isoliert und einsam

„Die Isolation von alten Menschen betraf während der Pandemie nicht nur Pflegebedürftige im Heim. Jede dritte Person zu Hause litt unter Einsamkeit“, erklärte Yvonne Knobloch. Der VdK Bayern ist eine wichtige Anlaufstelle für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige. Bis Ende 2021 sind es voraussichtlich etwa 24 000 Beratungen im Bereich der gesetzlichen Pflegeversicherung beim VdK Bayern. 2019 waren es noch 6000 weniger. Auch der Zulauf beim VdK-Beratungstelefon „Pflege und Wohnen“ steigt seit 2019 an. „Die Anfragen werden immer komplexer. Viele sind mit dem System der Pflegeversicherung und vor allem mit der Undurchsichtigkeit der lokalen Versorgungsstrukturen total überfordert“, sagte Knobloch.

„Hinter den Haustüren verbergen sich oft Ängste, Verzweiflung, ja Hoffnungslosigkeit“, bestätigte Hermann Imhof die Ergebnisse der VdK-Studie. Der frühere Patienten- und Pflegebeauftragte der bayerischen Staatsregierung beklagte, dass

vor allem die Versorgung von Menschen mit mittelschwerer bis schwerer Demenz in der Häuslichkeit „nicht würdevoll“ gelöst ist. Ambulante Dienste, die ins Haus kommen, könnten diese Situationen nicht auffangen. Es fehle an entlastenden Einrichtungen. „In Nürnberg wie in ganz Bayern gibt es nur sehr vereinzelte Angebote der Nachtpflege“, kritisierte er. Ein wichtiger Leuchtturm ist der Nürnberger Pflegestützpunkt als Anlaufstelle für pflegerische Fragen.

„Wir brauchen eine echte Dynamik im Ausbau der Pflegestützpunkte“, appellierte Imhof an die Adresse des bayerischen Gesundheitsministers Klaus Holetschek.

Zudem kritisierte er das bürokratische System und unzureichende Angebote an Entlastungs- und Betreuungsleistungen, zum Beispiel von Haushaltshilfen, in Bayern. „Die Revolution in der Pflege, die Minister Holetschek jüngst versprochen hat, darf nicht nur in Kliniken und Heimen stattfinden. Sie muss auch die häusliche Pflege erreichen“, sagte Imhof. Er forderte einen klaren Auftrag an die Kommunen zur Sicherstellung der häuslichen Versorgung.



Pflege-Pressegespräch in Nürnberg (von links): stellvertretender Landesvorsitzender Hermann Imhof, Landesvorsitzende Ulrike Mascher und Yvonne Knobloch, VdK-Ressortleiterin „Leben im Alter“.  
Foto: René Wanninger

### Alarmstufe Rot

76 Prozent aller Pflegebedürftigen in Bayern leben zu Hause, zwei Drittel von ihnen werden ausschließlich von Angehörigen versorgt. „Es herrscht Alarmstufe Rot“, sagte Ulrike Mascher. Viele Angehörige seien nach den langen Corona-Monaten vollkommen erschöpft, wie die VdK-Zahlen zeigen. Deswegen setzt der VdK den Schwerpunkt seiner pflegepolitischen Forderungen auf die häusliche Pflege. „Diese große Gruppe wird komplett benachteiligt“, kritisierte Mascher. Schon seit 2017 und bis 2025 sollen ambulant gepflegte Menschen auf den versprochenen Inflationsausgleich beim Pflegegeld verzichten.

Der VdK fordert analog zur Mütterrente einen vollen Rentenpunkt pro Pflegejahr für Angehörige. Zudem muss der Anspruch auf einen Tages- oder Nachtpflegeplatz für Pflegebedürftige gesetzlich verankert werden. Und nach einer Pflegezeit muss es für Pflegepersonen ein Rückkehrrecht an den Arbeitsplatz geben.

Dr. Bettina Schubarth

## MIT PFEIFE, HÖRGERÄT UND KLAREM STIL

VdK-Mitglied David Becker überzeugt als gehörloser Schiedsrichter in Oberbayern und international

Der 35-jährige David Becker hat seit seiner Geburt nur eine minimale Hörfähigkeit. Das hält ihn aber nicht davon ab, seiner Leidenschaft als Schiedsrichter nachzugehen. Damit er dieses anspruchsvolle Hobby ausüben kann, setzte sich auch der Sozialverband VdK Bayern für ihn ein.

Als David Becker die Gelbe Karte zückt und einem Abwehrspieler der Heimmannschaft zeigt, protestieren die Mitspieler. Auch unter den etwa 180 Zuschauerinnen und Zuschauern wird es laut. Doch mit einer deutlichen Armbewegung und einer kurzen Ansprache macht der Schiedsrichter klar, dass es keine Diskussion gibt. Schnell hat sich die Situation wieder beruhigt, und das Kreisklassenspiel zwischen dem ASV Eglfing und dem ASV Antdorf geht ohne besondere Vorkommnisse zu Ende.

2:0 gewinnt Eglfing. Antdorf bekommt drei Gelbe Karten und Eglfing zwei. Becker hat das Spiel souverän geleitet und kein Zuschauer, der es nicht weiß, hat mitbekommen, dass er fast nichts hört und nur dank seines Hörgeräts die Spieler versteht.

### „Da höre ich genau hin“

Seit fünf Jahren pfeift Becker Fußballspiele. Sascha Terbeck vom Trainerstab des DJK Penzberg, der das Kreisklassenspiel verfolgt, hat ihn schon ein paarmal als Schiedsrichter erlebt und lobt dessen „klaren Stil“.

Becker habe seine eigene Art zu pfeifen, und er könne sich immer durchsetzen.

Außerdem „lässt er sich auch nicht aus der Ruhe bringen“, fügt Terbeck hinzu. Durch seine Hörbehinderung versteht Becker natürlich nicht alles, was zum Teil auch ein kleiner Vorteil ist, wie er selbst sagt: „Ich muss mir nicht anhören, wenn die Zuschauer mich beschimpfen.“

Bei Spielern und Teamoffiziellen höre er „aber ganz genau hin“, betont Becker. „Viele unterschätzen, dass ich durch meine Hörgeräte vieles mitbekomme. Da gibt es dann schon mal eine Rote Karte von mir.“

Im Jahr 2016 erfuhr Becker von einem speziellen Angebot des Bayerischen Fußballverbands für einen Schiedsrichter-Anwärterlehrgang für Gehörlose in Oberhaching. Daran nahm er mit Erfolg teil. Seitdem engagiert er sich als Fußball-Referee.



Schiedsrichter David Becker (Mitte) beim Kreisklassenspiel ASV Eglfing gegen ASV Antdorf. Foto: Sebastian Heise

„Die Spielleitung zu übernehmen, bedeutet für mich eine große Verantwortung, und jedes Spiel ist immer eine Herausforderung“, sagt Becker. Aber dies stärke sein Selbstbewusstsein.

David Becker, der beruflich als Techniker und Fachkraft für Arbeitssicherheit im Buchheim Museum in Bernried am Starnberger See arbeitet, pfeift Herrenspiele bis hoch zur Kreisliga. Bei den Gehörlosen ist er sogar international aktiv. So war er zum Beispiel bei der „Futsal-Champions-League der Gehörlosen“ im italienischen Vigevano im Einsatz, und er hofft auf Einsätze bei Welt- und Europameisterschaften der Gehörlosen. Er schätzt es, in die bayerischen Dörfer zu fahren. Vor der Corona-Pandemie war er in einer Saison rund 6000 Kilometer mit dem Auto zu Fußballspielen gefahren. „Oft bin ich überrascht, dass es so viele schöne Ecken gibt.“ Nach dem Spiel bekommt er meistens ein Essen vom Heimklub. Manchmal reist er auch mit dem Zug oder Flugzeug zu nationalen und internationalen Spielen an.

Um seiner Leidenschaft nachgehen zu können, half ihm auch die VdK-Kreisgeschäftsstelle Bad Tölz-Wolfratshausen-Miesbach. Konkret ging es um Schiedsrichter-Lehrgänge, an denen David Becker regelmäßig teilnehmen muss. Der Bezirk Oberbayern verweigerte zunächst die Kostenübernahme für einen Gebärdensprachdolmetscher für diese Fortbildungen. Im Widerspruchsverfahren konnte VdK-Sozialrechtsberaterin Sabine Leitner erreichen, dass der Bezirk doch zahlt. Auf dem Fußballfeld kommt David Becker bestens ohne fremde Unterstützung aus. Dabei hilft ihm auch seine Erfahrung als früherer Fußballer, unter anderem bei den Gehörlosen-Sportvereinen von Heidelberg und Augsburg.

Heute kickt er nur noch gelegentlich selbst. Dafür trainiert er umso mehr: Ein- bis zweimal pro Woche läuft er Strecken von fünf bis zehn Kilometern und macht viel Krafttraining. So bleibt David Becker als Schiedsrichter immer auf Ballhöhe.

Sebastian Heise

# DER EINSATZ HAT SICH GELOHNT

## Jürgen Wolfarth hat mithilfe des VdK eine Vorlesekamera erstritten

**Eine altersbedingte Makuladegeneration kann zur Erblindung führen. Auch Jürgen Wolfarth kann nur noch stark eingeschränkt sehen. Mithilfe des VdK hat der 84-Jährige aus dem bayerischen Kitzingen eine spezielle Vorlesekamera für die Brille erstritten. Das Hilfsmittel nutzt er täglich.**

2012 wurde bei Wolfarth die Erkrankung entdeckt. „Ich habe alles unscharf gesehen. Erst dachte ich, ich bräuchte eine neue Brille. Doch der Arzt hat mir gesagt, dass eine Brille bei mir nichts mehr bringt“, erinnert er sich. Für den ehemaligen Berufsfotografen war die Diagnose ein harter Schlag. Um die Zerstörung der Netzhaut zu verlangsamen, wird Wolfarth seither regelmäßig in einer Fachklinik behandelt. Dennoch hat sein linkes Auge nur zehn Prozent und das rechte Auge sogar nur noch fünf Prozent Sehkraft.

Der Rentner lebt seit dem Tod seiner Frau vor fünf Jahren allein und versorgt sich weitgehend selbst. Um täglich Zeitung und andere Texte zu lesen, nutzte er anfangs noch ein digitales Lesegerät. „Das funktioniert aber nur, wenn ich die Buchstaben auf zwei Zentimeter vergrößere, meine alte Lesebrille aufsetze und mich im Abstand von 15 Zentimetern vor den Bildschirm setze“, schildert er.

Im Herbst 2019 riet ihm eine Augenärztin der Fachklinik, einen Verschlimmerungsantrag zu stellen, um seinen Schwerbehindertenausweis auf 100 Grad der Behinderung (GdB) hochstufen zu lassen. Außerdem empfahl sie ihm eine tragbare Sehhilfe, um seinen Alltag zu erleichtern.

Das Gerät enthält eine intelligente Kamera, die den Fingerzeig oder die Blickrichtung des Nutzers registriert und den vorliegenden Text dann vorliest. Der etwa sechs Zentimeter lange Kasten, der an einem Brillenbügel befestigt ist, wurde speziell für schwer sehbehinderte und blinde Menschen entwickelt.

### Kasse lehnt Antrag ab

Wolfarth ließ sich das über 3000 Euro teure Gerät vorführen und war begeistert: „Das war genau das, was ich für meinen Alltag brauche.“ Mit dem Prospekt unterm Arm suchte er die Geschäftsstelle seiner Krankenkasse auf, um zu erfahren, wie er den Antrag stellen soll. Noch bevor er das tun konnte, erreichte ihn schon eine erste Ablehnung der DAK.

Wolfarth ließ sich nicht entmutigen und reichte den Antrag zusammen mit einem Rezept seines Arztes ein. Wieder lehnte die DAK ab mit der Begründung, das Hilfsmittel könne nur für blinde Menschen bewilligt werden.

Es bestehe keine zwingende Notwendigkeit für die Anschaffung dieses Geräts. Der 84-Jährige sollte doch weiterhin sein altes digitales Lesegerät nutzen. Daraufhin schaltete Wolfarth den VdK Kitzingen ein.

„Wir haben am 11. Februar 2020 Widerspruch eingelegt“, berichtet Kreisgeschäftsführer Peter Fersch. „Die DAK hat auf ihrer Ablehnung beharrt und geschrieben, der Fall sei geprüft worden, und sie sehe keine Möglichkeit, das Gerät zu bewilligen.“ Am 20. Mai wurde diese Entscheidung in einem weiteren Brief nochmals bekräftigt. Wolfarth besorgte sich daraufhin bei seinem Augenarzt ein Attest, welches bescheinigte, dass das Gerät zum Erhalt seiner Selbstständigkeit beitragen würde.

Noch bevor die VdK-Mitarbeiter das Attest losschicken konnten, wurde das Lesegerät bewilligt. „Plötzlich ging alles sehr schnell“, sagt Fersch. „Vermutlich hat die DAK gemerkt, dass wir nicht klein beigeben werden.“ Auch Wolfarth hatte sich auf einen langen Streit eingestellt: „Wenn sie sechsmal abgelehnt hätten, hätten wir sechsmal Widerspruch eingelegt.“



Stark sehbeeinträchtigte Menschen sollten prüfen lassen, welche Hilfsmittel sie benötigen und ob diese von ihrer Krankenkasse bezahlt werden.

Seit Herbst 2020 nutzt der Kitzinger mit großer Begeisterung die Vorlesekamera. „Sie gehört zu meinem Alltag.“ Täglich liest er Zeitung. Auch Kochrezepte und Bedienungsanleitungen kann das Gerät entziffern. Aus eigener Tasche hat Wolfarth einen zusätzlichen Akku gekauft.

„Die Krankenkassen versuchen, die Menschen müde zu machen“, sagt er. „Sie rechnen damit, dass man nicht die Energie hat, für ein Hilfsmittel zu kämpfen.“ In seinem Fall hat sich dieser Einsatz voll gelohnt.

Annette Liebmann

## EIN BVS'LER IST VIZEMEISTER BEI DEN 17. DEUTSCHEN MEISTERSCHAFTEN IM PARALYMPISCHEN BOCCIA

**Christoph Voit vom BVS Weiden schaffte es nochmals ohne Niederlage bis ins Endspiel und erreichte erneut die Vizemeisterschaft und die Silbermedaille.**

Nach dem pandemiebedingten Ausfall 2020 fanden im September 2021 die 17. Deutschen Meisterschaften im Boccia statt, diesmal in der Sporthalle Klarenthal in Wiesbaden.

In vier Wettkampfklassen kämpften die Teilnehmenden aus ganz Deutschland um die Titel in der paralympischen Sportart. Die Klassifizierung und Zuordnung zu den vier Wettkampfklassen BC 1 bis BC 4 erfolgt nach individueller Art und Schwere der körperlichen Beeinträchtigungen. Gespielt wurde nach den internationalen Regeln der „Boccia International Sports Federation“.

*BISFed*

Mit Christoph Voit konnte erneut ein Behindertensportler des Behinderten- und Vitalisportvereins Weiden bei den 17. Deutschen Meisterschaften starten. Voit war bereits durch seine Platzierung bei der letzten Deutschen Meisterschaft startberechtigt. Er trat in der Wettkampfklasse BC 1, die auch international bestätigt ist, mit weiteren 7 Konkurrenten an.

Die Spiele wurden in zwei Gruppen mit jeweils 4 Spielern durchgeführt. Voit konnte sämtliche Gruppenspiele klar für sich entscheiden, darunter auch das Spiel gegen die Drittplatzierte der letzten Deutschen Meisterschaft. Er war damit Gruppensieger und stand im Halbfinale.

Hier traf er auf die Zweitplatzierte der anderen Gruppe, eine Spielerin aus Bad Kreuznach, die auch bei den letzten Deutschen Meisterschaften vordere Plätze erreichte.

**«Voit konnte sämtliche Gruppenspiele klar für sich entscheiden.»**

In einem spannenden Wettkampf, bei dem beide ihr gesamtes Können abrufen mussten, konnte Voit aber letztlich einen klaren Sieg mit 5:1 verbuchen, und sein Ziel, ins Endspiel zu gelangen, wurde Wirklichkeit.

Im Endspiel kam es wie auch bei der letzten Deutschen Meisterschaft erneut zu einem Duell zwischen zwei Athleten der Deutschen Nationalmannschaft im Para-Boccia. Trotz eines starken Spiels musste Voit schließlich seiner Gegnerin aus Greifswald den Sieg überlassen. Damit erreichte der BVS'ler wiederum Platz 2 und freute sich über die Silbermedaille.

*MW/red*

Foto: BVS Weiden



## FRAMERUNNING – WER KENNT'S?



**FrameRunning ist im Behinderten- und Inklusionssport längst ein Begriff, aber in der breiten Öffentlichkeit ist dieser Sport noch weitgehend unbekannt. Das will Katharina Polke ändern. Sie will ihren Herzessport bekannter machen - und wählt dafür ihren ganz eigenen Weg.**

Sie selbst ist durch ihren Freund zum FrameRunning gekommen – und was als Freizeittraining begann, ist heute zu einem wichtigen Teil im Leben der 37-Jährigen geworden. Sechsmal die Woche ist sie jetzt im Training: zweimal mit dem BVS Bayern Landestrainer Para Leichtathletik Carlos Ávila de Borba und viermal ohne Trainer, aber mit genauer Überwachung ihrer Leistung und Fortschritte.

Katharina hat sich hohe Ziele gesteckt: sie wollte bei den Paralympics 2024 an den Start gehen. Die Voraussetzungen dafür hat sie, denn sie betreibt ihren Sport mit jeder Menge Herzblut und Freude.

Leider hat das IPC jetzt kurzfristig entschieden, FrameRunning in Paris nicht auszutragen. Aber Katharina hofft auf die Nächste Gelegenheit.

### **FrameRunning - von der Therapie zum Leistungssport**

Sportler\*innen, die Frame Running praktizieren, laufen in einem speziell gefertigten Dreirad-Rahmen ohne Pedale.

Entwickelt wurde das Laufgerät schon 1991 in Dänemark von Connie Hansen. Durch die besondere Konstruktion ist das Gleichgewicht halten kein Problem.



Fotos: BVS Bayern

Als Sportart eignet sich FrameRunning daher vor allem für Menschen mit Cerebralparese, Arthrose oder einer Beeinträchtigung der Geh- und Bewegungskoordination.

Für Katharina Polke bedeutet der Sport aber vor allem Freiheit, Spaß und ein neues Lebensgefühl.

Diese Begeisterung will sie nun auch anderen vermitteln. Daher hat Katharina jetzt eine Vortragsreihe begonnen. Sie besucht in erster Linie Schulen für Physiotherapeuten und für Körperbehinderte.

Anhand ihrer eigenen Lebensgeschichte und ihres Weges in den Leistungssport will sie Auszubildenden und Studierenden einen Eindruck von ihrer Sportart vermitteln - und gibt dabei gleichzeitig Einblicke in ihren Alltag. So will sie FrameRunning in die Welt hinaustragen, Schritt für Schritt. Natürlich nutzt sie dazu auch die sozialen Netzwerke. Auf Instagram findet Ihr sie unter @sunroll84.

Wenn Ihr mehr über FrameRunning erfahren und Katharina kennenlernen wollt, meldet Euch einfach beim BVS Bayern.

*KP/red*

## DAS RBB-TEAM DES BVS BAYERN IN BESTFORM

Team Bayern sichert sich den ersten Meistertitel nach Corona!



Nach zwei Jahren Pause bringen die bayrischen Damen unter der Leitung von Landestrainer Sebastian Gillsch im September nach einer eindrucksvollen Performance Gold von Quakenbrück zurück in den Freistaat. Und das als einziges Team ohne eine einzige Niederlage. Gratulation!

Nach einer zwölfstündigen Anreise am Freitag mit einem barrierefreien Reisebus, den sich die Bayern mit dem befreundeten Team aus Hessen teilten, hieß der Gegner in der Gruppenphase Team99ers Köln, der Vizemeister aus dem Jahr 2019. Da im Vorfeld ein Team abgesagt hatte, gab es in der Gruppe B den ungewöhnlichen Spielmodus von Hin- und Rückspiel. Die Zielrichtung für das Team Bayern hieß Gruppensieg.

Nach einem leicht nervösen Spielstart - es war für viele Spielerinnen der erste Wettkampf seit eineinhalb Jahren und für die drei Rookies im Team die erste Deutsche Meisterschaft - ging der Sieg trotzdem mit einem klaren 40:11 an das Team Bayern.

Im Rückspiel wurde das Teamplay perfektioniert und der Einzug ins abendliche Halbfinale mit 42:26 safe gemacht. Das wohl bemerkenswerteste an diesem Spiel: 10 von 12 Spielerinnen konnten sich am Scoreboard eintragen. Ein Zeichen für die große qualitative Tiefe des Kaders.

Der Gameplan für das Halbfinale gegen den ehemaligen Meister Hamburg war klar: gleich in den ersten Minuten zeigen, wie man in Bayern Basketball spielt. Nach einem eindrucksvollen 10 zu 01 Lauf war dieses Ziel eindeutig erreicht. Diesen Vorsprung baute das Team über die folgenden Minuten auf ein klares 42:23 aus und sicherte sich so mit einem klaren Statement den Einzug ins Finale.

Der Gegner hier: ausgerechnet die Busnachbarn aus Hessen! Diese hatten sich allerdings erst nach einer klaren Niederlage gegen das Überraschungsteam Ost in der Vorrunde der Gruppe A über das sogenannte Challengespiel für das Halbfinale qualifiziert.

Mit einer hohen Spielintensität und dem Fokus auf die eigenen Stärken sollte schon früh ein Vorsprung erarbeitet werden. Denn auch wenn das nie laut ausgesprochen wurde, war für alle zwölf Spielerinnen klar, dass jede einzelne ihre Einsatzzeit in diesem ganz besonderen Spiel bekommen sollte. Und die Taktik ging auf: Mit 19 zu 02 Zählern gegen die Hessinnen ging es für Team Bayern in die erste Viertelpause.

Damit konnte das Trainerteam dann durchwechseln. Mit 60:40 (Halbzeit 34 zu 20) ging auch der letzte Sieg mit 20 Punkten plus nach Bayern.

„Ich bin unglaublich stolz auf die Mannschaft und die Teamleistung, die wir aufs Parkett gebracht haben. Die Mädels haben es mir dieses Wochenende sehr einfach gemacht. Sie haben sich sowohl auf dem Parkett als auch abseits als funktionierende Einheit präsentiert. Ich freu mich sehr auf das, was diese junge Mannschaft zukünftig noch erreichen kann,“ sagte ein begeisterter Coach Gillsch nach dem Spiel.

*SL/red*

### Mit Testspielerfolg in Richtung Deutscher Meisterschaft!

Nachdem sich Augsburg bereits im Rahmen der DM-Vorbereitung der Damen als ein hervorragender Trainingsstandort empfohlen hatte, fand hier nun getreu dem Motto „never change a running system“ auch der nächste Leistungslehrgang der Junioren statt.

Leider konnten BVS Bayern Landestrainer Sebastian Gillsch nicht auf den gesamten Kader zurückgreifen, denn die Ulmer Spieler\*innen befanden sich zeitgleich auf einem Trainingslager im Zuge der Saisonvorbereitung.





Die frei gewordenen Kaderplätze konnten jedoch kurzfristig aus den eigenen Reihen des Perspektivkaders nachbesetzt werden. „Unser Kader ist in diesem Jahr extrem tief und ausgeglichen besetzt. Das Team versteht sich auf und abseits des Spielfelds hervorragend. In den kommenden Wochen und Monaten werden wir weiter an den Feinheiten arbeiten, sodass wir im Dezember unseren besten Basketball spielen werden!“, so Gillsch nach dem Lehrgang.

Im Zuge der zweitägigen Trainingsmaßnahme absolvierte das zwölfköpfige Team drei Trainingseinheiten, wobei der Fokus hauptsächlich im spielerischen Bereich lag. Höhepunkt des Lehrgangs war das Testspiel gegen die Regionalligamannschaft der AUXBURG BASKETZ. „In einer von beiden Seiten hart aber stets fair geführten Partie konnten wir uns für die Niederlage unseres Damenteams, welches vor 5 Wochen ebenfalls im Rahmen der DM-Vorbereitung gegen die Augsburgers spielten, „revanchieren“, freute sich Gillsch.

Mit 59:40 Zählern nach vier und 89:69 Punkten nach sechs gespielten Vierteln präsentierte sich der Landeskader

in einer guten Frühform. „Wir konnten verschiedene Aufstellungen und Rotationen testen, und es war schön zu sehen, dass unsere Spieler\*innen auch in ungewohnten Konstellationen lösungsorientiert spielen und eigenständig auf Herausforderungen reagieren können. Wenn wir es schaffen, den Fokus von Beginn an hoch zu halten, können wir bei der DM jeden schlagen!“, freute sich Assistenztrainerin Birgit Meitner nach dem Testspiel.

Fotos: Steffi Wunderlich (DM Damen), Uli Gasper (Trainingslager Lobbach)



Eine Woche vor der DM im Dezember wird sich der Kader dann nochmals im Rahmen eines mehrtägigen Lehrgangs final auf das Turnier vorbereiten.

Gillsch: „Abschließend möchten wir uns erneut bei unseren Freunden der BASKETZ aus Augsburg für den Support während unserer Trainingsmaßnahme bedanken.“

#### Fazit und Ausblick

Schon vor dem letzten Jahreshighlight 2021, der Deutschen Meisterschaft der Junioren vom 17.12 bis 19.12. in Bonn, zieht der Landestrainer eine positive Jahresbilanz: Erfolgreiche Trainingslager und Lehrgänge, eine tolle Teambildung und der Meistertitel für die Damen – besser konnte das Basketballjahr für die Rollstuhlbasketballer\*innen des BVS Bayern kaum laufen.

„Klares Ziel in diesem Jahr ist es jetzt noch, den Titel auch bei den Junioren nach Bayern zu holen.“

Und der Ausblick auf 2022? „2022 wird ein herausforderndes Jahr. Wir werden einen signifikanten Umbruch in unserem Kader haben. Alterstechnisch fallen über 10 Spieler\*innen aus der Förderstruktur, davon 6 absolute Leistungsträger\*innen. Bedingt durch Corona lag speziell die Nachwuchssichtung lange Zeit brach.

Vereine konnten nicht wie gewohnt arbeiten und der Kontakt zu den Übungsleiter\*innen und Verantwortlichen gestaltete sich noch schwerer als schon vor der Pandemie.

Nichts destotrotz werden wir auch im kommenden Jahr angreifen! Junge motivierte Menschen zu gewinnen, die sich für Rollstuhlbasketball begeistern, ist nun wichtiger denn je. Deshalb möchten wir schon heute alle Vereine, Eltern und interessierte Kids, völlig egal ob mit oder ohne Behinderung, bitten sich bei uns zu melden, damit wir gemeinsam den Rollstuhlbasketball voranbringen und den Nachwuchs so fördern können, wie er es verdient.“

SG/red



## DIE ETWAS ANDERE ART, BOCCIA ZU SPIELEN

Bei einem Lehrgang in Straubing bekam Max Datzmann von der BSG Hintereben die Anregung, eine Variante des Bocciaspiels als sechste Sportart (neben Reha-Sport, Fußballtennis, Schwimmen, Gymnastik und Kegeln) in das Angebot des Vereins aufzunehmen.

Das Interesse daran übertraf allerdings die kühnsten Erwartungen der Ausrichter: Die Hinterebener Ortsvereine gingen mit zwanzig Mannschaften an den Start, aufgeteilt in vier Gruppen zu fünf Teams, wobei zunächst jeder gegen jeden spielte.

Den Sieg holte sich am Ende des 5-stündigen Turniers das Team der Soldaten- und Kriegerkameradschaft.

BSG-Vorstand Max Stockinger und die Organisatoren des Turniers, Sabine und Otto Spannbauer, überreichten allen Teams Urkunden, für den ersten bis fünften Platz gab es zusätzlich noch Geldpreise.

Dafür wurden die Startgelder in Höhe von 10 Euro/Team gesammelt und auf die Platzierungen verteilt. Nächstes Jahr, versprochen die Organisatoren, gibt es auf jeden Fall ein ähnliches Turnier.

FD/red



Das BSG-Boccia kann man am ehesten mit dem Stockschießen vergleichen. Auf einer zwei Meter breiten und zehn Meter langen Bahn wirft ein Spieler den „Jack“ oder auch „Gockel“ ins Feld.

Die Erst- und Zweitplatzierten kamen in die Endrunde, die Dritt- und Viertplatzierten spielten die weiteren Plätze aus.

In 3er Teams versuchen die Spieler anschließend, ihre Stahlkugeln – bzw. in der Halle kleine Lederbälle – so nahe wie möglich am Gockel zu platzieren. Das geht am besten mit einem idealen Mix aus Technik und Gefühl.

Am Ende zählt der/die Schiedsrichter\*in, wie viele Kugeln des Teams mit der bestplatzierten Kugel dem Gockel am Nächsten liegen.

Seit 2 Jahren trainieren die Hinterebener jeden Montag ihre Boccia-Variante, im Sommer auf Sand, im Winter in der Halle. Nun fühlten sie sich fit genug, um ein größeres Turnier auszurichten.



Vertreter\*innen der erfolgreichsten Teams und Organisatoren: vlnr Martin Müller (Feuerwehr), Helmut Krieg (Soldaten- und Kriegerkameradschaft), Max Stockinger (BSG), Thomas Freund (AH), Hermann Zillner (BSG), Christian Strobl (SV), Otto und Sabine Spannbauer. Fotos: Florian Duschl

## BVS RADLER WIEDER ON TOUR

**Auch dieses Jahr richtete die RVSG Abteilung Muhr am See den sehr beliebten inklusiven Radwandertag des BVS Bayern Bezirk Mittelfranken e.V. aus.**

70 Teilnehmer aus Hilpoltstein, Bad Windsheim, Leutershausen, Ansbach, Schwabach, Weißenburg und Gunzenhausen und Umgebung trafen sich am Altmühlsee an der Hafenanlage Muhr bei traumhaft schönem Wetter.

*«Alle Radler\*innen waren mit der Streckenauswahl sehr zufrieden und werden sicherlich nächstes Jahr am Radwandertag des BVS am Altmühlsee wieder dabei sein.»*

Dort begrüßte sie Andrea Hofmeier, die stellvertretende Vorsitzende des BVS Mittelfranken, und stellte neben den Hygienevorschriften gleich die einzelnen Fahrstrecken vor.

Von der BVS Bezirksvorstandschafft waren noch Schatzmeister Hans Freiberg und der stellvertretende Sportwart Peter Hauenstein mit von der Partie.

Von den jeweiligen Guides geführt starteten die drei Gruppen auf den ausgewählten Strecken.

Die mit 45 km längste Tour führte zum Brombachsee und über Pfofeld und Gunzenhausen wieder zurück an den Altmühlsee.

Am Altmühl-Überleiter, über Ornbau und Triesdorf radelte die zweite Gruppe 34 km bis fast nach Wolframs Eschenbach und dann über Merkendorf und das Krautland zurück nach Muhr am See.

Dort gab es noch eine kurze Runde und Führung in den historischen Kern des Dorfes.

Die kürzeste Runde führte auf 22 Kilometern über das Biotop Wiesmet bis nach Merkendorf und durch den Mönchswald wieder zurück zum Hafen in Muhr.



Fotos: BVS Bezirk Mittelfranken

In geselliger Runde verbrachten die Sportler\*innen nach ihren Touren noch einige Stunden unter strahlendem Himmel bei toller Bewirtung am Strandkiosk.

Alle Radler\*innen waren mit der Streckenauswahl sehr zufrieden und werden sicherlich nächstes Jahr am Radwandertag des BVS am Altmühlsee wieder dabei sein.

AHK/red



## ERSTES ROLLSTUHLTRAINING FÜR KINDER- UND JUGENDLICHE



Hindernisse wie grobes Pflaster, Straßenübergänge, Bordsteine, Steigungen und Neigungen und vieles mehr bewältigt.

Einigen taten am Ende die Arme weh, aber trotzdem waren alle froh, am Ziel zu sein und ihr verdientes Eis zu essen.

Nebenbei bekamen die Begleitpersonen Tipps, z.B. über spezielle Kinderrollstuhlversorgung, wie man auf Augenhöhe Hand in Hand durch die Stadt schlendern oder mit Rollstuhlkindern mehrere Stufen bewältigen kann.

Wir freuen uns schon sehr auf die Fortsetzung im nächsten Jahr."

RP/red

Romy Pawellek ist glücklich: „Am 25.9.21 konnten wir in Nürnberg das erste Kinder- und Jugendrollstuhltraining in der Stadt veranstalten.

Ziel war das selbständige Fahren ohne die Eltern, weil man als Jugendliche oder junge Erwachsene ja auch gerne mal mit einem Freund oder einer Freundin unterwegs sein möchte.

Daher haben sich die jungen Rollstuhlfahrer\*innen überwiegend allein durch die Stadt bewegt und



Das Training wird ermöglicht durch die Unterstützung des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales.



«Einigen taten am Ende die Arme weh, aber trotzdem waren alle froh, am Ziel zu sein und ihr verdientes Eis zu essen.»

## EINMAL IN DEN SPORT „HINEINSCHNUPPERN“

Das Sportangebot des BVS Bayern für Menschen mit und ohne Behinderung ist groß. Aber wie finde ich heraus, was mir Spaß macht, bevor ich mich für eine bestimmte Sportart entscheide? Dafür bietet der BVS Bayern regelmäßig Schnupperkurse an. Hier können Interessierte ganz unverbindlich ausprobieren, wie sich ein inklusiver Sport anfühlt.

Zum Beispiel beim Rollstuhlfechten oder inklusiven Segeln. Die Erfahrung zeigt: fast bei jedem Schnupperkurs können neue Sportler\*innen gewonnen werden! Schaut doch selbst mal rein. Termine für Schnupperkurse findet Ihr auf der Homepage des BVS Bayern unter **Veranstaltungen & Termine**.

Die Schnupperkurse werden aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.

### Rollstuhlfechten Schnupperkurse im September und Oktober 2021

Rollstuhlfechten in Bayern bekannter zu machen, das ist das Ziel der BVS-Schnupperkurse. Im September konnten die Fechtclubs aus Kaufbeuren und Landshut als neue Veranstaltungsorte gewonnen werden. Mit 24 Teilnehmern bei sonnigem Wetter waren Wettkampf und Kurs sehr gut besucht.

Das absolute Highlight war der inklusive Wettkampf, den mit Felix Schrader erstmalig ein Rollstuhlfechter aus Esslingen gewann.

Felix startet für Deutschland beim IWAS-Weltcup, der zur Qualifikation für die Paralympics zählt.

Der Rollstuhlfechten-Schnupperkurs im Oktober 2021 in München war für einige Fechter der erste Kontakt zum Rollstuhlfechtssport.

Abteilungsleiter Jürgen Zielinski-Lick: „Die tolle Wettkampfstimmung am Samstag in der Fechthalle im Werksviertel-Mitte beim Münchner Ostbahnhof hat drei junge Männer spontan angeregt, das Projekt durch ihre Mitgliedschaft zu unterstützen. Alle sind auch am zweiten Tag des Schnupperkurses wieder erschienen und werden nun auch regelmäßig am Training teilnehmen.“

Die BVS-Schnupperkurse in Kombination mit inklusiven Wettkämpfen sind die bestmögliche Präsentation einer in Bayern bislang noch nahezu unbekannt Sportart.

Beim Rollstuhlfechten läuft Inklusion andersherum – die Rollstuhlsportler\*innen laden ein, ihren Sport aus nächster Nähe auszuprobieren.

Zielinski-Lick: „Für nächstes Jahr planen wir eine Turnierserie der anderen Art: Eine BVS-Wettkampfsreihe, die für alle nur im Rollstuhlfechtgestell stattfindet - Ihr dürft gespannt sein! Wir freuen uns auf Euch bei unseren monatlichen Schnupperkursen im Rollstuhlfechten. Schaut vorbei!“

### Vierter Schnupperkurs Segeln in Prien

Schon zum vierten Mal in diesem Jahr konnten im Oktober auf dem Chiemsee die Segel gesetzt werden. Trotz leicht steigender Coronazahlen konnte vom 1.10. - 3.10.2021 der vierte Schnupperkurs Segeln 2021 in Prien am Chiemsee durchgeführt werden. Bei allen teilnehmenden Jugendlichen wurde zur Sicherheit aller jeden Morgen vor dem Start des Kurses ein Coronatest durchgeführt.



Fotos: BVS Bayern

Mit zehn Teilnehmenden war auch der letzte Schnupperkurs in diesem Jahr gut besucht. Das sonnige Wetter bot ideale Segelbedingungen, und Freitag und Samstag gab es leichten Wind, der am Sonntag fast zu sehr auffrischte. Aber die Jugendlichen waren begeistert!

Auch der ausrichtende Verein war mit den Leistungen der Teilnehmenden sehr zufrieden und freut sich, durch die Schnupperkurse immer wieder neue Sportler\*innen für das (Para-)Segeln gewinnen zu können. Mast und Schottbruch bis zum nächsten Jahr!

ES/AL/red



## 25. JUBILÄUMS APS DER AG DIABETES, SPORT UND BEWEGUNG DER DDG



APS 2021: Geplant – verschoben – mit Verzögerung durchgeführt. Das für 2020 geplante APS konnte aufgrund des Lockdowns nicht durchgeführt werden. Die bereits ins Detail gehende Vorbereitung war plötzlich irrelevant, Tristesse machte sich bei dem Organisationsteam um B. Hansel und Dr. P. Zimmer breit.

Die zunehmende Durchimpfung gegen das Coronavirus ließ im Frühjahr 2021 an eine Wiederaufnahme der Planung denken. Im September war es dann soweit: Eine kleine Gruppe (14 + 6) geimpfter, unerschrockener Menschen mit Typ 1 Diabetes, teilweise mit Angehörigen, hatte sich für das viertägige Seminar angemeldet.

### Donnerstag, 23.9.2021

Nach einer akribischen Prüfung der Impfunterlagen eröffnete Dr. Peter Zimmer unter den Schlägen der aus Unterjoch mitgebrachten Kuhglocke das auch in diesem Jahr von Birgit Hansel hervorragend vorbereitete 25. Arzt-Patienten-Seminar. Gemäß dem Motto der letzten Jahre „Sport, der Spaß macht, Theorie, die das Leben leichter macht und Geselligkeit, die die Lebensqualität erhöht“ war das diesjährige Seminar schwerpunktmäßig den ernährungsbedingten Stoffwechsellabulenzen gewidmet. Nach dem Mittagessen, das bei herrlichem Spätsommerwetter im Freien stattfand, ging es auf die Tennisfreiplätze. Bei entsprechend dosiertem Spiel mit der Filzkugel kam bei den 23 Teilnehmer\*innen aus mehreren Bundesländern (u.a. NRW und Hamburg) schnell gute Stimmung auf.

Im Aura Hotel wurden dann die Sensoren angelegt (Sensoren der Firmen Medtronic, Abbott und Dexcom standen zur Auswahl). Danach „entführte“ Dr. P. Zimmer die Teilnehmer\*innen interaktiv in die Tiefen der Stoffwechselregulation während körperlicher Betätigung sowohl bei Nichtdiabetikern als auch bei Menschen mit Diabetes Typ1.



Bemerkenswert war der gute Wissensstand der Teilnehmer\*innen über Physiologie, Dosis-Anpassungsregeln der Insulintherapie sowie Präventivmaßnahmen gegen die Hypoglykämie. Abschließend fand eine Vorbesprechung für die Aktivitäten des nächsten Tages statt.

### Freitag, 24.9.2021

Wieder ein Tag mit wunderbarem Spätsommerwetter. Nach der frühmorgendlichen Gymnastik mit Stretching und Dehnung und einem am Tisch servier-



ten großartigen Frühstück machte sich die Gruppe der Mountainbiker\*innen in Richtung Wieskirche (ca. 35 km) auf, die andere Gruppe startete in Bad Kohlgrub zu einer Wanderung durch hügeliges Gelände (ca. 7 km). Trotz Durchquerung einer Furt und einigen Anstiegen blieben die Gewebeszuckerwerte dank Insulinreduktion und Sport-BEs im Zielbereich.





Damit konnte der Mahlzeitentest, wie am Abend davor besprochen, starten: Nadja Wilhelm und die Hotelküche schafften es, die Menüs entsprechend zu erstellen. Drei durch Losentscheid gebildete Gruppen sollten die Auswirkungen unterschiedlicher Ernährungsformen in das Bewusstsein der Teilnehmer\*innen bringen.

Verglichen wurden: Gruppe A: 800 kcal, 50% KH mit hohen glykämischen Index (GI), Gruppe B: 800 kcal, 50% KH mit niedrigem GI und Gruppe C: 800 kcal, Low Carb 25% und hohem Eiweißanteil. Die Auswirkungen einer Low Carb eiweißreichen Ernährung konnten dargestellt werden (siehe Abb.). Die 3 stündige Testzeit wurde durch Vorträge von Dr. C. Sieh über die Physiologie der Insulinfreisetzung und -resorption sowie von Dr. J. Völkl über ein Update der Coronaepidemie sinnvoll überbrückt.

In der Night Session ging Dr. P. Borchert auf Fragen der Motivation ein und betonte die Wichtigkeit der Zielsetzung für Patient\*innen mit chronischen Erkrankungen. Unter großem Beifall stellte er Hilfestellungen für die Selbstmotivation und Abwehrmechanismen gegen den eigenen Schweinehund dar.

### Samstag, 25.9.2021

Highlight des APS 2021: Bergtour und Jubiläumsveranstaltung: Aufgewärmt und gelockert nach dem morgendlichen Gymnastikprogramm wurde das „Hintere Hörndl“ in zwei Gruppen angesteuert.

Die „Fitten“ erreichten den Gipfel in ca. 2 Stunden, die weniger Trainierten mit Hilfe eines antiquierten Sesselliftes in ca 1,5 Stunden. Glücklicherweise ob der erbrachten Leistung und dem überwältigenden Rundblick auf das Voralpengebiet mit Starnberger, Ammer- und Staffelsee einerseits und Karwendelgebirge mit Zugspitze andererseits fand man sich bei sommerlichen Temperaturen auf der Alm zur Brotzeit und Kaffee ein.

Mit Sonne im Herzen konnte die Jubiläumsveranstaltung anlässlich der 25. Veranstaltung beginnen. Das von B. Hansel entfachte Feuerwerk der Sinne war dem Anlass würdig, die Moderation des Abends durch Dr. J. Völkl wie immer amüsant. Zur Überraschung für den Seminarleiter bestand das Programm in einer Powerpointdarstellung der letzten 25 Jahre, eine Bilderwand lud zur Betrachtung mancher Eindrücke der vergangenen Jahre ein und Grußworte von Frau Mattig-Fabian (DiabetesDE) und Dr. S. Kress (AG Diabetes, Sport und Bewegung) rundeten die gelungene Veranstaltung ab.

Dazu gab es eine zünftige bayerische Musik und eine Neukomposition mit Gitarrenbegleitung von Dr. C. Sieh.

Zur Erinnerung erhielt jede\*r Teilnehmer\*in eine Chronik der 25 durchgeführten APS, zusammengestellt von G. Katzenbogen.

### Sonntag, 26.9.2021

Nach Frühgymnastik und Frühstück, noch voll von den Eindrücken der Jubiläumsveranstaltung,

Fotos: Dr. P. Zimmer



konnten alle Teilnehmer\*innen ihre GZ-Kurven, ihre individuelle Insulindosis-Anpassung in einer Gruppensitzung offen darstellen und durch die Diabetologen analysieren lassen – eine Art interaktive Schulung mit großartigem Lerneffekt. Dabei zeigte sich neben manchen unklaren Kurvenauslenkungen ein gutes Management der Dosisanpassung während körperlicher Betätigung.

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass diese Veranstaltung mit ihren neuen Impulsen (Renaissance der Sportart Tennis, Mahlzeitentest und Jubiläumsfeier) und eine astreine Wetterlage neue Maßstäbe gesetzt hat. Umso mehr erfreute es die Teilnehmer\*innen, zu hören, dass es auch nächstes Jahr wieder ein Arzt-Patienten-Seminar geben wird (6. – 9. 10. 2022).

Das Betreuersteam dankt den Firmen Abbott, Medtronic, Lilly, Aventis, AstraZeneca und dem BVS Bayern für die geleistete Unterstützung und der Belegschaft des Aura Hotels für die freundliche Aufnahme.

PZ/red



## MEDIZIN NEWS

In der heutigen Ausgabe berichtet Dr. Peter Zimmer über Muskelverletzungen, über Magen-Darm-Beschwerden unter Ausdauerbelastung und über Beeinträchtigung der sportlichen Leistungsfähigkeit durch Schlafmangel.

### Muskelverletzungen – schnelles Handeln ist gefragt

Wer hat das nicht schon selbst erfahren: ein plötzlicher einschließender Schmerz im Bereich der Ischiocruralen Muskulatur (hintere Oberschenkelmuskeln), den Adductoren oder des M. rectus femoris? Dann ist das Gebot der Stunde, möglichst sofort Maßnahmen nach dem PECH-Schema anzuwenden, um größere Blessuren zu verhindern. PECH steht dabei für Pause, Eis, Kompression und Hochlagern.

Die Diagnose „Muskelverletzung“ ist aufgrund der typischen Beschwerden relativ einfach, wobei zu bemerken ist, dass die Verletzungen zumeist ohne Fremdeinwirkungen entstehen.

Vermutet wird, dass die Muskelverletzungen (Muskelfaserriss) durch Ermüdung und fehlendes Aufwärmen zustande kommen. Von der Zeitspanne zwischen Trauma und Erstbehandlung hängt die Länge des Heilungsprozesses ab. Die Kältebehandlung sollte dabei nicht übertrieben werden (5 min Kälteanwendung mit in Eiswasser getränkten Mullbinden und 2 min Pause).

Eine zusätzliche frühzeitige Behandlung mit Traumeel oral und einem Präparat der Rosskastanie wurde kürzlich von der Gruppe um PD Dr. Stefan Mattyasovsky (Praxis Galenos in Mainz) vorgeschlagen, um den Schmerz zu reduzieren und um Schwellungen zu vermeiden [1].

Tierexperimentell wurde eine intramuskuläre Injektion von Traumeel S plus einem aminosäurehaltigen Plasmapräparat getestet. Dabei zeigte sich eine beschleunigte Regeneration des traumatisierten Muskels. Eine frühfunktionelle Physiotherapie verkürzt die Verletzungspause zusätzlich.

[1] DZSM 72 Jahrgang, 5/2021



### Wie lassen sich Magen-Darmbeschwerden bei Ausdauersport verhindern?

Aus Sorge vor Krämpfen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Durchfall und Erbrechen vernachlässigen manche Ausdauersportler\*innen, ausreichende und angepasste Nahrung aufzunehmen. Dadurch kann es zu dem sog. „Hungerast“ mit Leistungsabfall kommen. Darunter versteht man eine komplette Entleerung der Glykogenspeicher von Muskulatur und Leber, was zu Hypoglykämie führen kann, die normalerweise nur bei Diabetiker\*innen auftritt.

Schon seit längerer Zeit beschäftigt sich die Forschung mit den Herausforderungen einer optimalen Verpflegung während intensiver Belastungen. Kohlenhydrate in Form von Mono- und Disacchariden stehen an oberster Stelle, sie sind hinsichtlich der Energieeffizienz günstiger als Fette und Proteine und können sowohl aerob als auch anaerob verstoffwechselt werden (unter Entstehung von Laktat).

Mit Hilfe des sog. „Carbo – Loadings“ kann der Glycogengehalt erhöht werden, bei Untrainierten bis 300 – 400 Gramm, bei Trainierten bis zu 600 Gramm.

Was verursacht nun die gastroenterologischen Nebenwirkungen bei intensiver körperlicher Betätigung, und wie lässt sich die notwendige Nahrungsaufnahme trotzdem gewährleisten?

Ab einer Belastungsintensität von 70% der  $Vo^2_{max}$  nimmt die Magendurchblutung ab, die Magensäureproduktion nimmt zu, es kommt zum Reflux. Gleichzeitig nimmt die Motilität des Dünndarms ab und die des Dickdarms zu (das erklärt den gesteigerten Defäkationsreiz).

Die gebeugte Haltung bei Radfahrern kann zusätzliche Beschwerden hervorrufen. Das American College of Sports Medicine empfiehlt bei einer  $Vo^2_{max} > 70\%$  60–70g Kohlehydrat in Form von Glukose/h. Limitierend für die Aufnahme der KH im Dünndarm ist die Transportkapazität des Glukosetransporters SGLT-1. Die Aufnahme kann gesteigert werden, wenn Fruktose gegeben wird, weil Fruktose über einen anderen Transporter aufgenommen wird. Die Mischung sollte 2 Anteile Glukose und 1 Teil Fruktose beinhalten. Voraussetzung ist eine gute Verträglichkeit für Fruktose (auszuschließen ist eine Fruktoseintoleranz).

Was folgt daraus: Schon im Training sollte die Verträglichkeit der Alimentation getestet werden, um nicht später im Wettbewerb ungute Überraschungen zu erleben.

[1] DZSM 72 5(2021) D1 – D4

### Schlafmangel beeinträchtigt sportliche Leistungsfähigkeit

Immer mehr verdichten sich die Hinweise, dass Schlafmangel die Leis-



tungsfähigkeit von Spitzensportlern beeinträchtigt. So hat man herausgefunden, dass die Exaktheit der Bewegung z.B. beim Aufschlag bei Tennisspielern darunter leidet. Auch traten mit zunehmendem Schlafmangel Magen-Darm-Beschwerden auf.

Mit abnehmender Schlafqualität nimmt auch das Verletzungsrisiko zu. Besonders an Wettkampftagen sollte ein ausreichender Schlaf ohne Unterbrechungen zustande kommen. Sponsoren sollten in Zukunft deshalb auch auf die Einhaltung von ausreichenden Schlafperioden drängen. Für den individuellen Spitzensport sollte neben dem regulären Training ausreichend Zeit für Regeneration und Entspannung eingerechnet werden.

PZ/red

DZSM 72 4/2021 D12



Fotos: Victoria Borodina (Boomerang), dietmaha (Tennisball), Pixabay

## SHG DIABETES TYP 2 FÜR FREISING UND UMGEBUNG E.V. SUCHT TRAINER\*IN

Die Selbsthilfegruppe Diabetes Typ 2 für Freising und Umgebung sucht dringend zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine\*n qualifizierte\*n Trainer\*in in Freising für die Kurse am Mittwoch von 15 bis 17 Uhr.

### Zum Verein:

Dem Arzt Dr. Bernhard Helmreich und Hannes Haun von der AOK sowie Wolfgang Krapfenbauer ist es zu verdanken, dass es die Selbsthilfegruppe Diabetes Typ 2 für Freising und Umgebung e.V. gibt. Am 26. Juli 2001 wurde der gemeinnützige Verein gegründet. Seitdem fand – außer in den Ferien und in Zeiten der Corona-Pandemie - jeden Donnerstag von 18:30 bis 20:00 Uhr die Diabetes-Gymnastik unter Leitung qualifizierter Trainer\*innen und unter ärztlicher Betreuung statt. Der Verein steht allen Interessierten und Sportbegeisterten offen, der Schwerpunkt liegt aber bei Menschen mit Diabetes Typ 2.

Zweck des Vereins ist die Förderung der Fürsorge und des Sports sowie der öffentlichen Gesundheitspflege.

„Wegen Corona mußten wir uns einen neuen Übungsraum suchen, den wir jetzt im Sportheim der Eintracht Freising gefunden haben. Der Übungszeitraum ist flexibel. Leider hat sich einer unserer Trainer beruflich verändert, und deshalb suchen wir eine\*n neue\*n Trainer\*in“, erklärt Irmgard Held, Schriftführerin und Kassiererin des Vereins. „Wir hoffen, dass wir bald jemanden finden, um unsere Gymnastik-Kurse wieder wie gewohnt anbieten zu können.“

Wenn Sie Interesse daran haben, die Diabetes-Gymnastik-Kurse in Freising zu leiten, wenden Sie sich einfach an die Diabetes Typ 2 Selbsthilfegruppe. Platschkyweg 1, 85356 Freising.

IH/red

### Anzeige



**BFW**  
**münchen**

Berufsförderungswerk München

[www.bfw-muenchen.de](http://www.bfw-muenchen.de)

## UNTERFRANKEN

### Großes Lampenfieber beim 1. Inklusionslauf in Aschaffenburg

Im Rahmen des Aschaffener Halbmarathons 2020 planten die Lions Clubs aus Aschaffenburg und Alzenau mit dem TV Haibach und der Stadtverwaltung mit viel Engagement den 1. Inklusionslauf durch die Innenstadt von Aschaffenburg. Coronabedingt musste er auf 2021 verschoben werden. Am 3. Oktober konnte er endlich stattfinden.

Barbara Beckmann: „Zum ersten Mal wollten einige Sportler\*innen aus den Aschaffener EISS Gruppen diesmal nicht an einem Schwimmwettbewerb, sondern an eben diesem Ausdauerlauf teilnehmen. Im Vorfeld gab es schon die Möglichkeit, im Aschaffener Schönbusch mit Sportlern des Lions Clubs zu trainieren.“ Lions Club Hauptorganisator Tommy Tippe und Frank Oberle, Lions Club Mitglied und Vorstandsmitglied der Sparkasse Aschaffenburg-Alzenau, bauten während der Trainingsläufe ein wunderbares Verhältnis zu den Sportler\*innen mit Behinderung auf.



Fotos: BRSG Aschaffenburg

Ausgestattet mit neongelben Laufshirts und einigen mehr oder weniger geheimen Zweifeln, ob man der Aufgabe gewachsen sein würde, gingen die Sportler\*innen der BRSG Aschaffenburg mit ihren Müttern als Begleitperson an den Start. „Veranstalter und Sportler zählten lautstark von 10 bis zur erlösenden 0 herunter.

#### «Jede\*r bekam eine Medaille und eine Urkunde.»

Und eine gelbe Welle von 200 Sportler\*innen mit und ohne Behinderung bahnte sich den Weg durch die Innenstadt. Mit dem beruhigenden Wissen, dass es nicht um eine Zeit oder einen Platz geht, konnte man auch mal ein

Stück gehen, sich erholen oder sich mit anderen Sportlern unterhalten“, erinnert sich Barbara Beckmann.

Die Anfeuerungsrufe der Zuschauer spornten die Teilnehmer\*innen an, je näher das Ziel kam. Und dann war es geschafft! Jede\*r bekam eine Medaille und eine Urkunde.

Bei Kaffee und Kuchen tauschte man sich noch mal über den Lauf aus und präsentierte stolz die Medaillen. Und alle waren sich einig: Nächstes Jahr sind wir wieder dabei!

BB/red

### Unterfränkische Bezirksmeisterschaft Kegeln-Classic

Trotz einiger Absagen konnte die Bezirksmeisterschaft in Karlstadt am 23.10.2021 stattfinden.

Nach bzw. noch mit Corona unter den aktuellen Schutz- und Hygienemaßnahmen wurde die erste Turnierveranstaltung vom Bezirksfachwart Alfred Müller durchgeführt. Die Vorstandschaft in Unterfranken freute sich, erstmals unterfränkische Sportler\*innen auf einer Bezirksveranstaltung begrüßen zu dürfen. 12 Vereine hatten sich zur Bezirksmeisterschaft angemeldet.

Aus den Mannschaftsergebnissen Damen, Herren und Gemischt im Vierer mit je 100 Schub hat sich die SG BVG Karlstadt auf ihrer Trainingsbahn im Kegelzentrum Karlstadt als Sieger in allen Formationen bewiesen. Alfred Müller konnte einige Gruppenfotos der aktiven Sportler\*innen zur Erinnerung machen.

KB/red

Bildlich festgehalten wurden hier die SG-BVG Karlstadt, RVS Bad Neustadt, RSG Kleinwallstadt-Sulzbach, BVS-TG-48 Schweinfurt und die VSG-REHA Arnstein. Fotos: Alfred Müller



## OBERPFALZ

### Bezirkswandertag Oberpfalz - 106 Teilnehmende bei Spätherbstwetter

Der Inklusions-Wandertag, der am 9.10.2021 in Kemnath vom BVS-Bezirk Oberpfalz und dem Vital-Sportverein Kemnath ausgerichtet wurde, war ein voller Erfolg.

Bezirks-Sportwart Josef Pohl und der 1. Vorsitzende des Gastgebers, Hans Breuer, konnten zu dieser Veranstaltung insgesamt 106 Teilnehmende begrüßen, die bei herrlichem Spätherbst-Wetter auf die drei ausgewählten Strecken gingen.

Die kurze Strecke (ca. 3 km) führte auf dem bekannten Karpfenweg durch die Stadt Kemnath.

Die mittlere Strecke (ca. 5 km) führte hinauf zum sog. Läufer und die lange Strecke auf einen Teil des Geo-Erlebnisweges (ca. 8,5 km) bis zum Wald-Kindergarten. Nach der Wanderung trafen sich alle Wanderer wieder im Gasthaus Fantasie zum gemeinsamen Mittagessen.

Anschließend nahm Josef Pohl die Siegerehrung vor und überreichte den zahlenmäßig stärksten Gruppen die Pokale. Pohl bedankte sich auch bei dem ausrichtenden Verein für die Organisation. Als Gruppe mit den meisten Teilnehmer\*innen (34) belegte der BVS Auerbach den 1. Platz.

Den 2. Platz errang der Vital-Sportverein Kemnath mit 22 TN, und Dritter wurde der BVS Weiden mit 13 TN.

Weitere teilnehmende Gruppen waren der BVS Waldsassen, die FFW Löschwitz, der SKC Kemnath und der SVSW Kemnath. Der BVS Auerbach stellte auch mit Igor Peter bei den Herren und Zwillie L. bei den Damen die ältesten Teilnehmer\*innen, die mit einem kleinen Präsent, überreicht durch Bezirks-Sportarzt Zahner, geehrt wurden. Mit einem gemeinsamen Foto der Geehrten und der Veranstalter endete die harmonische Veranstaltung.

red

## OBERBAYERN

### Vereinsauflösung

Von Erich Brunner, dem 1. Vorsitzenden des BSV-Mühldorf/Altötting, erreichte uns in der Spoka-Redaktion eine traurige Mitteilung. Lesen Sie selbst:

„Leider muss ich Ihnen mitteilen, dass der Behinderten- und Reha-Sportverein Mühldorf/Altötting e.V. (BSV) zum 31.12 2021 aufgelöst wird.

Bei der außerordentlichen Mitgliederversammlung am 8.10. 2021 wurde dies mit zwei Gegenstimmen beschlossen. Aus alters- und/oder gesundheitlichen Gründen stellten sich der 1. und 2. Vorstand, 1. Kassier und 1. Schriftführer nicht mehr zur Wahl. Trotz langer und intensiver Suche wurde kein neuer Vorstand gefunden.



Der BSV wurde 1971 von den Kriegsversehrten gegründet. Die Abteilungen Blindentorball, Fußballtennis, Sitzball und Kegeln waren sehr erfolgreich. Bei den Abteilungen Herzsport, Wirbelsäulen- und Seniorengymnastik, Schwimmen und den Übungsgruppen der geistig Behinderten haben wir bis heute gut besuchte Übungsveranstaltungen. Leider konnten seit Corona nur wenige Übungsveranstaltungen abgehalten werden.

Die BSV-Mitglieder haben nun die Möglichkeit, beim größten Verein in Mühldorf am Inn, dem TSV-1860-Mühldorf e.V., Neumitglied zu werden. Der TSV hat bereits eine anerkannte Reha-Sportabteilung und versucht, einige der o.g. Abteilungen aufzubauen.

Blindentorball und Wirbelsäulengymnastik, BSV Mü/Aö



Wir bedanken uns auf diesem Weg bei allen Vereinen, mit denen wir viele Turniere bestritten haben. Wir bedanken uns ganz besonders beim BVS Bayern und beim BLSV für die faire und immer gute Unterstützung und sehr gute Zusammenarbeit.

Wir wünschen Ihnen allen alles Gute, Gesundheit und viel Erfolg für die Zukunft. Irgendwie geht's immer weiter!

*Mit freundlichen und sportlichen Grüßen, Ihr Sportkamerad Erich Brunnhuber, 1. Vorsitzender und Liquidator des BSV-Mü/Aö*



**JETZT AUF DIE RÜCKRUNDE  
DER BUNDESLIGA WETTEN**

**ES IST NUR EIN ECHTER  
SPIELTAG MIT LENA.  
UND DIR.**

**MACH DEIN DING. DU SAGST AN. DEIN TIPP?**



  
**ODDSET**  
DIE SPORTWETTE

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Sportwetten können süchtig machen.  
Infos und Hilfe unter der Hotline der BZgA 0800 1 372700 (kostenlos) und [check-dein-spiel.de](https://www.check-dein-spiel.de).  
Veranstalter: ODDSET Sportwetten GmbH, Konrad-Zuse-Platz 12, 81829 München