

# SPOKA.

Offizielles Organ des Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbands Bayern



## **EINMALIG**

Nachwuchstalente schnuppern Skiluft

## **ERSTKLASSIG**

SV Reha Augsburg zurück in der 1. Torball-Liga

## **UNERSETZLICH**

Das Handgelenk in der Sportmedizin

## Titelthemen

### Einmalig

Nachwuchstalente schnuppern Skiluft

### Erstklassig

SV Reha Augsburg zurück in der 1. Torball-Liga

### Unersetzlich

Das Handgelenk in der Sportmedizin

## Verband

Neu beim BVS Bayern: Willkommen im Team

Neufassung der Sportförderrichtlinien:  
Vorteile für Menschen mit Behinderung

Macht mit beim digitalen SpoKa!

## Leistungssport

Leichtathletik: Maxi Ley holt den Meistertitel über 3000 M

RBB: Mission Titelverteidigung gestartet

Es läuft gut im BVS Bayern Para Ski

Para Ski nordisch Nachwuchs räumt ab!

Schnuppertag auf der Loipe

Lennart Volkert beim Biathlon Weltcup in Ruhpolding

## VdK Bayern

9	Wir sind eine soziale Macht	14
18	Vom Meister-Fischer zum Biathlon-Olympiasieger	15
	Lachen, Weinen und ganz viel Freundschaft	16
20	Keine Angst vor Widerspruch	17
	<b>Breitensport</b>	
4	Endlich - die Wettkampfpfeile fliegen wieder!	18
5	Flugball – den perfekten Sport entdecken	19
	<b>Inklusion</b>	
5	Bayerischer Ehrenamtspreis für EISs Trainer Nakac	22
	Nachhaltig inklusiv – seit 20 Jahren	23
6	Förderung inklusiver Sportprogramme	24
7	Inklusiver Veranstaltungskalender 2023	24
8	<b>Lehre</b>	
10	Neues Ausbildungsformat Para Ski alpin	28
12	<b>Herzlichen Glückwunsch</b>	
13	BVS Bayern Geburtstagskinder Januar bis März	28
	<b>Aus den Bezirken</b>	
	<b>Niederbayern</b>	
	Nach 3 Jahren Pause: Bezirksinformationstag in Straubing	29
	<b>Oberbayern</b>	
	Zum Gedenken an Rudi Jank	29
	<b>Oberfranken</b>	
	Viele Gäste beim Neujahrsempfang	30
	Hofer Tischtennismeister ermittelt	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

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 Leserin, lieber Leser,

ich hoffe, Ihr seid gut ins neue Jahr gestartet. Jetzt im Frühling freuen wir uns darauf, wieder unter freiem Himmel zu laufen, zu spielen, zu feiern – am besten im Verein zusammen mit anderen sportlich Aktiven.

In Bayern ist mehr als jede\*r dritte Einwohner\*in Mitglied in einem der rund 12.000 Sportvereine. Diese sind wichtige Anlaufstellen und gleichzeitig Zentren für Begegnung und Kommunikation. Auch im Inklusions- und Behindertensport ist die Unterstützung des organisierten Sports durch den Freistaat von entscheidender Bedeutung.

Im Dezember 2022 wurde die Neufassung der Sportförderrichtlinien veröffentlicht. Hier konnte der BVS Bayern für die Interessen von Menschen mit Behinderung wesentliche Veränderungen durchsetzen und damit ihre Teilhabe im Sport verbessern. Die Verbesserungen betreffen die Vereinspauschale sowie wichtige Vorteile für die Mitglieder des BVS Bayern. Ausführlich dazu auf Seite 5.

Außerdem berichten wir in dieser Ausgabe u.a. über die Erfolge unserer Leistungskader Para Ski alpin und Para Ski nordisch. Hier haben unsere Nachwuchsathlet\*innen gut abgeräumt, und einige sind in den Nachwuchskader des DBS aufgerückt. Eine schöne Bestätigung der tollen Arbeit unserer Landestrainings-Teams.



Und weil Spitzensport eine breite Basis braucht, sind wir auch bei der Suche nach jungen Talenten aktiv: unsere Talenttage erfreuen sich nicht nur großer Beliebtheit – von den Schnupperkurskindern bleiben immer ein paar vielversprechende Talente dabei und bereichern langfristig den BVS Bayern Nachwuchs.

Ich wünsche euch allen einen gesunden, sportlich aktiven Frühling, natürlich auch im Namen unserer Präsidentin Diana Stachowitz.

*Jami Sahhar*  
Landesgeschäftsführer BVS Bayern



## NEU BEIM BVS BAYERN – WILLKOMMEN IM TEAM!

Im neuen Jahr gibt es gleich vier neue Gesichter beim BVS Bayern

### WALTRAUT HAMPE

Waltraut unterstützt die Abteilung Lehre in der Organisation und Verwaltung der Aus- und Fortbildungen bei uns im Verband. Sie sagt über sich: "Ich liebe es, zu Lernen und mein Wissen zu erweitern, deswegen arbeite ich sehr gerne im Bereich Bildung. Aus dem Bereich der Erwachsenenbildung kommend, möchte ich gerne meinen Beitrag dazu leisten, die Lehrgangsplanung im BVS Bayern weiter zu optimieren."

In meiner Freizeit bin ich gerne draußen in der Natur, sei es beim Wandern oder beim Stand-up Paddeln. Ich bin ein geselliger Mensch und liebe ein gutes Gespräch unter Freunden."



### SIMONE MÖSENLECHNER

Simone Mösenlechner ist im Bereich Fortbildung tätig. So stellt sie sich vor:

„Nach 20 Jahren physiotherapeutischer Arbeit am Patienten darf ich mich nun der Planung, Abwicklung und Abrechnung der Fortbildungen des BVS Bayern widmen und hoffe, Ihnen stets mit Rat und Tat zur Seite stehen zu können.“

Außerhalb vom BVS findet man mich häufig mit meiner Familie in den Bergen, am See oder auch auf meiner Yogamatte.“



### SILVIA DREYER

Ebenfalls neu im Team des BVS Bayern ist Silvia Dreyer. Ihr Themenschwerpunkt ist die Verbandskommunikation. „Sport begeistert mich schon immer, z.B. als Handballspielerin im Verein.“

Aber egal ob In- oder Outdoor, am liebsten bin ich im Team unterwegs. Deshalb freut es mich sehr, das BVS Bayern-Team bei der vielfältigen Verbandskommunikation tatkräftig zu unterstützen,“ sagt sie.



### TRIFON LENGEROV

Schließlich freuen wir uns sehr, mit Trifon Lengerov einen Landestrainer Para Tischtennis gefunden zu haben. Mit Trifon konnten wir einen erfolgreichen Tischtennistrainer gewinnen, der sich begeistert der Nachwuchssuche in Bayern annimmt.

„Tischtennis begleitet mich seit über 30 Jahren“, berichtet Trifon. „Meine Begeisterung für diesen Sport will ich an Menschen mit Behinderung weitergeben und Spitzenathlet\*innen für neue Ziele im Para Tischtennis vorbereiten.“



# NEUFASSUNG DER SPORTFÖRDERRICHTLINIEN BRINGT ERHEBLICHE VERBESSERUNGEN FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Dank seines beharrlichen Engagements hat der BVS Bayern bei der Neuregelung der Sportförderrichtlinien wichtige Verbesserungen für Menschen mit Behinderungen erwirkt. „Damit wird unsere langjährige Arbeit belohnt, und der BVS Bayern gewinnt weiter an Bedeutung,“ freut sich BVS Bayern Landesgeschäftsführer Jamil Sahhar.

**Und das sind die zentralen Veränderungen:**

## 1. Vereinspauschale

Die Vereinspauschale wird für Menschen mit Behinderung ab jetzt verzehnfacht. D.h. Vereine, die Menschen mit Behinderung in den Sport integrieren, werden ab sofort vom Ministerium besonders gefördert und erhalten bei der Vereinspauschale die 10fache Gewichtung, wenn diese beim BVS Bayern e.V. gemeldet sind.

Für Vereine, die inklusiv arbeiten und Mitglied beim BVS Bayern sind, bedeutet das eine wertvolle Unterstützung ihrer Bemühungen, Menschen mit Behinderung in die bayerische Sportlandschaft miteinzubeziehen. „Das ist ein entscheidender Schritt in die richtige Richtung und ein großer Erfolg für alle inklusiven Vereine“, betont Sahhar.

## 2. Namentliche Erwähnung des BVS Bayern in den Sportförderrichtlinien

In den neuen Sportförderrichtlinien wird der BVS Bayern namentlich erwähnt. Das unterstreicht den Status des Verbands als Vertretung von Sportler\*innen mit Behinderung. Außerdem ist für Kreisverwaltungsbehörden und andere Institutionen klar erkennbar, dass eine alleinige Mitgliedschaft im BVS Bayern als Fördervoraussetzung für wichtige finanzielle Unterstützung ausreicht.

## 3. Zugehörigkeit zu Dach und Fachverbänden

Die Neuregelung der Zugehörigkeit zu Dach- und Fachverbänden beinhaltet jetzt die Verpflichtung zur Mitgliedschaft im zuständigen Fachverband. D.h. dass ein Verein, der z.B. nur Rehabilitationssport anbietet, zusätzlich zur Meldung beim BLSV auch im BVS Bayern als seinem Fachverband Mitglied sein muss - oder nur beim BVS, da dieser auch zeitgleich Dachverband ist. Dadurch kann der BVS Bayern seinen Mitgliedern im Bereich Rehasport künftig noch besser unter die Arme greifen.

„All diese Neuregelungen werden dazu beitragen, dass Menschen mit Behinderung in Bayern noch mehr und besser Sport machen können. Sie sind zudem ein großer Erfolg für den BVS Bayern“, fasst Jamil Sahhar zusammen.

*red*

## BLÄTTERT IHR NOCH – ODER LEST IHR SCHON?

**Es gibt viele Gründe, den digitalen Spoka zu abonnieren:**

Er kommt bequem per E-Mail und ist auch nach dem 5. Stöbern und Lesen immer noch so frisch wie beim ersten Öffnen.

Er liegt sicher und zuverlässig immer am gleichen Platz – in eurem digitalen Postfach.

Ihr könnt Eure Kinder, Eltern oder Verwandten ganz schnell informieren, über Euren gelungenen Wandertag, Euer Schneeschuh-Abenteuer, oder Ihr schickt ihnen das tolle Foto von Euch auf dem Titelblatt – alles mit nur einem Klick.

Vor allem aber: Ihr leistet einen wertvollen Beitrag für die Umwelt, indem Ihr helft, Papier und Versand zu sparen.

Viele haben sich schon dazu entschlossen und ihr Abo umgestellt. Seid auch Ihr dabei!

So einfach geht die Umstellung:

Den QR-Code scannen oder auf der Homepage des BVS Bayern den Spoka anklicken und hier den Link zum „Digitalen Formular“

Das Formular ausfüllen und auf „Umstellen“ klicken

Schon kommt der Spoka ab der nächsten Ausgabe in gewohnt besser Qualität per E-Mail!



## VON 0 AUF 3000 IN 11:23,07 MINUTEN

Maximilian Ley aus Bamberg, genannt Maxi, hat sich bei den Internationalen Deutschen Meisterschaften der Para Leichtathletik in Erfurt den Meistertitel über 3000 Meter geholt – und das mit einem Vorsprung von über 2 Minuten auf den Zweitplatzierten.

Dem Traum von den Paralympics in Paris 2024 kommt er damit einen Schritt näher.

Der Spoka spricht mit dem jungen Nachwuchstalent aus der BVS Bayern Kaderschmiede von Para Leichtathletik Landes-trainer Carlos Àvila de Borba.

**Spoka:** Maxi – einigen von unseren Lesern bist du vielleicht noch nicht so richtig bekannt. Deshalb die Frage: Wie alt bist du, wo kommst du her, seit wann machst du Sport, und wie bist du zur Leichtathletik gekommen?

**Maxi:** Ich bin 20 Jahre alt und komme aus Bamberg. Ich habe 2018 mit dem Laufsport angefangen. Mein damaliger Sportlehrer hat eine Laufgruppe gegründet, und so bin ich zur Leichtathletik gekommen.

**Spoka:** Wie klappt die Verbindung Alltag-Sport? Kommt etwas zu kurz?

**Maxi:** Ich arbeite Früh- und Spätdienst im Wechsel und vor wichtigen Wettkämpfen nur Frühschicht. Mein Arbeitgeber kommt mir mit zusätzlichen freien Tagen für mein Training entgegen. Noch lässt sich das Training gut in den Alltag integrieren; jetzt beginnen jedoch die Vorbereitungen für Wettkämpfe im Sommer und dann wird die Freizeit weniger.

**Spoka:** Seit wann bist du beim BVS Bayern?

**Maxi:** Seit 2021

**Spoka:** Wie hast du dich auf deinen Sieg vorbereitet? Und war er eine Überraschung?

**Maxi:** Ich habe dafür sechs Mal in der Woche trainiert, davon einmal in München im Olympiastützpunkt Bayern.

**Spoka:** Was ist dein nächstes sportliches Ziel?

**Maxi:** Mein nächstes sportliches Ziel ist es, durch meine guten Leistungen in den anstehenden Wettkämpfen in den Nationalkader aufgenommen zu werden, um dann an internationalen Wettkämpfen im Para Leistungssport teilnehmen zu können.

**«Ich werde an verschiedenen Wettkämpfen teilnehmen, um meine Zeiten kontinuierlich zu verbessern.»**

**Spoka:** Dazu wünschen wir dir alles Gute, lieber Maxi! Wir drücken dir die Daumen. Danke für das Gespräch.

red



Fotos: BVS Bayern



## MISSION TITELVERTEIDIGUNG 3.0 ERFOLGREICH GESTARTET!

Nachdem im November 2022 bereits die Junioren das BLSV Sportcamp Nordbayern für sich entdeckt hatten, gastierten nun auch die Rollstuhlbasketball Damen des BVS Bayern in der Zeit vom 20. bis 21.1.2023 im winterlichen Bischofsgrün.

„Wir haben uns dieses Jahr dazu entschieden, das Lehrgangsangebot für unser Damenteam auszubauen. Damit werden wir nicht nur dem Wunsch der Mädels, sondern auch unserem eigenen Leistungsanspruch gerecht“, erklärt Sebastian Gillsch, Landestrainer Rollstuhlbasketball im BVS Bayern.

Neben Wurftraining und diversen Übungen für das Ball- und Rollstuhlhandlung sollte jedoch auch der Spielspaß nicht zu kurz kommen.

„Die Mädels spielen auf Vereinsebene nahezu ausschließlich in gemischten Teams. Das führt zwangsläufig dazu, dass sie unterschiedliche Rollen auf dem Spielfeld einnehmen. Diese Rollenverteilung versuchen wir bei jeder Maßnahme so schnell wie möglich aufzubrechen, sodass jede Athletin ihr volles Potential ausschöpfen kann“, so Gillsch nach dem erfolgreichen Trainingsauftakt.

Mit Blick auf die im September in Heidelberg stattfindende Deutsche Meisterschaft der Damen freut sich der gesamte Kader schon heute auf den nächsten, nach dem regulären Ligabetrieb stattfindenden Leistungslehrgang.

SG/red

**«Neben Wurftraining und diversen Übungen für das Ball- und Rollstuhlhandlung sollte jedoch auch der Spielspaß nicht zu kurz kommen.»**



Im Rahmen der 1. Lehrgangsmäßnahme absolvierten die 10 Teilnehmerinnen 4 Trainingseinheiten à 2 Stunden.

Da sich zu dieser Zeit des Jahres alle Spielerinnen parallel im Vereinstraining befinden, lag der sportliche Fokus vor allem im individuellen Bereich.



## ES LÄUFT GUT IM BVS BAYERN PARA SKI

### Para Ski alpin

„Unser Kader ist gut aufgestellt, und wir haben ein paar vielversprechende Nachwuchsatlet\*innen“, berichtet Gerd Schönfelder, Landestrainer BVS Bayern Para Ski alpin. Merle Heß, Hanna Gieg, Leon Gensert und Alexander und Moritz Rauen trainieren wöchentlich in gemeinsamen Kursen mit dem DBS und dem Behindertensportverband Baden-Württemberg.

Die Kurse finden überall dort statt, wo die Bedingungen gut sind, in Oberjoch, in den Alpen und im Schwarzwald. Schönfelder: „Durch die Beteiligung an der Deutschen Skiliga dürfen unsere Athlet\*innen bei Rennen für Sportler\*innen ohne Behinderung fahren und werden mit Handicap Faktor gewertet. Das bringt ihnen jede Menge wertvolle Wettkampferfahrung. Alexander, der jüngst den Sprung in den NK1 geschafft hat, und Leon, der schon länger im Bundeskader ist, trainieren trotzdem situationsbedingt mit uns, wenn es halt gerade passt.“

Wie wertvoll die jahrelange sorgfältige Vorbereitung für die Para Athlet\*innen ist, sehen wir z.B. an den Erfolgen von Anna-Maria Rieder vom RSV Murnau: bei den Paralympics 2022 3. Platz: Slalom, 4. Platz: Super-Kombination, 5. Platz: Super-G, 5. Platz: Riesenslalom; und bei der WM 2023 1. Platz: Abfahrt, 2. Platz: Super-Kombination, 2. Platz: Riesenslalom, 3. Platz: Super-G.

Im Rahmen der Nachwuchsförderung haben seit Oktober bereits mehrere Lehrgänge stattgefunden, in Innsbruck und am Wilden Kaiser, bspw. „9 Nachwuchs Athlet\*innen, 3 Mädels und 6 Buben, sind intensiv dabei, alles „Steher“ mit Behinderungen an Armen oder Beinen“, so Schönfelder. 2 von ihnen sind beim Talenttag im Januar 2022 zum BVS gekommen und geblieben. Die anderen haben sich im Laufe des Jahres gemeldet.

„Unser Ziel ist es, dass diese Kids inklusiv in ihrem Heimatskiclub mittrainieren können. Unsere Funktion ist es dabei, den Kontakt zu halten und Athlet\*innen und Verein zu beraten. Im Idealfall führen wir sie so an den Landeskader heran, in den sie mit 16-20 Jahren aktiv sein können.“



BVS Bayern Nachwuchsteam

Wichtig für die Nachwuchsgewinnung sind z.B. die Family Days, die gemeinsam mit Markus Mair von der Pfennigparade angeboten werden. Damit auch im Sommer etwas passiert, gibt es interessante Kletterkurse. Im Winter bieten die Talenttage eine gute Möglichkeit für Kids und ihre Familien, an einem Wochenende zwei Tage lang in den Para Ski Sport reinzuschnuppern.

„Hier hatten wir das Problem, dass Familien mit kleineren Kindern im Rollstuhl dabei sein wollten. Ich habe mich riesig gefreut, dass die Denise Schindler Stiftung uns für diesen Zweck 3 Monoskigeräte im Wert von insgesamt 10 Tausend Euro geschenkt hat. Danke, Denise!“, sagt Schönfelder.

Talenttage 2023. Fotos: BVS Bayern



### Ski nordisch

Die Bayerischen Para Ski nordisch Athlet\*innen können mit den Erfolgen in dieser Saison durchaus zufrieden sein. „Bei durchwachsenen Schneeverhältnissen hatten wir Trainings in Seefeld, jeweils gemeinsam mit den Landeskadern aus Baden-Württemberg und Thüringen.

In einem Training haben wir uns auf die Älteren konzentriert, in zweien auf die Schüler\*innen der Altersstufen 11 und 12. Neben viel Technik gab's zum Abschluss einen Teamsprint jeweils zu zweit – dabei hatten alle viel Spaß“, berichtet Landestrainerin Corina Kaltenbacher.

Nachdem die Badische Meisterschaft wegen Schneemangels abgesagt werden musste, freuten sich alle besonders auf die Bayrischen Meisterschaft (BM) und die offenen baden-württembergischen Meisterschaften (BWM) in Isny, bei denen die Bayern voll motiviert und entsprechend erfolgreich waren – siehe dazu den Bericht hier im Spoka auf S 10.

Lennart Volkert qualifizierte sich beim Weltcup in Vuokaatt für den NK 1. Nach dem Abi in diesem Jahr wird er den BVS Bayern verlassen und nach Freiburg ziehen, an den Standort des Bundesstützpunktes.

„Aber wir werden uns trotzdem immer wieder sehen“, versichert Corina Kaltenbacher. Sie freut sich, dass der BVS Bayern Landeskader seine Aufgabe erfüllt und Lennys gute Leistungen bis zum Einstieg in den Bundeskader begleitet hat.

red



## SONNE, SCHNEE UND MONOSKI

Vom 20.-21. Januar 2023 drehte sich in Unterjoch alles um den Monoski. Geleitet und betreut wurde dieser Kurs von Tino Höbold, Georg Kreiter und Uwe Neidhardt.

Am Anfang hatte jede\*r Teilnehmer\*in eine skifahrende Begleitperson dabei, die sie unterstützte und bei anfänglichen Stürzen Hilfestellung leistete.

Zur Veranschaulichung der Skitechnik wurden die Teilnehmer\*innen immer wieder gefilmt, um die Fortschritte am Abend zu analysieren und das Gelernte am nächsten Tag besser umsetzen zu können.

Und tatsächlich konnten die Teilnehmer\*innen am Sonntag bereits selbstständig eine einfache Piste befahren.

Auch das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite mit viel Sonnenschein, sodass auch dieser Skitag optimal genutzt und genossen wurde.

Am späten Nachmittag war der Monoskikurs dann auch schon zu Ende, und alle Teilnehmer\*innen fuhren glücklich und um tolle Erlebnisse und Erfahrungen reicher nach Hause zurück.

„Vielen Dank für das Engagement der Skilehrer, ohne sie ist ein solcher Kurs nicht möglich“, sagt Kristina Blümlhuber, Referentin Nachwuchsleistungs- und Breitensport im BVS Bayern, die den Monoskikurs begleitete.

KB/red

Alle Teilnehmer\*innen bekamen vom BVS Bayern einen Monoski zur Verfügung gestellt, der vor Ort auf die individuellen Maße angepasst wurden.

**«Vielen Dank für das Engagement der Skilehrer, ohne sie ist ein solcher Kurs nicht möglich»**

Nachdem alle ein passendes Gerät hatten, tauschten sich Teilnehmer\*innen, Familien und Skilehrer in einer großen Kennenlernrunde aus.

Am ersten Tag machten sich die Kinder und Jugendlichen mit Behinderung auf der Ebene mit dem Monoski vertraut.

Bevor es an den Schlepplift ging, wurde das Liftfahren simuliert. Auf einfachen Hängen wurden die ersten Richtungsänderungen und das Bremsen geübt.



Fotos: BVS Bayern





# PARA SKI NORDISCH NACHWUCHS DES BVS BAYERN RÄUMT BEI BAYRISCHER MEISTERSCHAFT UND PARA SKI NORDISCH CHALLENGE AB

Bei der **Bayrischen Meisterschaft (BM)** am 12.3.23 und den **offenen baden-württembergischen Meisterschaften (BWM)** vom 10.-12.3.23 in Isny zeigte der Nachwuchs des BVS Para Ski nordisch Teams starke Leistungen.

am Sonntag im Rahmen der Para Ski Nordisch Challenge der baden-württembergischen Behindertensportverbände (WBRS, BBS) nachgeholt.

klasse mit 11 Sekunden Vorsprung den Sieg vor seinen Konkurrenten Theo Bold (WSV Isny, B1) und Max Long (SV Kirchzarten, LW8) aus Baden-Württemberg.

Am Samstag musste er sich dann nach einem harten Rennen in der klassischen Technik über 5,8 km mit 15 Sekunden Rückstand seinem Rivalen Theo geschlagen geben und landete somit in der Tagesswertung auf dem 2. Platz.

Mit Ronja Bauer (SK Nesselwang), Simon Wenger (SC Hochvogel München) mit Guide Lena und Julian Schiering (TSV Kareth Lapperdorf) mit Guide Judith gingen für den BVS Bayern drei Schüler\*innen über 3,5 km in der klassischen Technik an den Start.

Mit einem hervorragenden Rennen holte sich Ronja hierbei den Tagessieg in ihrer Altersklasse S12. Und auch Simon (2. Platz) und Julian (3. Platz) mussten sich in ihrer Altersklasse S13 nur dem erfahrenen Thüringer Johannes Rank (WSV Oberhof) geschlagen geben. In der Tagesgesamtwertung aller Schüler und Schülerinnen freute sich Simon außerdem über einen hervorragenden 3. Platz, und auch Ronja (5. Platz) und Julian (9. Platz) können auf ihre starke Laufleistung stolz sein.

Am Sonntag wurde, zum ersten Mal in dieser Form, ein Wettkampf als Jagdstart (Verfolgung) durchgeführt. Hierfür wurden die Ergebnisse der



„Das war ein tolles Wochenende, bei dem sich junge und erfahrene Athlet\*innen gegenseitig motiviert haben“, freut sich die hoch zufriedene Landestrainerin Corina Kaltenbacher.

„Es ist schön zu sehen, dass sich länderübergreifend der deutsche Para Ski nordisch Nachwuchs so positiv weiterentwickelt“ ergänzt sie.

Nachdem die BM zuvor aufgrund von Schneemangel abgesagt werden musste, wurde die Meisterschaft kurzfristig

## Ergebnisse Para Ski nordisch Challenge

Gestartet wurde am Freitagabend mit einem Prologrennen. Hierbei mussten 1,5 km in der freien Technik (Skating) möglichst schnell zurückgelegt werden.

Für den BVS Bayern startete mit Lennart Volkert (PSV München, B2) mit Guide Nils Kolb nur ein erfahrener Athlet, da seine Kollegen im Landeskader leider aufgrund von Krankheit am Wochenende nicht starten konnten. Souverän holte sich Lenni in der Junioren-



vorherigen zwei Wettkampftage zusammengerechnet und mit den Klassenprozenten verrechnet. Mit den daraus resultierenden Abständen wurde schließlich gestartet.

Der erste Läufer, der über die Ziellinie fuhr, wurde auch Gesamtsieger der Para Ski nordisch Challenge. Da die Damen und Herrenklassen zusammen gewertet wurden, erhielten die Damen noch einen zusätzlichen Zeitbonus, so wie es auch in Staffeln im Para Ski nordisch üblich ist.

Als erste startete deshalb Martha Bold (WSV Isny, Startzeit 00:00:00) vor Lennart Volkert (Startzeit 00:00:08) und Theo Bold (00:00:14). Während Lennart bereits nach der ersten Runde die Führung übernahm, konnte Theo, für die Zuschauer überraschend, in der zweiten Runde wieder den Anschluss finden.

Mit einem starken Schlussprint konnte sich Lennart aber den Tagessieg und somit auch den Gesamtsieg der Challenge auf der Zielgeraden sichern.

„Ich bin in der zweiten Runde in einer Abfahrt gestürzt. Das hat mich viel Zeit und Energie gekostet“ erklärt Lennart die Wettkampfwendung.

Julian mit GuideJudith

*«Es ist schön zu sehen, dass sich länderübergreifend der deutsche Para Ski nordisch Nachwuchs so positiv weiterentwickelt»*

Team BVS Para Ski nordisch mit Landestrainerin Corina Kaltenbacher. Fotos: BVS Bayern



### Ergebnisse Bayrische Meisterschaft

Bei den Schüler\*innen konnten sich Simon und Julian wieder über den 2. und 3. Platz in ihrer Altersklasse S13 freuen. Moana Schöll freute sich über den Tagessieg in der Altersklasse S12. Durch ihre starke Laufleistung von 12:38 Minuten erkämpfte sie sich damit auch den Titel der Bayrischen Schülermeisterin vor Ihren Teamkollegen Simon Wenger (2. Platz) und Julian Schiering (3. Platz). Bei den Herren wurde Lennart Volkert mit der Tagesbestzeit von 13:57 Minuten Bayerischer Meister vor Maximilian Weidner (WSV-DJK Rastbüchl, LW8).





## EIN SCHNUPPERTAG AUF DER LOIPE

Am Samstag, 28. Januar fand auf der Langlaufloipe in Bayrischzell ein Schnuppertag Ski nordisch für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung statt.

10 Teilnehmer\*innen erhielten erste Einblicke in den Schneesport oder konnten ihre bereits erlernten Fähigkeiten verbessern. Der Schnuppertag wurde vom BVS Bayern unter der Leitung von Corina Kaltenbacher, Landestrainerin Ski nordisch, durchgeführt.

Pünktlich eine Woche vor dem Schnuppertag hatte es nochmal kräftig geschneit – ideale Voraussetzungen für einen tollen Tag im Schnee. Einige Familien nahmen für diesen Schnuppertag weite Anfahrtswege in Kauf. Für viele war es der erste Kontakt mit dem Schneesport. Corina Kaltenbacher und ihre zahlreichen Helfer\*innen stellten ein tagesfüllendes Programm auf die Beine, um den Teilnehmern\*innen alle Facetten des Sports vorzustellen. Als erstes wurden die Sitzschlitten auf die Größe der Teilnehmer angepasst.

**«Vielen Dank an Corina und ihre Helfer\*innen, die dieses Tag gestaltet und möglich gemacht haben»**

Bei diesen Schlitten ist eine Sitzschale auf zwei Langlaufskiern montiert, so dass sich Sportler\*innen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind, durch Abstoßen mit den Langlaufstöcken fortbewegen können.

Den Vormittag nutzten Übungsleiter\*innen und Begleitläufer\*innen, um den Teilnehmern\*innen grundlegende Techniken zur Fortbewegung auf der Loipe näher zu bringen.



Nach den ersten Anlaufschwierigkeiten konnten die Kinder und Jugendlichen mit Behinderung bereits spezifische Technikübungen, zum Beispiel das Gleiten auf nur einem Ski, umsetzen. Die winterliche Kulisse und etwas Sonnenschein zauberten jedem ein Lächeln aufs Gesicht. In Kleingruppen konnten die Teilnehmer\*innen dann größere Runden auf der Loipe drehen und individuell von den Trainern\*innen betreut werden. So konnte spezifisch auf die unterschiedlichen Beeinträchtigungen eingegangen werden.

Am Ende des Schnuppertages durften alle mit dem Lichtgewehr ihr Geschick im Schießen beweisen.

„Vielen Dank an Corina und ihre Helfer\*innen, die dieses Tag gestaltet und möglich gemacht haben“, sagt Kristina Blümlhuber, Referentin Nachwuchsleistungs- und Breitensport.

KB/red



Fotos: BVS Bayern



## LENNART VOLKERT AUF ALLEN SCREENS BEIM BIATHLON WELTCUP

„Wie wäre es, wenn wir beim Biathlon Weltcup in Ruhpolding einen BVS Bayern Para Athleten vorstellen würden, um auf den Para Ski nordisch Sport aufmerksam zu machen?“ Gedacht, getan. Kristina Blümlhuber, Referentin Nachwuchsleistungs- und Breitensport, kontaktierte kurzerhand Hermann Hipf von der Chiemgau Arena, und der zeigte sich von der Idee begeistert.

„Das Interview wurde nicht in Voraus vorbereitet, sondern entstand spontan im Stadion und wurde dann auf alle Screens im Stadion übertragen. Lennart konnte live über seine Erfolge berichten und darüber, wie er zum Behindertensport gekommen ist“, erzählt Kristina Blümlhuber.

Die 1700 Zuschauer\*innen erlebten also neben dem spannenden Wettkampf auch einen erfolgreichen Para Ski Athleten. Sie waren begeistert.

Am Ende des Wettkampfes durfte Lennart noch bei der Siegerehrung der Damen Stafel mitwirken.



Fotos: BVS Bayern

Auch Lennart hatte viel Spaß in Ruhpolding. Eine tolle Idee, um den Para Ski Sport bekannter zu machen.

Die Spoka Leser\*innen kennen Lennart Volkert ja bereits – wir haben mehrfach über ihn berichtet.

KB/red



### Hier nochmal ein Update in Stichworten:

Name: Lennart Volkert  
Alter: 19  
Sportart: Para-Biathlon und Para-Skilanglauf

Langlauf als Leistungssport seit 4 Jahren, Biathlon seit 2 Jahren

Bundestrainer: Ralf Rombach, Michael Huhn, Landestrainerin: Corina Kaltenbacher

Trainingsorte: im Sommer Markt Schwaben und Umgebung; im Winter überall, wo gerade Schnee liegt

Erfolge:

Bundeskadernorm Dezember 2022 in Vuokatti

5. Platz beim Biathlon Weltcup in Vuokatti 2022 (mehrere Top 10 Platzierungen)

mehrfacher Vize-Deutsche Meister

Deutscher Meister Leichtathletik Halbmarathon 2022

# WIR SIND EINE SOZIALE MACHT

## Jahrespressekonferenz des Sozialverbands VdK Bayern

**Auf der Jahrespressekonferenz des Sozialverbands VdK Bayern standen aktuelle bundes- und landespolitische Themen im Fokus.**

VdK-Präsidentin und stellvertretende Landesvorsitzende Verena Bentele appellierte an Ministerpräsident Markus Söder, die Hoffnungen der Menschen in den bayerischen Härtefallfonds nicht zu enttäuschen: „Die frohe Botschaft sollte sein: Niemand muss in diesem Winter frieren. Wir fordern eine Garantie, dass keinem Strom oder Heizung abgedreht wird, der die Rechnung nicht bezahlen kann. In einem solchen Fall muss es ein Moratorium von mindestens sechs Monaten und staatliche Hilfen in Vorleistung geben.“

Bentele begrüßte jedoch Nachbesserungen der Bundesregierung bei der Preisbremse, die nun auch Öl, Pellets und Flüssiggas umfasst. Damit der Staat mehr finanziellen Spielraum hat, schlägt die VdK-Präsidentin steuerliche Maßnahmen vor, wie eine Übergewinnsteuer, die Anhebung des Spitzensteuersatzes, die Wiedereinführung der Vermögensteuer und eine einmalige Vermögensabgabe für Superreiche.

Landesvorsitzende Ulrike Mascher erteilte den wieder aufgetauchten Forderungen zur Anhebung des Renteneintrittsalters eine klare Absage: „Das wird es mit dem VdK nicht geben. Das vergrößert die Rentenabschläge und wird die ohnehin hohe Altersarmut in Bayern weiter ansteigen lassen.“

### Bayern wird älter

Sie sieht den Freistaat im Hinblick auf die demografische Entwicklung schlecht gerüstet. Derzeit leben rund 2,72 Millionen Menschen über 65 Jahre in Bayern, 2040 werden es etwa 3,49 Millionen sein. In den 2030er-Jahren wird es hier den höchsten Anstieg geben. „Wir brauchen dringend Verbesserungen der Infrastruktur“, sagte Mascher. Besonders wichtig sei der Ausbau des ÖPNV.

Darüber hinaus kritisierte Mascher die Benachteiligung älterer und pflegebedürftiger Menschen im Gesundheitssystem: „Wir fordern, dass diese Personengruppen komplett aus den Fallpauschalen herausgenommen werden.“

Zusätzlich müsse die Geriatrie ausgebaut werden: „Jedes Allgemeinkrankenhaus in Bayern muss zwingend eine geriatrische Station haben, die interdisziplinär arbeitet und Anschluss-Rehas wohnortnah ermöglicht. Zusätzlich muss die geriatrische Qualifizierung von Hausärzten in Bayern vorangetrieben werden.“

Landesgeschäftsführer Michael Pausder stellte die Jahresbilanz vor: „Ende 2022 hat der VdK Bayern erstmals in seiner über 75-jährigen Geschichte mehr als 780.000 Mitglieder. Also mehr als der DGB mit all seinen Einzelgewerkschaften in Bayern und dreieinhalbmal so viele Mitglieder wie alle politischen Parteien in Bayern zusammen.“



Den Erfolg führte er auf die hervorragende Sozialrechtsberatung zurück, die flächendeckend in Bayern angeboten wird. Im Jahr 2022 konnten mehr als 94 Millionen Euro an Nachzahlungen für VdK-Mitglieder erstritten werden.

Für 2023 kündigte er VdK-Aktionen zur Landtagswahl an: „Wir sind in Bayern eine soziale Macht. 780.000 Mitglieder sind ebenso viele bayerische Wählerinnen und Wähler. Das ist Politikerinnen und Politikern bewusst.“

*Dr. Bettina Schubarth*

Kritischer VdK-Blick ins neue Jahr (von links): Landesvorsitzende Ulrike Mascher, Präsidentin und stellvertretende Landesvorsitzende Verena Bentele und Landesgeschäftsführer Michael Pausder. Foto: Mirko Besch



# VOM MEISTER-FISCHER ZUM BIATHLON-OLYMPIASIEGER

Beim Weltcup in Ruhpolding treffen sich die Wintersport-Legenden Verena Bentele und Fritz Fischer zum Gespräch

Als Schlussläufer der ersten gemeinsamen Biathlonstaffel nach der Wiedervereinigung sicherte Fritz Fischer 1992 dem deutschen Team Gold. Bis heute ist er dem Sport verbunden. VdK-Präsidentin Verena Bentele traf ihn beim Biathlon-Weltcup in Ruhpolding für ihren Podcast „In guter Gesellschaft“. Darin erzählt er aus seinem Sportlerleben, und wie er VdK-Mitglied wurde.



Verena Bentele im Gespräch mit Fritz Fischer, Olympiasieger und VdK-Mitglied. Foto: Sebastian Heise

„Hallo Verena!“, „Servus Fritz!“: Wenn man mit Verena Bentele und Fritz Fischer beim Biathlon-Weltcup in der Chiemgau-Arena in Ruhpolding unterwegs ist, braucht man etwas Zeit, um ans Ziel zu kommen. Beide halten öfters einen kurzen Plausch, ob mit dem Ordner am Einlass oder mit Fans, die zur Tribüne pilgern. Diese freuen sich besonders über ein Selfie mit Bentele und Fischer.

## Zwei, die sich verstehen

Es herrscht eine wunderbare Stimmung. Die Menschen freuen sich, wieder live Spitzensport zu erleben, den Fritz Fischer und Verena Bentele früher selbst erfolgreich betrieben haben. So steht auch auf der Akkreditierung des 66-Jährigen keine Funktion, sondern einfach nur „Fritz Fischer, Olympic Winner“ (Olympiasieger). Kein Wunder, dass jeder gerne die Tür öffnet, auch als wir zusammen ein möglichst ruhiges Plätzchen für den Podcast suchen.

In der Hütte eines Sponsors können sich Bentele und Fischer zusammensetzen und den Podcast aufnehmen. Der Titel „In guter Gesellschaft“ passt bestens. Denn die beiden schätzen sich gegenseitig. Das ist sofort zu spüren.

Zwar liegt eine Generation zwischen dem Oberbayern und der VdK-Präsidentin, beide stellen aber immer wieder Gemeinsamkeiten fest. Sie verbindet nicht nur die Liebe zum Sport, sie wuchsen auch beide auf einem Bauernhof auf – Fritz Fischer mit sechs Geschwistern. Passend zu seinem Namen angelt er seit Langem und wurde sogar Deutscher Jugendmeister. „Fischers Fritz fischt viele Fische“, sagt er mit einem Lächeln.

Von Kindheit an ist Fischer aber auch ein Ausdauer-Talent. So besteigt er schon mit 14 Jahren den Mont Blanc, und kommt bei einem 5000-Meter-Lauf während seiner Zeit als Wehrpflichtiger als Erster ins Ziel – ohne Training und vor seinem Vorgesetzten.

Dieser schickt ihn daraufhin zur Sportkompanie nach Bad Reichenhall, wo er nicht nur beim Schießen, sondern auch beim Langlaufen überzeugt. „Und so kam ich dann zum Biathlon“, erzählt er. Durch sein Talent und viel Training schafft es Fritz Fischer in die Nationalmannschaft. Dort ist er dank seiner ruhigen Art und Treffsicherheit über Jahre hinaus der Schlussläufer bei den bundesdeutschen Biathlon-Herren und gewinnt mit ihnen viele Medaillen.

Sein Höhepunkt sind die Olympischen Winterspiele 1992 in Albertville. Zum Ende seiner Sportlerkarriere ist er noch einmal der vierte Mann in der Staffel, und der einzige, der zuvor nicht für die DDR gelaufen ist.

Im Podcast erzählt er, wie er trotz knappen Vorsprungs beim letzten Wechsel und großer Konkurrenz einen deutlichen Sieg herausläuft – dabei helfen ihm seine Erfahrung, Selbstgespräche und ein Vaterunser. Bis heute ist dies der schönste Moment seiner Laufbahn, sagt er. „Die letzten 100 Meter in Albertville möchte ich noch einmal laufen.“

2019 fragt ihn sein Nachbar, Siegsdorfs VdK-Ortsvorsitzender Walter Hindlinger, ob er dem Sozialverband beitreten wolle. Er sagt sofort zu und wird 13.000. Mitglied im VdK-Kreisverband Traunstein. Solidarität ist ihm sehr wichtig. „Der Mensch steht für mich immer im Mittelpunkt“, betont er. Das merkt man auch, als er gleich nach dem Interview auf dem Weg zum Weltcup-Rennen mit Fans und Betreuern ins Gespräch kommt.

Sebastian Heise

Das Interview von VdK-Präsidentin Verena Bentele mit Olympiasieger Fritz Fischer ist auf der Webseite [www.vdk.de/podcast](http://www.vdk.de/podcast) zu hören.

## LACHEN, WEINEN UND GANZ VIEL FREUNDSCHAFT

Die VdK-Mitglieder Lina Zeides und Arianna Corsentino berichten auf Instagram über ihr Leben mit Multipler Sklerose

Mit 18 und 21 erfuhren Arianna Corsentino und Lina Zeides, dass sie an Multipler Sklerose (MS) erkrankt sind. Zuerst war das ein Schock. Doch dann begannen die beiden, auf Instagram über ihr Leben mit MS zu berichten. So kamen sie zum VdK, wurden enge Freundinnen und machen als Influencerinnen vielen Menschen Mut.

Das Leben von Lina Zeides und Arianna Corsentino, beide 25 Jahre alt, hat viele, zum Teil fast unglaubliche Gemeinsamkeiten, und das lange, bevor sie sich kannten. Eine hängt mit dem großen Einschnitt in ihrer beiden Leben zusammen. Arianna Corsentino war gerade 18, hatte ihr Abendkleid an und wollte zur Geburtstagsparty ihrer Mutter. Doch plötzlich wurde ihr schwindlig, und es ging ihr „richtig schlecht“. Statt zur Party kam sie in die Klinik. Nach mehreren Untersuchungen stand fest: Sie hat Multiple Sklerose.

Etwa drei Jahre später erging es Lina Zeides ähnlich. „Mein Sichtfeld wurde auf einmal immer kleiner“, erzählt die gebürtige Niederbayerin. „Ich konnte nicht mehr normal sehen, hatte Gleichgewichtsstörungen.“ Sie lief nur noch in Schlangenlinien, und kam ins Krankenhaus. Verdacht: Gehirntumor. Sie kam in die Röhre für CT- und MRT-Untersuchungen. Am Geburtstag ihrer Mutter, die an ihrem Krankenbett saß, bekam Lina Zeides die gleiche Diagnose wie Arianna Corsentino: MS.

### Hilfe in Social Media

Das Leben der beiden Frauen war auf den Kopf gestellt. Sie mussten sich ausschließlich um ihre Gesundheit kümmern, wieder auf die Beine kommen. „Ich war total überfordert“, erzählt Lina Zeides. In ihrer Verzweiflung erzählte sie auf Instagram über ihr Leiden und traf virtuell viele Menschen, denen es ähnlich ging, darunter vor allem junge Frauen. „Meistens wird MS in unserem Alter diagnostiziert“, sagt Lina Zeides, und sieben von zehn Betroffenen sind Frauen. Weltweit wird die Zahl aller MS-Erkrankten auf 2,8 Millionen geschätzt. In Deutschland sollen es mehr als 250.000 sein.

Auf Social Media bekam Lina Zeides von mehreren Personen den Tipp, beim Sozialverband VdK einzutreten. Das tat sie, ging zur Geschäftsstelle in Dachau bei München und wurde so gut beraten, dass sie inzwischen selbst immer wieder den Rat gibt, sich an den VdK zu wenden.

Arianna Corsentino war zu diesem Zeitpunkt schon länger auf Instagram. Auch sie erfuhr dort vom VdK und wurde Mitglied. Sie wandte sich an die Geschäftsstelle in Frankfurt am Main. Die Beratung half ihr sehr, und sie überzeugte andere ebenfalls vom VdK. Beide entschieden sich aufgrund der positiven Erfahrungen in den sozialen Netzwerken, ihren Alltag mit der MS-Erkrankung öffentlich zu teilen.

„lina.mein.leben.mit.ms“ und „arianna\_crs“ heißen ihre beiden Instagram-Accounts. Sie zeigen viele, meist tiefe Einblicke in ihren Alltag mit einer chronischen Erkrankung. Bei ihnen tritt MS in Schüben auf. Für Wochen sind die jungen Frauen außer Gefecht, haben massive Einschränkungen und Schmerzen, werden in der Klinik mit starken Cortison-Dosen behandelt – mit allen Nebenwirkungen. Arianna litt einmal so stark unter Halluzinationen, dass die Behandlung gestoppt wurde.

Daher melden sie sich manchmal tage- oder wochenlang nicht auf Instagram, und falls doch, fließen schon einmal Tränen vor der Kamera, wenn sie ein neues Video aufnehmen. Viele ihrer Follower geben ihnen Zuspruch, bauen sie auf oder danken ihnen für ihre Offenheit. Dass sie von manchen auch angegriffen werden, lässt sie nicht kalt. Aber die positiven Seiten von Social Media überwiegen für die beiden ganz eindeutig. Sie sind dankbar, dass sie vielen anderen damit helfen, und nicht zuletzt haben sich die beiden durch Instagram überhaupt kennengelernt.

Als Lina Zeides wieder mal im Krankenhaus lag, hat sich Arianna Corsentino gemeldet. Sie kamen ins Gespräch, lernten sich immer besser kennen, und bei Ariannas nächster Geburtstagsfeier tauchte Lina überraschend auf. Bald verband sie eine enge Freundschaft.

Sie behielten zwar beide ihren eigenen Account. Doch sie machten immer mehr zusammen auf Instagram. Medien wurden auf sie aufmerksam. Für einen ZDF-Beitrag zum Welt-MS-Tag am 30. Mai 2021 stand Lina Zeides noch allein vor der Kamera, weitere Dreharbeiten, auch für die BR-Fern-

Lina Zeides (Zweite von links) und Arianna Corsentino (Zweite von rechts) haben schon einige Fernsehauftritte gehabt. Für die BR-Sendung „Bezzel & Schwarz – Die Grenzgänger“ trafen sie sich mit Sebastian Bezzel (links) und Simon Schwarz. Foto: BR/strandgutmedia GmbH





sehreihe „Bezzel & Schwarz – Die Grenzgänger“, machten sie gemeinsam. Dazu trafen sie in der oberbayerischen Wahlheimat von Lina Zeides die bekannten Schauspieler Sebastian Bezzel und Simon Schwarz. Die vier sprachen nicht nur über die MS-Erkrankung und Instagram, sondern spielten auch gemeinsam Minigolf.

### „Nicht mein Feind“

Solche Erlebnisse hätten sich die beiden vor und auch unmittelbar nach der Diagnose nie vorstellen können. So schlimm für sie die Tage und Wochen mit Symptomen sind, so sehr genießen sie die Zeit dazwischen. Lina Zeides sieht in ihrer Erkrankung viele positive Dinge: „Ohne MS hätte ich Arianna niemals kennengelernt.“ Und auch viele andere Freundschaften sind durch den digitalen Austausch über Multiple Sklerose entstanden.

Ein Patient hat Lina Zeides einmal in der Klinik gesagt: „MS ist nicht mein Feind, sondern mein Freund, der mich ab und zu besuchen kommt.“ Daher machen sie das Beste aus ihrem Leben. Nicht nur ihren Berufen gehen sie gerne nach – Lina Zeides als Hotelfachfrau und ihre Freundin als Erzieherin. Sie unternehmen auch viel.

„Mein Leben hat sich komplett verändert“, sagt Arianna Corsentino, und das auch zum Positiven. Die leidenschaftliche Hobbysängerin hätte nie gedacht, dass sie mal auf einer großen Bühne auftreten und ein eigenes Lied präsentieren würde. Nun probiert sie alles aus und sang beim „Kämpferherzen-Treffen“ vor hunderten Menschen, die meisten auch mit chronischen Erkrankungen. Der Jubel des Publikums war groß.

*Sebastian Heise*

## KEINE ANGST VOR WIDERSPRUCH

### Oft kann man nach einer Ablehnung doch einen Pflegegrad erreichen

**Mit einem abgelehnten Pflegegrad oder einer abgelehnten Höherstufung muss man sich nicht abfinden. Im Gegenteil: Es kommt sogar recht häufig vor, dass Anträge abgewiesen werden – auch solche, die eigentlich hätten bewilligt werden müssen. Der Sozialverband VdK rät, im Zweifelsfall Widerspruch einzulegen.**

Wer einen Pflegegrad beantragt hat, erhält einen Termin zur Pflegebegutachtung. In der Regel besucht eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter des Medizinischen Diensts (MD) die Antragstellerin oder den Antragsteller zu Hause und stellt ein Gutachten aus.

Während der Corona-Pandemie hat der MD Pflegebegutachtungen per Telefon vorgenommen. Dadurch kam es oft zu Fehleinschätzungen. Viele Personen wurden zu niedrig eingestuft. Die Chancen, bei einem Widerspruch doch noch einen (höheren) Pflegegrad zu bekommen, stehen nicht schlecht.

So wurde beispielsweise der Antrag eines Mitglieds aus Bayern mit Pflegegrad 1 auf Höherstufung gleich zweimal abgelehnt – das erste Mal ohne, das zweite Mal mit ärztlichen Unterlagen. Schließlich suchte die 69-Jährige Hilfe beim VdK. Die Rechtsberaterin stellte fest, dass das vorgelegte ärztliche Attest im Gutachten des MD nicht aufgeführt und auch nicht berücksichtigt worden ist. Die VdK-Mitarbeiterin legte Widerspruch ein und schickte das Attest nochmals mit. Das Ergebnis: Rückwirkend wurde der Pflegegrad 3 anerkannt.

### Komplexes Verfahren

Bei der Pflegebegutachtung prüft der MD Kriterien in sechs Bereichen, die unterschiedlich gewichtet werden. Dieses Verfahren ist sehr komplex.

Eine Einstufung oder Ablehnung ist daher nicht leicht zu verstehen. Auf Wunsch schickt die Pflegekasse den Betroffenen das Gutachten des MD zusammen mit dem Bescheid zu.

Widerspruch einlegen dürfen nur die oder der Betroffene selbst oder eine bevollmächtigte Person. Das Schreiben kann kurz und formlos erfolgen und sollte innerhalb von vier Wochen per Einschreiben oder Fax bei der Pflegekasse eingehen. Der Widerspruch sollte auf jeden Fall begründet sein. Auch nach dieser Frist sind noch nicht alle Chancen vertan: Bis zu vier Jahre kann ein Fall rückwirkend geprüft werden, wenn man einen Rechtsanwalt oder den Sozialverband VdK einschaltet.

Bei einem Widerspruch überprüft die Pflegekasse ihr Gutachten. Meist wird ein Zweitgutachten erstellt. Dieses kann nochmals nach Aktenlage erfolgen, auf Wunsch aber auch durch einen Hausbesuch des MD. Es ist ratsam, sich auf diesen Termin gründlich vorzubereiten. Dazu gehört, im alten Gutachten nochmals zu überprüfen, ob alle körperlichen, geistigen und psychischen Einschränkungen berücksichtigt wurden. Außerdem ist es hilfreich, alle medizinischen Dokumente anzufordern, die neu dazugekommen sind.

Bringt auch das Zweitgutachten keinen Erfolg, besteht die Möglichkeit, beim Sozialgericht Klage einzureichen. Auch hier gilt eine Frist von einem Monat. Allerdings sollte man den VdK dabei zurate ziehen.

*Annette Liebmann*

Der Sozialverband VdK ist seinen Mitgliedern gerne in allen Fragen rund um die Pflege sowie bei einem Widerspruchsverfahren behilflich.

## DIE WETTKAMPFPFEILE FLIEGEN WIEDER!

### Bayerische Meisterschaft der Para Bogenschützen in Feucht

Endlich - nach langer Corona-Pause flogen wieder Wettkampfpfeile.

Die Bogenschützen Feucht waren am 28. Januar 2023 Gastgeber der 35. Bayerischen Meisterschaft ‚BM Para Bogen Halle‘. Den Weg ins mittelfränkische Feucht fanden 20 Schütz\*innen. Eingeteilt in 13 Wettkampfklassen fieberten sie dem ersten Schuss entgegen. Es wurden beachtliche Ergebnisse erzielt, wobei Sebastian Kollarek (482 Ringe), Paul Rothenbucher (424) und Birgit Noll (479) den aktuellen Rekord brachen.

Mit sieben Starter\*innen waren die Recurvler der Senioren die stärkste Klasse. Thilo Böhm errang mit 520 Ringen den ersten Platz und wurde Bayerischer Meister. Die Klasse mit dem Blankbogen war mit zwei Starter\*innen vertreten. Alle anderen Starter\*innen waren in ihren Klassen ohne Konkurrenz. Von den drei gemeldeten Mannschaften sicherte sich die SG Waldbrunn den 1. Platz, die Bogenschützen Feucht erzielten Rang 2 und BS Oberdürrbach Rang 3.



Die Teilnehmer\*innen der Para-BM Halle 2023 an der Schießlinie. Foto: Alexandra Seng BS Feucht

„Es war wieder ein Wettkampf vom Feinsten mit großartigen Leistungen und jeder Menge Spannung“, freute sich Arnold Schneider, Para Bogenschießen-Verantwortlicher bei den BS Feucht, und dankte herzlich für die perfekte Verpflegung und die gesamte Organisation.

Nun hoffen alle Schützen und Schützinnen auf einen weiteren Wettkampf in der Hallensaison am 25./26. Februar 2023 in Saarbrücken - alle ins Gold!

AS/red

## TORBALLER DES SV-REHA AUGSBURG WIEDER ERSTKLASSIG

### Der SV-Reha Augsburg steigt in die 1. Bundesliga auf.



Am 4.2.2023 fuhren die blinden und sehbehinderten Torballspieler des SV-Reha Augsburg nach Stuttgart, um in der 2. Torballbundesliga die Rückrunde zu bestreiten.

Verletzungsbedingt und aufgrund einiger Corona-Fälle in der Vorrunde ist die 2. Torballbundesliga in der Saison 2022/23 von sieben auf drei Teams geschrumpft.

Die Spieler Willi Brem, Uli Eggenberger, Fritz und Werner Maier mussten sich deshalb auch in der Rückrunde in einer Doppelrunde bewähren, um den sofortigen Wiederaufstieg zu erlangen.

Unter der Regie von Trainerin Bärbel Maier konnten die Teams aus St. Pauli mit 5:1 und 10:1 und Langenhagen mit 1:1 und 6:3 auch in der Rückrunde hinter sich gelassen werden. Somit haben sich die Fuggerstädter den Aufstieg in die 1. Bundesliga gesichert. Gratulation!

RR/red

Platz	Teilnehmer	Tore	Punkte
1.	SV-Reha Augsburg	49:17	15:1
2.	BSG Langenhagen	25:29	8:8
3.	FC St. Pauli	18:46	1:15

v.r.n.l.: Roland Rehle, Fritz Maier, Werner Maier, Ulli Eggenberger, Willi Brem, Bärbel Maier. Foto: Roland Rehle



## 50 JAHRE FLUGBALL – ENTDECKEN, EINSTEIGEN, ERLEBEN

Ballsportbegeisterte (z.B. nach einer REHA) suchen vermehrt ein Betätigungsfeld jenseits von Fußball, Handball, Basketball und Volleyball.

Denn in diesen Sportarten wird vieles in klassischen und spezialisierten Sportvereinen angeboten, die zumeist sehr professionell aufgestellt sind.

Flugball hingegen ist seit 50 Jahren erfolgreicher Bestandteil in Vereinen des Behinderten- und Rehabilitationssports. Begonnen zunächst als reiner Frauensport, fanden seit Mitte der 70er Jahre regelmäßig bayerische und auch deutsche Meisterschaften statt, und seit 10 Jahren dürfen nun auch Männer mitspielen. Pandemiebedingt fand die letzte Deutsche Meisterschaft 2019 in Weiden statt.

Im Laufe der Zeit wurden die vorhandenen Spielregeln geändert oder auch ergänzt.

Foto: BVS Bayern



### Und so wird Flugball gespielt:

- Vier gegen vier
- auf einem Spielfeld von + 5x8 m, das in der Mitte durch ein 1,90 m hohes Netz in zwei Hälften getrennt ist
- mit einem Volleyball, der nach drei Ballkontakten so in das gegnerische Spielfeld geworfen werden sollte, dass der gegnerischen Mannschaft kein Rückwurf gelingt oder dieser möglichst erschwert wird
- jeder eigene Fehler wird der anderen Mannschaft als Treffer angerechnet
- gewonnen hat die Mannschaft, die nach einer Spielzeit von 2 x 7 Minuten die meisten Treffer erzielt hat

„Nachdem wir in 2022 den Spielbetrieb endlich wieder uneingeschränkt aufnehmen durften, wünschen wir uns eine Bereicherung der aktuell aktiven Vereine, um bayerische Meisterschaften und das anschließende gemeinsame Miteinander wieder verstärkt zu pflegen.“

Das ist es nämlich, was unseren Sport neben dem sportlichen Wettbewerb ausmacht: tolle neue Leute kennen zu lernen und sich über den Tellerrand des eigenen Vereins hinweg auszutauschen“, sagt Tine Hechenberg, Abteilungsleiterin Flugball im BVS Bayern.

„Für Fragen rund um das FLUGBALL-Spiel stehe ich gerne mit Rat und Tat zur Seite – und wir Aktive kommen gerne auch nach Absprache zu einem gemeinsamen Ersttraining zu euch, um unsere Begeisterung mit euch zu teilen.“

Schreibt einfach eine Mail an: [tine-hechenberger@online.de](mailto:tine-hechenberger@online.de).”

TH/red

# DAS HANDGELENK UND DIE HAND IN DER SPORTMEDIZIN

In der heutigen Ausgabe berichtet Landessportarzt Dr. Klaus Pfaffenberger über das Handgelenk in der Sportmedizin.

Die Hand mit dem Handgelenk ist beim Menschen der für die Feinmotorik wichtigste Extremitätenabschnitt. Sie wird täglich bei nahezu allen menschlichen Aktivitäten, natürlich auch beim Sport, stark beansprucht und ist daher anfällig für Überlastungssyndrome und Verletzungen. Ihr sehr komplexer und feingliedriger Aufbau kann im folgenden nur orientierend dargestellt werden.

## Anatomie

Knöchern besteht das Handgelenk aus Radius (Speiche) und Ulna (Elle) sowie der angrenzenden Handwurzel (Carpus), die aus 8 kleineren Knochen besteht, wie der Abbildung zu entnehmen ist. An diese grenzt die Mittelhand (Metacarpus) an, bestehend aus 5 den jeweiligen Fingern zuzuordnenden Mittelhandknochen (Metacarpalia). An diese grenzen wiederum die Finger (Digiti) an, die aus mehreren Gliedern (Phalangen) bestehen, beim Daumen aus 2 (Grund- und Endphalanx), bei den übrigen Fingern aus jeweils 3 Gliedern (Grund-, Mittel- und Endphalanx). Die einzelnen Knochen sind durch einen hochkomplexen Bandapparat miteinander verbunden. Eine wichtige Struktur am Handgelenk ist der trianguläre fibrocartilaginäre Komplex (TFCC-Komplex) zwischen Elle und Handwurzel, bestehend aus dem Discus articularis, eine aus Faserknorpel bestehende, einem Meniskus ähnliche Struktur, und dem zugehörigen Bandapparat.

Die Beugesehnen und der Nervus medianus verlaufen in Höhe des Handgelenks im sogenannten Carpaltunnel, der dorsal durch die Handwurzelknochen und beugeseitig durch eine Sehnenplatte, den Retinaculum flexorum, begrenzt wird. Die Strecksehnen verlaufen an der Rückseite in 6 verschiedenen Fächern. Die Sehnen sind abschnittsweise an besonders beanspruchten Stellen von bindegewebigen Hüllen, den Sehnencheiden, umgeben.

## Überlastungssyndrome

### Arthrosen

Rein mechanisch verursachte Verschleißerscheinungen an den Gelenken nennt man Arthrosen, im Gegensatz zu entzündlichen Gelenkveränderungen, die man als Arthritis bezeichnet.

Arthrosen können primär entstehen durch starke Beanspruchung, aber auch als Folge von Verletzungen, meist mit Fehlstellungen. In diesen Fällen spricht man von Sekundärarthrosen. Am stärksten arthroseanfällig ist an der Hand das Daumensattelgelenk (Gelenkverbindung zwischen Handwurzelknochen und 1. Mittelhandknochen). Diesen Arthrosentyp nennt man Rhizarthrose. Arthroseanfällig sind insbesondere auch die Fingerendgelenke. Diese nennt man Heberdenarthrosen. Sie gehen häufig mit Beugefehlstellung und Knötchenbildung einher.

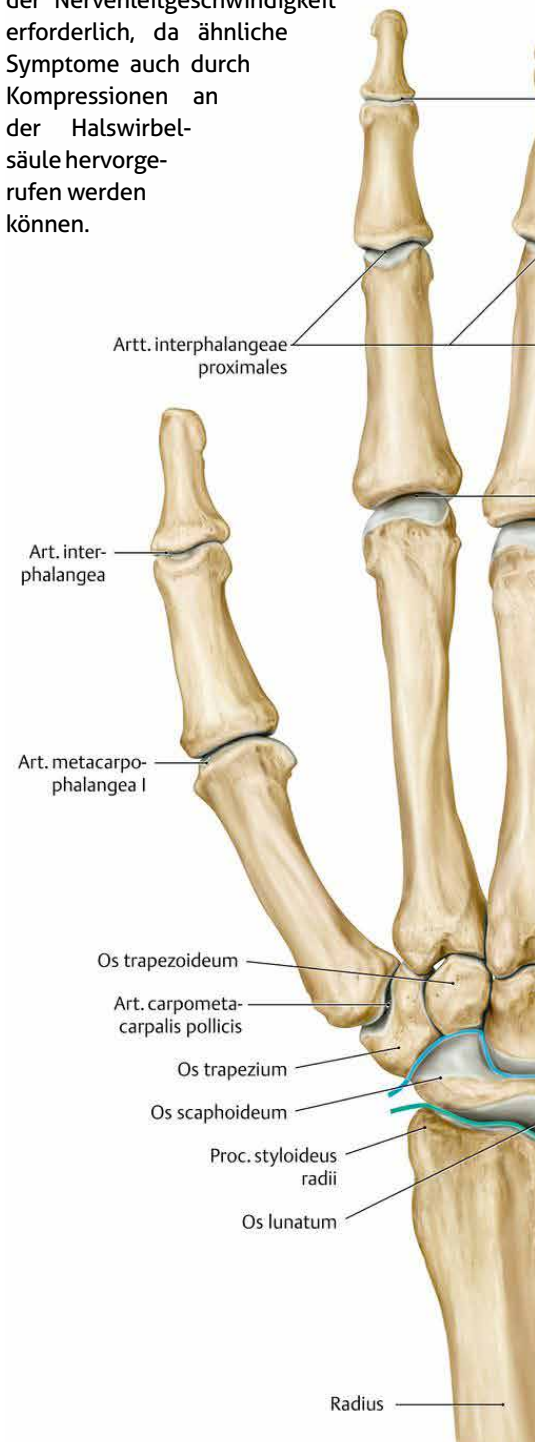
Nicht ganz so häufig sind Arthrosen an den Fingermittelgelenken, die man Bouchard-Arthrosen nennt. Verhältnismäßig wenig arthroseanfällig sind die Fingergrundgelenke. Beschwerden und Veränderungen dort weisen eher auf eine Arthritis (Rheuma) hin.

### Sehnenscheidenentzündung (Tendovaginitis)

Zu einer Entzündung der Sehnencheiden kommt es in der Regel durch Überbeanspruchung. Es bildet sich Flüssigkeit um die Sehnen. Symptome sind Schmerzen, Bewegungseinschränkung, Rötung und Überwärmung im betroffenen Bereich. Manchmal kommt es zu knirschenden Reibegeräuschen (Schneeballknirschen) bei Bewegung. Die Diagnose kann in den meisten Fällen durch klinische Untersuchung eindeutig gestellt werden, so dass eine weiterführende Diagnostik (MRT oder Sonographie) nur in seltenen Fällen erforderlich ist. Die Therapie erfolgt durch Ruhigstellen und gegebenenfalls Schmerzmittel. Die bevorzugte Lokalisation an der Hand ist das 1. Strecksehnenfach. Man nennt diese Formde Quervain-Tendovaginitis.

### Carpaltunnelsyndrom

Dazu kann es durch einen zu engen Carpaltunnel kommen. Das ist zwar grundsätzlich anlagebedingt, die Symptomatik kann aber durch starke Beanspruchung begünstigt werden. Es kommt dann zu Kompressionserscheinungen des Nervus medianus mit Gefühlsstörungen in den Fingern 1-3 der Hand. Als Therapie ist eine chirurgische Spaltung des Carpaltunnels beugeseitig am Retinaculum flexorum möglich. Vorher ist allerdings eine genaue neurologische Diagnostik durch Messung der Nervenleitgeschwindigkeit erforderlich, da ähnliche Symptome auch durch Kompressionen an der Halswirbelsäule hervorgerufen werden können.





**Literatur:**

- Breitenseher M. MR-Trainer Obere Extremität 2005
- Valensieck M., Reiser M. MRT der Bewegungsapparates 2002
- J. Felderhoff, M. Lehnert, H. Mellerowicz Das schmerzhafte Handgelenk in Deutsche Zeitung für Sportmedizin Jahrgang 53 Nr.11 (2002)
- Prometheus LernAtlas – Allgemeine Anatomie und Bewegungssystem Thieme 2018

**Abbildung:**

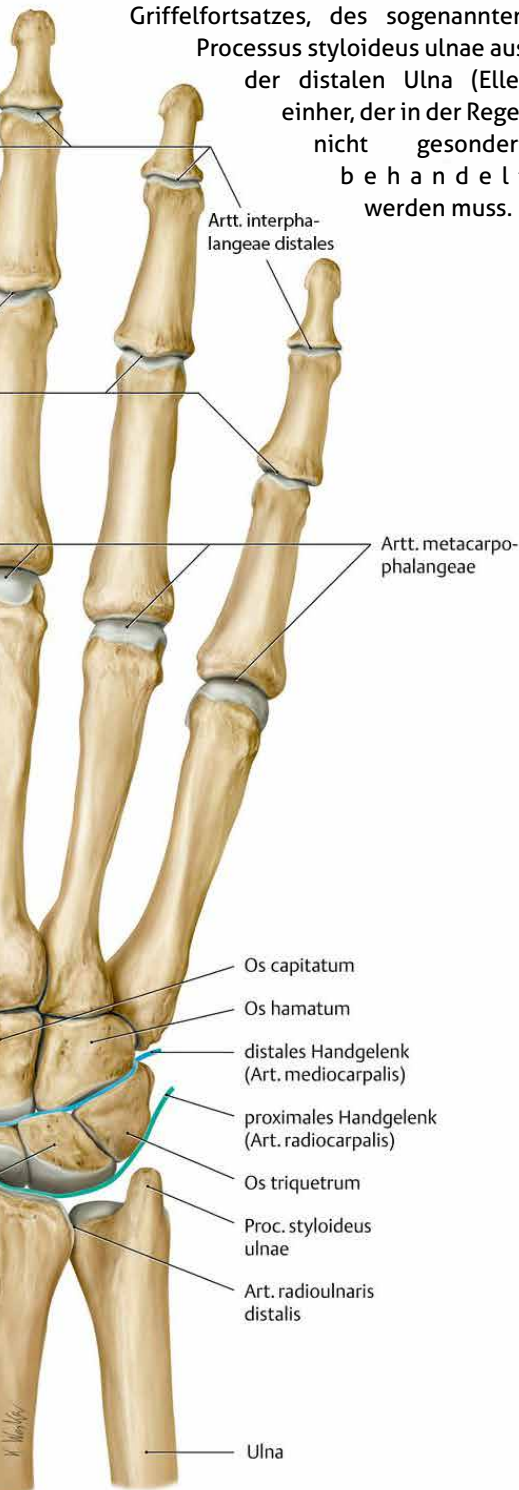
- Prometheus

## Verletzungen

### Knöcherne Verletzungen

Eine häufige knöcherne Verletzung im Handgelenksbereich ist die distale Radiusfraktur (Fraktur der Speiche) durch Sturz entweder auf den gestreckten Arm (Colles-Fraktur) oder auf den gebeugten Arm (Smith-Fraktur). Diese wird je nach Grad der Fehlstellung entweder konservativ durch Ruhigstellen oder operativ behandelt. Sie geht oft mit einem Abriss des Griffelfortsatzes, des sogenannten

Processus styloideus ulnae einher, der in der Regel nicht gesondert behandelt werden muss.



Eine bedeutende knöcherne Verletzung ist die Kahnbeinfraktur. Sie ist mit 70 % die häufigste Handwurzelfraktur. Sie entsteht durch reflexartiges Abstützen mit der Hand beim Sturz. Symptome sind ein Druckschmerz in der darüber liegenden Region, der sogenannten Tabatière, die äußerlich besonders bei abgespreiztem Daumen als Delle sichtbar ist. Das Kahnbein (Os scaphoideum oder Os naviculare) verfügt über eine ausgesprochen schlechte Frakturheilung. Eine nicht erkannte und somit unbehandelte Fraktur führt deshalb meist zu einer ausbleibenden Frakturheilung. Es bildet sich eine sogenannte Pseudarthrose, was übersetzt „falsches Gelenk“ bedeutet, d.h. der Frakturspalt bleibt bestehen und bildet eine oft instabile gelenkähnliche Struktur aus.

Wichtig ist also eine korrekte Diagnose und anschließende Behandlung. Da Kahnbeinfrakturen oft wenig verschoben (disloziert) sind, entgehen sie häufig dem Nachweis durch konventionelle Röntgendiagnostik. Bei begründetem klinischem Verdacht sollte man deshalb großzügig Schnittbildverfahren (Computertomographie oder Kernspintomographie) einsetzen. Kahnbeinfrakturen heilen umso schlechter, je weiter proximal (körpernah) sie liegen. Eine Fraktur im distalen (körperfernen) Drittel kann man auch konservativ durch Ruhigstellen für 6 bis 8 Wochen behandeln, für eine im mittleren Drittel braucht man schon 10 bis 12 Wochen Ruhigstellung. Eine Fraktur im proximalen Drittel heilt fast nie allein durch Ruhigstellung ab, so dass man in diesem Fall grundsätzlich operativ vorgehen sollte.

### Skidaumen

Hierunter versteht man einen Riss des ulnaren (an der den Fingern zugewandten Seite liegenden) Kollateralbandes (Seitenband) am Daumengrundgelenk durch Überstrecken und Abspreizen, häufig durch Hängenbleiben in der Schlaufe am Skistock, aber auch bei anderen vergleichbaren Verletzungsmustern. Dabei kommt es darauf an, ob das Band nur angerissen oder komplett abgerissen ist. In letzterem Fall sollte man operieren, da es sonst durch die bleibende Instabilität

zu späteren Arthrosen kommen kann. In ersterem Fall ist auch eine konservative Therapie durch Ruhigstellen möglich. Die exakte Diagnose kann im Zweifelsfall durch Kernspintomographie erfolgen.

### Verletzungen des TFCC-Komplexes

Hierzu kann es durch Verletzungen mit Rotationskomponente kommen. Symptome sind Schmerzen besonders bei Drehbewegungen. Äußerlich ist meist wenig sichtbar. Dabei können der Discus articularis selbst und/oder der zugehörige Bandapparat gerissen sein. Auch degenerative Prozesse können zu ähnlichen Befunden führen. Je nach Schweregrad kommen ein (in der Regel arthroskopischer) operativer Eingriff oder eine konservative Therapie in Betracht. Eingeteilt werden TFCC-Verletzungen nach Palmer I für traumatische und Palmer II für degenerative Veränderungen.

### Ringbandverletzungen

Die Beugesehnen der Finger werden durch mehrere Ringbänder (Ligamenta anularia) und Kreuzbänder (Ligamenta cruciata) am Finger gehalten. Bei starken Beugewebungen gegen einen Widerstand, also wenn man sich irgendwo festkrallt, können diese reißen. Ringbandverletzungen sind somit typische Verletzungen von Kletterern.

Es kommt oft zu einem hörbaren Schnalzgeräusch. Wenn mehrere Ringbänder gerissen sind, kommt es zum typischen „Blowstringing-Phänomen“, einem Abheben der Sehnen vom Finger. Anhand dieses typischen Leitsymptoms kann die Diagnose in der Regel klinisch eindeutig gestellt werden. Eine zusätzliche Bildgebung, etwa durch Kernspintomographie, ist somit nicht routinemäßig erforderlich. Behandelt werden Ringbandverletzungen meist konservativ durch Sportkarenz, Ruhigstellen mit Fingerschiene und anschließendem Taping.

KP/red

## „SPASS UND FREUDE AN DER BEWEGUNG STEHEN FÜR MICH IM FOKUS!“

Bayerischer Ehrenamtspreis für EISs Trainer Nakac

„Zu uns können alle Kinder kommen, sich gemeinsam bewegen und Spaß haben — Herkunft oder eine Behinderung spielen keine Rolle. Wichtig ist, dass sie am Ende mit einem Strahlen die Halle verlassen!“ Das ist das Motto von Muhammer Nakac, und damit löst der Trainer und Jugendleiter beim TV 1848 Coburg nicht nur bei den Kids Begeisterung aus.

Denn es werden zwar Tipps gegeben, aber jedes Kind kann sich für seinen individuellen Weg entscheiden. Das klingt nicht nur nach jeder Menge Spaß, sondern ist es auch! Und gleichzeitig werden die Sozialkompetenzen durch das gemeinsame Sporttreiben gefördert. Die Mädchen und Buben fühlen sich in seinen Sportstunden wohl, das merkt man.

Freude an der Bewegung — gemeinsam mit Freund\*innen!“ Auch beim Fußball geht es weniger um Strategie oder technische Kenntnisse, sondern vielmehr um das Kicken an sich.

**«Herkunft oder eine Behinderung spielen keine Rolle. Wichtig ist, dass sie am Ende mit einem Strahlen die Halle verlassen!»**



Hier treffen sich Kinder mit und ohne Behinderung, sie kommen aus vielen verschiedenen Ländern, aus Deutschland, Syrien oder Indien.

Das verspricht jede Menge fröhliche Kindergesichter — genau so, wie es sich Muhammer wünscht! Aber Muhammer engagiert sich nicht nur bei der Erlebten Inklusiven Sportschule EISs des BVS Bayern: Als Jugendleiter des TV 1848 organisiert er auch das Kindersportfest und das Zeltlager - ein echter Gewinn für den Verein!

LS-W/red

Für sein Engagement wurde er jetzt mit dem bayerischen Ehrenamtspreis in der Kategorie Integration/Inklusion ausgezeichnet. „Ich habe ihn für die Auszeichnung vorgeschlagen, weil man merkt, wie sehr ihm die Kinder am Herzen liegen. Es ist toll, ihn als Teil unseres Vereins zu haben!“, sagt Astrid Hess, Vorsitzende beim Coburger Verein.

Genau das liegt Muhammer auch besonders am Herzen: „Im Sport sind alle gleich! Leistungsdruck herrscht bei mir keiner, sondern ganz viel Spaß und

Vier Mal die Woche steht der 49-Jährige in der Turnhalle, um rund 150 Kids beim Ninja-Warrior-Training, Fußball oder Kinderturnen zu betreuen. Beim Ninja-Warrior-Training sieht das so aus: Die Turnhalle steht voller Geräte, die die Kids überwinden dürfen — jedes nach seinen Fähigkeiten und eigenen Ideen.



Fotos: TV 1848 Coburg



# 20 JAHRE INKLUSIVE WINTERSPORTWOCHE

## Nachhaltige Inklusion, gemeinsam und wertschätzend

Sonnenstrahlen spiegeln sich im zugefrorenen Mittersee, die gefrorenen Baumwipfel bewegen sich rhythmisch im Takt des Windes. Gleichmäßiges Knirschen unterbricht die stille Bergidylle im Hochtal vor Ruhpolding. Ein bunt gekleideter Langläufer taucht in der Loipe auf, eine lange Reihe folgt. Strahlendes Lachen in den Gesichtern der Gruppe, trotz körperlicher Anstrengung und einer Außentemperatur von – 8 Grad.

### Einzigartiges Projekt

Ein in Europa wohl einzigartiges Projekt ist erneut eine Woche im Frühjahr zu Gast im Berchtesgadener Land: gelebte Inklusion, organisiert von vier Projektpartnern, die im Laufe der letzten Jahre zusammengewachsen sind.

*«Ich bin seit vielen Jahren nicht so glücklich gewesen wie in dieser Woche»*

Zum 20. Mal unterstützen Realschüler\*innen der Wilhelm-Sattler-Realsschule Schweinfurt die Sportler\*innen der Christophorusschule Würzburg. Die Anfänge des Langlaufkurses liegen in den 1980er Jahren, als aus dem Skiprojekt für Schüler\*innen der Lebenshilfe Würzburg in Solla/Bayerischer Wald und der Langlaufwoche der Graf-zu-Bentheim-Schule Würzburg (Blindeninstitut) im nahe gelegenen Mauth die Wintersportwoche in Ruhpolding entstand.

Im Labenbachhof finden alle Beteiligten optimale Verhältnisse vor – behindertengerecht, preislich finanzierbar und schneesicher. Seit ca. 10 Jahren sind auch Sportler\*innen der Bentheim-Werkstatt sowie der Mainfränkischen Werkstätten an dieser außergewöhnlichen Sportfreizeit beteiligt.

Mit viel Enthusiasmus und großer Eigeninitiative kooperieren die langjährigen Verantwortlichen Christoph Hoffmann, Thomas Bösch (beide seit 1988), Georg Harbauer (seit 1996), Wolfgang Holler (seit 2004) und Andreas Wehnert (seit 2012) miteinander.

### Vielältige Aktivitäten

Neben den perfekt eingespielten Teams sind viele Ehrenamtliche regelmäßig beteiligt. Schüler\*innen mit verschiedenen Handicaps und Regelschüler\*innen sind zusammen in einem Kurs, aber auf den ersten Blick offenbart sich Außenstehenden meist kein Unterschied! Alle Teilnehmer\*innen profitieren gegenseitig – nicht nur in sportlicher Hinsicht – vonei-

ander. Gemeinsamer Wintersport, Spiele-Abende, Schwimmbadbesuche, Wanderungen, Lieder-Sessions mit Blues-Gitarrist Harvey Knörr, Filmvorführungen, Sportaktivitäten im Haus, gegenseitige Unterstützung und viel Lebenserfahrung, Sozialkompetenz und Selbstwertgefühl, mehr kann gelebte Inklusion nicht leisten!

### Pflicht: Einkehrschwung in die Plenkhitte

Nach einem gemeinsamen Frühstück werden die Lunchpakete gepackt, und mit Kleinbussen begibt sich die Gruppe ins nahe gelegene Langlaufgebiet, nach Fähigkeiten und Können aufgeteilt, zum Teil zu unterschiedlichen Einstiegen. Dementsprechend werden auch unterschiedliche Tagesstrecken zurückgelegt, wobei die richtig Fitten schon mal 25 km schaffen. Wichtig ist jedoch das gemeinsame Erlebnis in der schneebe-



deckten Natur, für viele zum ersten Mal. Die kleine Plenkhitte am Biathlonstadion von Ruhpolding hat uns ins Herz geschlossen und immer einen Platz.

Auch das Team des Biathlon-Experten Fritz Fischer nimmt uns stets sehr offen und freundlich in Empfang, ein Biathlonschießen auf dem Schießstand des WM-Stadions bildet neben dem Abschlussrennen den Höhepunkt der Woche. Wo sonst betreut ein gut gelaunter Olympiasieger als Schießtrainer gehandicappte Sportler\*innen? Siegerehrung und Abschluss-Disco läuten das Ende der Woche ein. Viele Tränen fließen zum Abschied und verdeutlichen, dass die verschiedenen Gruppen in dieser Woche eng zusammengewachsen sind. Das ist nachhaltige Inklusion, gemeinsam und wertschätzend. „Ich bin seit vielen Jahren nicht so glücklich gewesen wie in dieser Woche“, sagt z.B. Schülerin Lea.

Ein großer Dank geht an alle Begleiter und Unterstützer dieses einmaligen Inklusions-Projekts. Möglich ist diese Ski-Woche nur durch die Unterstützung des BVS Bayern in Zusammenarbeit mit dem Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales.

CH/red

Fotos: Christoph Hoffmann



## FÖRDERUNG INKLUSIVER SPORTPROGRAMME

Der BVS Bayern arbeitet auch in 2023 weiter daran, die bayerische Sportlandschaft flächendeckend und nachhaltig inklusiv zu gestalten – natürlich am liebsten mit Euch!

Ihr möchtet das Thema Inklusion im und durch Sport in eurem Verein angehen oder seid bereits aktiv? Wir unterstützen euch bei Aufbau und Weiterentwicklung inklusiver Vereinsangebote und bieten hierzu verschiedene Förderprogramme an.

Inklusive Sportangebote unterstützen wir mit bis zu 3.000 € / pro Jahr / pro Gruppe.

Inklusive Sportveranstaltungen werden mit bis zu 90% der Gesamtkosten bezuschusst. Nähere Informationen hierzu findet ihr auf unserer Homepage unter:

„Erlebte Inklusiver Sportschule (EISs)“

„Förderung Inklusiver Sportveranstaltungen (IKS)“

Im Jahr 2023 gibt es wieder viele abwechslungsreiche inklusive Sportveranstaltungen in ganz Bayern. Schaut vorbei und macht mit.

Ihr findet den Kalender Inklusiver Sportveranstaltungen auf unserer Homepage.

Oder klickt einfach hier auf den Link (<https://bvs-bayern.com/inklusionssport/inklusive-sportveranstaltungen-kalender/>)

Der Kalender ist schon gut gefüllt, für jede und jeden ist ein Schmankerl dabei.

Ob Fechten oder Rollstuhlbasketball, Wheelsocket oder Kajakfahren. Auch unsere gemeinsame Radltour mit dem VdK ist heuer wieder geplant!

*red*

### März

**18.03. Rollstuhltraining Augsburg 1 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.

**18.03. Rollstuhltraining Augsburg 1 (Jugend)**  
BVS Bayern e.V.

**25.03. Rollstuhltraining Nürnberg 1 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.

**25.03. Rollstuhltraining Nürnberg 1 (Jugend)**  
BVS Bayern e.V.

**25.03. 7. Schwäbisches inklusives Kinder- und Jugendschwimmfest**  
TV 1862 Dillingen e.V.

**n.n. Reitpaß Rollikids und Jugendliche**  
Rolli-Treff-Franken e.V.

**n.n. Schnupperkurs Rollstuhlfechten**  
Fechtclub München e.V.



## April

- 29.04. 10. Inklusives Kegeltturnier**  
VSV Straubing e.V.
- 30.04. Internationaler Würzburger Residenzlauf**  
Annettes Kinderturnen e.V.
- 30.04. Rollstuhltraining Aschaffenburg 1 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.
- n.n. Schnupperkurs Rollstuhlfechten**  
Fechtclub München e.V.

## Mai

- 06.05. Wheelsocket Spieltag**  
Rolli-Treff-Franken e.V.
- 06.05. Inklusiver Norcid-Walking-Marathon**  
Bezirk Niederbayern
- 13.05. Wandern**  
District 91 e.V.
- 13.05. Schnupper-Kajak-Tag**  
Bezirk Mittelfranken
- 13.05. Inklusives Sport- und Kinderspielfest**  
BVS Nürnberg e.V.
- 13.05. Inklusives Sportfest**  
Post SV Nürnberg e.V.
- 26.05. Schnupperkurs Einführung in den Segelsport**  
Segelclub Prien e.V.
- 27.05. Rollstuhltraining Nürnberg 2 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.
- n.n. Inklusiver Spiel- und Sportnachmittag**  
TV 1890 Augsfeld e.V.
- n.n. Inklusives Kindersportfest**  
TSV 1860 Ansbach e.V.
- n.n. Soft und Cross Boccia**  
District 91 e.V.
- n.n. Schnupperkurs Rollstuhlfechten**  
Fechtclub München e.V.
- n.n. Sportfest „We will roll you“**  
RBB München e.V.

## Juni

26

- 04.06. Inklusives Kinder- und Jugendsportfest**  
RGSV Moosburg e.V.
- 07.06. VdK BVS Radtour**  
VdK München
- 09.06. Schnupperkurs Einführung in den Segelsport**  
Segelclub Prien e.V.
- 15.06. Inklusives Max-Steger-Sportfest**  
TSV Schwaben Augsburg e.V.
- 24.06. Schlauchbootfahrt auf der Isar**  
RGSV Moosburg e.V.
- 24.06. 8. Inklusives Sportfest**  
TV Trennfurt e.V.
- 30.06. Schnupperkurs Einführung in den Segelsport**  
Segelclub Prien e.V.
- n.n. Rund um den Dutzendteich**  
Rolli-Treff-Franken e.V.
- n.n. USC Teens Cup**  
USC München Rollstuhlsport e.V.
- n.n. Pedalhelden**  
Bahnradsport Bayern e.V.

## Juli

- 10.07. Wandertag**  
Bezirk Oberfranken
- 11.07. Inklusives Kinder- und Jugendsportfest**  
Bezirk Mittelfranken
- 14.07. Reitwochenende und Zeltlager**  
RGSV Moosburg e.V.
- 15.07. Rollstuhltraining Augsburg 2 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.
- 31.07. Capoeira Inklusionsprojekt**  
Annettes Kinderturnen e.V.
- 31.07. Inklusives Sportcamp**  
TV 1890 Augsburg e.V.
- n.n. Schnupperkurs Rollstuhlfechten**  
Fechtclub München e.V.
- n.n. Familiensommerfest**  
TV 1847 Augsburg e.V.
- n.n. Inklusives Kajakwochenende für Jugendliche**  
VSV Straubing e.V.
- n.n. 1. Inklusives Pétanqueturnier**  
VSV Straubing e.V.

## August

- 11.08. Inklusives Kanucamp für Jugendliche**  
VSV Straubing e.V.
- 29.08. Integrative Jugendwoche**  
Segelclub Prien e.V.
- n.n. 3. Wassersporttag**  
VSV Straubing e.V.



## September

- 02.09. Bezirkswandertag**  
Bezirk Mittelfranken
- 22.09. Sportwoche für Alle**  
BVS Bayern e.V. mit Vereinen und Bezirken
- 30.09. Rollstuhltraining Nürnberg 3 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.
- 30.09. Rollstuhltraining Nürnberg 3 (Jugendliche)**  
BVS Bayern e.V.
- n.n. Inklusives Speedskating Event**  
SV Henfenfeld 1946 e.V.
- n.n. COBURGaktiv**  
TV 1848 Coburg e.V.
- n.n. Tennis Turnier**  
TV 1879 Hilpoltstein e.V.

## Oktober

- 29.10. Rollstuhltraining Aschaffenburg 2 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.
- n.n. 14. Bayrisches Inklusives Kinder- und Jugendschwimmfest**  
Bezirk Mittelfranken
- n.n. Isarman**  
RGSV Moosburg e.V.
- n.n. Schnupperkurs Rollstuhlfechten**  
Fechtclub München e.V.

## November

- 18.11. Rollstuhltraining Nürnberg 4 (Erwachsene)**  
BVS Bayern e.V.

Für diese Veranstaltungen werden  
die Termine noch bekanntgegeben

- n.n. Inklusives Tischtennisturnier**  
Bezirk Oberfranken
- n.n. Inklusiver Bezirks-Nordic-Walking-Tag**  
Bezirk Oberpfalz
- n.n. Inklusiver Bezirkswandertag**  
Bezirk Oberpfalz
- n.n. Inklusionssporttag**  
Bezirk Oberpfalz
- n.n. 10. Hope & Possibility Run**  
Achilles International e.V.
- n.n. Inklusionssporttag**  
Insel Zeit e.V.
- n.n. Iller - Inklusive Kajakwoche**  
1. Inklusives Kanuzentrum Augsburg e.V.

## NEUES FORMAT DER AUSBILDUNG PARA SKI ALPIN

Unsere Ausbildung Para Ski Alpin hat ein neues Gewand bekommen und wird deswegen terminlich neu angesetzt.

Die Ausbildung findet zwischen dem 29.5. und dem 29.10.2023 in drei Präsenz- und einer digitalen Phase statt. Die Ausbildungstage vor Ort werden alle im Stubaital sein. Die neue Konzeption der Ausbildung beinhaltet die Grundlagen, sodass diese nicht mehr separat absolviert beziehungsweise nachgewiesen werden müssen. Bei erfolgreichem Abschluss wird neben der DOSB B-Lizenz Trainer\*in Leistungssport im Behindertensport auch die Anerkennung bei INTERSKI mit der begehrten IVSI-Marke erreicht.



## Ausbildung Para Ski Alpin Trainer\*in C Leistungssport

red

## HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH DEN GEBURTSTAGSKINDERN DER MONATE JANUAR BIS MÄRZ!

**BVS Bayern und die RVSG Rothenburg wünschen ihren Jubilaren alles Gute:**

### In Muhr am See

Herrn Peter Hauenstein zum 65., Frau Edeltraud Herrmann zum 70., Frau Uschi Stussig und Herrn Justus Leyde zum 80. Geburtstag. Herzliche Glückwünsche gehen auch an Frau Ursula Kandler zum 85. Geburtstag.

### In Rothenburg ob der Tauber

Frau Karin Bierstedt zum 65., Herrn Ernst Breiter zum 70. und Frau Marga Kranz zum 85. Geburtstag.

Die besten Glückwünsche auch Frau Ursula Schober und Frau Ilse Mack zum 80. sowie Frau Lydia Bäuerlein zum 85. Geburtstag.

### In Weißenburg

Frau Anna Oschewski zum 80. und Herrn Heinz Käferlein zum 90. Geburtstag.

**BVS Bayern und BVSV Nürnberg gratulieren sehr herzlich:**

Frau Brigitte Wiesner zum 70., Herrn Manfred Maier zum 75. und Frau Hannelore Hitschfel und Herrn Josef Wiener zum 80. Geburtstag. Alles Gute Frau Maria Gress, Frau Martha Hebandanz und Herr Adolf Wittmann zum 81. sowie Frau Dorla Zapf und Herr Helmut Gerstner zum 83.,

Frau Erni Fleischmann zum 84. und Herrn Herbert Ortlieb zum 85. Wiegenfest. Herzlichen Glückwunsch auch Frau Irmgard Sommer, Frau Irmgard Gracklauer und Frau Renate Römer zum 86., Frau Ingeburg Schwarzmann, Frau Hildegard Frisch und Frau Irmgard Petrich zum 91. Und Frau Irma Heidenreich zum 99. Geburtstag!

**und VRS Hilpoltstein gratulieren ganz herzlich**

den Übungsleiterinnen Frau Hildegard Schlenk-Hirscheider und Frau Helga Laumer zum 70. bzw. zum 75. Geburtstag, sowie Frau Helga Miener, ebenfalls zum 75. Geburtstag. Herzlichen Glückwunsch Herrn Heinrich Abt, zum 75. Geburtstag.



# NIEDERBAYERN

## Bezirksinformationstag des BVS Bezirk Niederbayern

Nach einer langen pandemiebedingten Pause von 3 Jahren veranstaltete der BVS Bezirk Niederbayern, trotz geringer Anmeldungen, seinen Bezirksinformationstag im Straubinger Keglerzentrum.

Nachdem der Bezirksvorsitzende Georg Steibl die Runde begrüßt hatte gab es eine Vorstellungsrunde.

Entschuldigen musste er den Bezirkssportarzt Peter Kolmsee und den Schatzmeister Peter Dittmann, freute sich dann aber über eine trotz geringer Vorab-Anmeldungen recht ordentliche Teilnehmerzahl.

Die Vorstellungsrunde fiel mit Vereinsvorsitzenden, Übungs- und Abteilungsleiter\*innen aus dem Wettkampf-, Rolli- und GB-Sport sowie Interessent\*innen, die eine EISs-Gruppe gründen möchten, sehr abwechslungsreich aus.

Dazu präsentierte Annemarie Horsch von der Projektstelle Inklusionssport das EISs-Programm. Sie informierte über Möglichkeiten, Voraussetzungen und finanzielle Vorzüge und stellte sich anschließend den Fragen der interessierten Teilnehmer\*innen.



Foto: Alois Grasl

### Weitere TOPs

Rehafachwartin Charlotte Dowrtiel informierte über Ü-Leiterlizenzen bei der Aus- bzw. Fortbildung. Sie bedankte sich bei Bezirkssportarzt Peter Kolmsee für seine großartige Unterstützung und berichtete über Online Telesport und das 10. Nordic-Walking Event im Mai in Bad Griesbach, dass nach der Coronapause wieder gut angenommen worden ist.

Elfriede Mücke, Vorsitzende des VRS Dingolfing, gab bekannt, dass Herzsport jetzt auch mit einem Rettungssanitäter anstatt einem Arzt möglich ist.

Frauenfachwartin Anita Menacher teilte mit, dass der ausgefallene Frauenaktivtag im Frühjahr 2023 nachgeholt wird.

Uwe Klessinger berichtete über die gut funktionierende EISs Gruppe in Passau.

Der stellvertretende Vorsitzende Klaus Welsch wies auf die Möglichkeit von BVS oder BLSV Ehrungen in den Vereinen hin.

Bezirkssportwart Alois Grasl berichtete vom inklusiven Kegeln im April und über die Niederbayrischen Meisterschaften Hallenboccia und Pétanque im vergangenen Jahr. Er bedankte er sich beim BSG Hintereben für seine rege Beteiligung und gab der Hoffnung Ausdruck, „dass in 2023 noch mehr Vereine den Weg zu unseren Veranstaltungen finden mögen.“

Nach einem lebhaften Austausch in der Runde schloss der Bezirksvorsitzende Georg Steibl die Veranstaltung ab und bedankte sich bei den Anwesenden für die rege Beteiligung.

AS/red

# OBERBAYERN

## Zum Gedenken an Rudi Jank

Im Oktober 2021 ernannte der Reha-Sportverein Waldkraiburg e.V. Rudi Jank aufgrund seines langjährigen ehrenamtlichen Engagements zum Ehrenvorsitzenden. Im Dezember ist Jank im Alter von 78 Jahren gestorben.

Rudi Jank war seit 30.03.1982 Mitglied im Reha-Sportverein Waldkraiburg e.V. und bekleidete in dieser Zeit verschiedene Ämter und Funktionen, als Übungsleiter, Schriftleiter, erster Vorsitzender und als Mitglied im Ehrenbeirat des BVS Bayern.

Für sein außerordentliches Engagement erhielt Jank zahlreiche Ehrungen, u.a. von der Stadt Waldkraiburg, vom Landkreis Mühldorf am Inn und vom BVS Bezirk Oberbayern.

„Wir, die Vorstandschaft und die Mitglieder, werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren“, sagt Michael Bartesch, 1. Vorsitzender des Reha-Sportvereins Waldkraiburg e.V. „Unsere Gedanken sind bei Rudis Familie.“

MB/red

li M. Bartesch, re Rudi Jank. Foto: privat



## OBERFRANKEN

### Viele Gäste beim Neujahrsempfang des BVS-Bezirk Oberfranken

Nach zweijähriger Zwangspause wegen Corona fand der Neujahrsempfang des BVS Bezirk Oberfranken am 27.1.2023 endlich wieder statt.

tagspräsidenten, Irene von der Weth, Paritätischer Wohlfahrtsverband und der Geschäftsführer des BVS Bayern Jamil Sahhar.

es wurde über sportliche Ereignisse auf Landes- und Bezirksebene gesprochen und man konnte sich endlich wieder persönlich begegnen.



Foto: privat

Der Einladung folgten wieder viele Ehrengäste, darunter der Oberbürgermeister der Stadt Bayreuth Thomas Ebersberger, Erwin Manger, Vizepräsident ZBFS und Landesausschussvorsitzender des VdK Bayern, Rudolf Kirchner, Regionalstellenleiter ZBFS, Manfred Neumeister, Kreisrat in Vertretung des Landrates, Dr. Beate Kuhn, Bezirksrätin in Vertretung des Bezirks-

Außerdem konnte die Bezirksvorsitzende Heidi Miklis Vereinsvertreter\*innen von VRG Bayreuth, BVSV Weidenberg, VSV Mehlmeisel sowie die oberfränkische Bezirksvorstandschaft des BVS begrüßen.

Im Rahmen des Neujahrsempfangs wurde ein Überblick über die Entwicklung des BVS Bayern gegeben,

„Unser Sportwart für Tischtennis, Gerhard Wachter, erhielt im Jahr 2022 eine besondere Ehrung: Im November wurde ihm das „Ehrenzeichen des Bayerischen Ministerpräsidenten für Verdienste im Ehrenamt“ durch den Ministerpräsidenten Markus Söder verliehen. Herzlichen Glückwunsch von der gesamten Bezirksvorstandschaft“, sagt Heidi Miklis.

HM/red

### Hofer Tischtennisspieler ermitteln Vereinsmeister

Die Vereinsmeisterschaft der Tischtennisabteilung bildete auch 2022 traditionell den Jahresabschluss bei der Reha Sport Gemeinschaft Hof.

So traf man sich in der Schulturnhalle Hof-Moschendorf zum Turnier. Im Laufe des Wettbewerbs spitzte sich alles auf einen Dreikampf zu, der mit dem Vereinsmeistertitel für Gerhard Wachter endete. Platz zwei sicherte sich Holger Wilde vor Siegfried Rödel. Nach den Wettkämpfen saß man gesellig zusammen und ließ das abgelaufene sportliche Jahr noch einmal Revue passieren.

GW/red



Die Erstplatzierten von links Siegfried Rödel, Gerhard Wachter und Holger Wilde. Foto: privat



# MOBILER SUPPORT FÜR DEN DEUTSCHEN SPORT.

Warum man mit unserem Partner Athletic Sport Sponsoring unkompliziert und kostentransparent Auto fährt.

## JEDES JAHR EIN NEUES AUTO GANZ NACH BEDARF

Egal, ob Allrounder, SUV oder Cityflitzer – unser Partner ASS Athletic Sport Sponsoring ermöglicht es Menschen, die im Sport unterwegs sind, immer top-ausgestattete Neuwagen zu einer unschlagbaren Komplett rate zu fahren. Damit behält man beim Autofahren stets die volle Kostenkontrolle und erlebt auch sonst keine unliebsamen Überraschungen.

## EINE RATE - ALLES DRIN

In der monatlichen Komplett rate ist bereits alles enthalten, was beim Autofahren normalerweise an Zusatzkosten anfällt: Kfz-Versicherung, Kfz-Steuer, Überführungs- und Zulassungskosten sowie die gesetzliche Mehrwertsteuer. Auch muss weder eine Anzahlung noch eine Schlussrate gezahlt werden. Alle Fahrzeuge, die sich immer durch eine umfassende Ausstattung mit den neuesten Technologie- und Sicherheitsstandards auszeichnen, haben kurze Vertragslaufzeiten von 12 oder 24 Monaten. Zudem verfügen die Autos über sehr hohe variable Laufleistungen von bis zu 30.000 Kilometern pro Jahr, was viel Flexibilität ermöglicht.

Auch sind junge Autofahrer bei der ASS willkommen – bereits ab dem begleiteten Fahren darf man einsteigen. Das kommt vor allem Fahrfängern zugute, da sie sich die hohen Prozente in der Kfz-Versicherung sparen.

## KURZFRISTIG PLANBAR

Einige Fahrzeuge der ASS sind kurzfristig verfügbar – teilweise innerhalb von 2 Wochen. Das kommt im Autohandel aktuell nicht oft vor, denn die Hersteller klagen über lange Lieferzeiten für Neuwagen. Bei der ASS ist das anders: Aufgrund langjähriger Erfahrung im Bereich Automobile hat man entsprechend vorgesorgt. So hat das Unternehmen vorausschauend Fahrzeuge vorbestellt und kann deshalb liefern; dabei verfügt die Firma über ein breit aufgestelltes Portfolio verschiedener Hersteller und Automarken.

## EIN PIONIER FÜR INNOVATIVE MOBILITÄT

Woher kommt dieses Konzept und warum wurde es ins Leben gerufen? Die Idee entstand 1997 und sucht seitdem ihresgleichen: Menschen, die im Sport unterwegs sind, sollen unkompliziert und günstig mobil gehalten werden. Es musste also eine flexible und angepasste Lösung für eine Saison bzw. 12 Monate her, und so entwickelte die ASS ihre unschlagbare monatliche Komplett rate! Die Zusammenarbeit startete zunächst mit Olympiastützpunkten und Landessportbünden. Dieses damals völlig neue Mobilitätskonzept fand so großen Anklang, dass kurz darauf Verbände und Vereine folgten. Neben Bundeskader-, Landeskader- und Vereinsathleten profitieren heute auch Funktionäre, Trainer, Übungsleiter, Betreuer, Schiedsrichter, Kampfrichter und Sportverein-Mitglieder vom Angebot der ASS.

DEIN SPORT.  
DEIN AUTO.



## EINFACH FLEXIBEL AUTOFAHREN

Ein Rundum-sorglos-Paket, das es in dieser Form nirgends gibt: Man kann schnell und unkompliziert jedes Jahr einen nagelneuen Wagen fahren, der genau zum aktuellen Bedarf passt. Selbst muss man sich dann um nichts weiter kümmern als zu tanken!

## PERSÖNLICHE BERATUNG

Im Zeitalter der digitalen Kundenbetreuung selten geworden, gibt es bei der ASS persönliche Ansprechpartner und einen individuellen Service. Das freundliche und kooperative Team steht seinen Kunden gern mit Rat und Tat zur Seite und hilft auch im Schadenfall dank einer 24/7-Schadenhotline unmittelbar weiter.

## WACHSENDE BEGEISTERUNG

Die ASS-Familie wird immer größer: Aktuell verzeichnen die Bochumer knapp 20.000 zufriedene Kunden, die teilweise schon seit 1997 dabei sind.

Wer sich nun selbst gern einen Überblick über das Auto-Angebot und alles drumherum verschaffen möchte, kann das jederzeit online tun. Persönlich ist die ASS montags bis donnerstags von 9 bis 17 Uhr und freitags von 9 bis 15 Uhr erreichbar.



Detaillierte Informationen erhältst Du über den QR-Code oder über: [www.ichbindeinauto.de/?partner=bvs-bayern](http://www.ichbindeinauto.de/?partner=bvs-bayern)

INFOS & BERATUNG UNTER:  
[info@ichbindeinauto.de](mailto:info@ichbindeinauto.de)  
0234 - 950 128 0

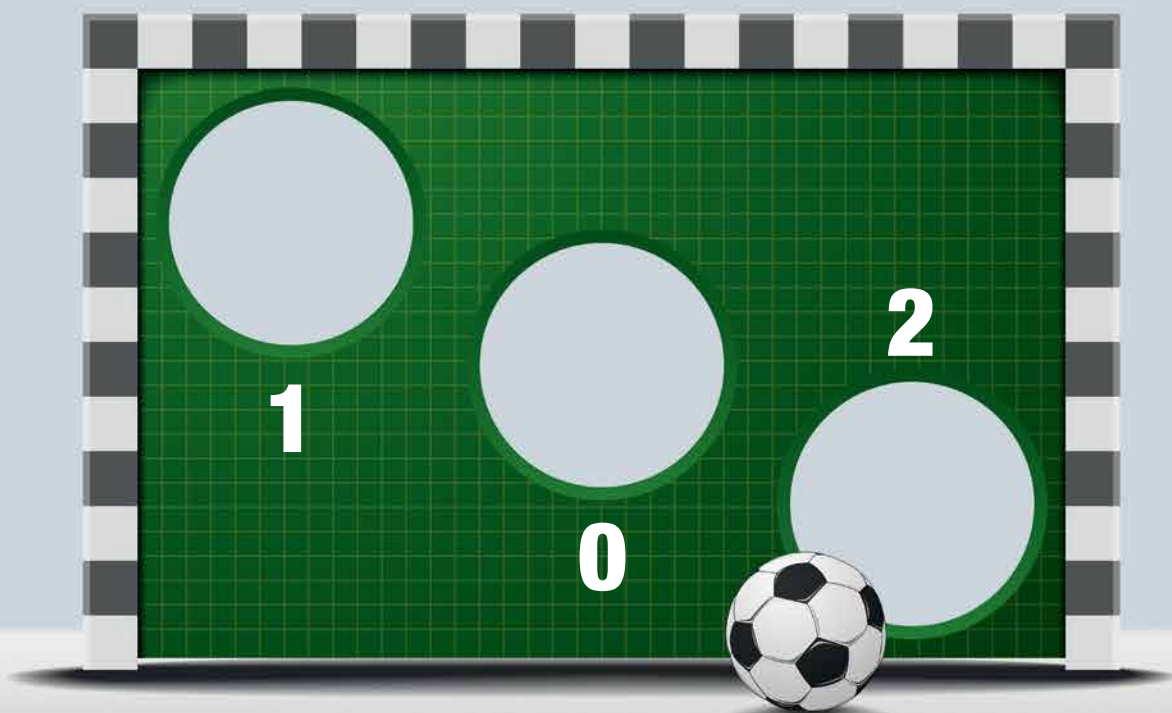
Athletic Sport Sponsoring &  
— ICH BIN DEIN AUTO



**TOTO**  **13er**  
Ergebniswette

**CHANCENVERWERTUNG  
IST ALLES!**

**WÖCHENTLICH RUND 100.000 €  
ZU GEWINNEN!\***



**TOTO 13er Ergebniswette  
in jeder Annahmestelle  
und auf [lotto-bayern.de](http://lotto-bayern.de)**

\*GEWINNWAHRSCHEINLICHKEIT 1:1.594.323

**Spielteilnahme erst ab 18 Jahren. Glücksspiel kann  
süchtig machen. Infos und Hilfe unter [www.bzga.de](http://www.bzga.de)**