

sachsen SPORT

Landessportbund Sachsen | 34. Jahrgang | Nr. 306 | 09-10/2024 | 1,50 Euro

Landes
sport
bund
Sachsen

Hier ist
Sport zu Hause.®



Durchstarten mit neuem Namen und altbewährtem Konzept: Die Landessportspiele 50plus lockten auch dieses Jahr wieder 1.500 Sportbegeisterte nach Leipzig. Teilnehmende aus ganz Sachsen reisten zu Wettkämpfen in 27 Sportarten und 50 fitness- und gesundheitsorientierten Workshops an. Wir bedanken uns bei allen Beteiligten und freuen uns auf die nächsten Landessportspiele 50plus im Jahr 2026!
Foto: LSB/Wahlmomente



Bildung im Sport

Bildungsprogramm 2025
ab Oktober online



Paris 2024

Die Olympischen & Paralympischen
Spiele aus sächsischer Sicht



Elektronische Rechnung

Für Vereine ab 2025
verpflichtend



Gesundheit!

Unser Sport in seiner Vielfalt leistet durch seine Aktivitäten einen Beitrag zu Gesunderhaltung und Wohlbefinden.

Der **Landessportbund Sachsen** engagiert sich für geeignete Rahmenbedingungen, die ein lebensbegleitendes Sporttreiben aller Bevölkerungsgruppen ermöglichen.

Landes
**sport
bund**
Sachsen

www.sport-fuer-sachsen.de

Hier ist
Sport zu Hause.®

Inhalt

AKTUELL

- 4-5 **Splitter**
- 6-9 **Leistungssport:** Paris 2024: Die Olympischen und Paralympischen Spiele aus sächsischer Sicht
- 10-11 **Breitensport:** LSS 50plus begeistern 1.500 Teilnehmende
- 12 **Frauen im Sport:** Wanderausstellung ehrt Frauen im Sport
- 13-17 **Bildung:** Bildung im Sport – Das neue Bildungsprogramm 2025 startet ab Oktober online im Bildungsportal
- 18 **Auszeichnungen**
- 34 **Termine:** Vorschau

SPORTJUGEND

- 20-25 **International:** Deutsch-Japanischer Simultanaustausch – Mit strahlenden Gesichtern und neuen Erfahrungen zurück in Deutschland | Regionalprogramm Japanaustausch – Unterwegs mit dem SSV Eilenburg
- 26-27 **International:** Sportliche Brücken bauen: Das Deutsch-Französische Olympische Jugendlager 2024

RATGEBER

- 19 **Tipps und Rätzel:** Alles im grünen Bereich!
- 28 **Ernährung:** Superfood auf dem Prüfstand
- 29 **Sportmedizin:** Kinesio-Tape: Wundermittel oder buntes Pflaster?
- 30-31 **Finanzen:** Die elektronische Rechnung wird für Vereine ab 2025 verpflichtend!
- 32 **Versicherung:** Versicherungsschutz für Sportveranstaltungen, Meisterschaften und Turniere
- 33 **Recht:** Vertraulichkeit der Vorstandssitzung: Weitergabe von Internas an die Presse – Amtsenthebung?

Editorial



*Sehr geehrte Sportfamilie,
geschätzte Engagierte,*

die letzten Monate waren eine ereignisreiche Zeit in vielerlei Hinsicht: Wir erlebten mit den Olympischen und den Paralympischen Spielen faszinierenden Spitzensport, die kürzlich durchgeführten Landessportspiele 50plus waren ein beeindruckender Höhepunkt im Breitensport und die Wahlen zum Sächsischen Landtag bewegen in gesellschaftlicher Perspektive. Wir als Sportfamilie sind ein Teil davon, vielleicht weil in unseren Sportvereinen die erfolgreichen olympischen und paralympischen Spitzensportler einst die Grundlagen ihrer Sportart erlernt haben und von engagierten Menschen geprägt wurden, weil man mit 50+ noch durchstartet, aktiv ist und im Verein gemeinsam erlebte Begeisterung für Sport sichtbar vorzeigt und wir sind ein Teil der Gesellschaft, mit allen unseren Einzelmitgliedern und dem, was die Sportgemeinschaft im Sportland Sachsen jeden Tag mit viel Enthusiasmus und Ehrenamt auf die Beine stellt.

Gibt es da einen uns alle einenden Gedanken, hinter dem wir uns alle versammeln können, einen Geist des Sports? Vielleicht die olympische Idee, die wir heute häufig auch mit den Werten des Sports beschreiben: Fairness, Respekt, Toleranz, Wertschätzung, Achtung, Friedlichkeit. Diese lassen sich ohne weiteres auch als demokratische Werte heranziehen und um Weltoffenheit, Meinungsfreiheit und Menschenwürde erweitern. So wie wir im sportlichen Wettkampf ein Gegenüber erleben, einen Kampf um den Erfolg mit der Erfahrung von Niederlage und Sieg, finden wir in der Gemeinschaft ein Nebeneinander unterschiedlicher Meinungen und Sichtweisen, die aufeinandertreffen. In beiden Situationen geht es nicht darum, um jeden Preis zu gewinnen, sondern darum, die Auseinandersetzung fair auszutragen – ausgerichtet auf eine Verbesserung.

Unser Bildungsverständnis im Landessportbund nimmt an den Werten des Sports ebenso Anleihe, einerseits durch Förderung der Persönlichkeitsentwicklung, vor allem junger Menschen und andererseits durch konkrete Qualifizierungsangebote in der Aus- und Fortbildung, als Ausdruck einer Personalentwicklung. Das eine passiert in unseren Vereinen, bei Ihnen, verantwortet durch unzählige engagierte Menschen, durch Sie. Denn unsere Vereine sind ein hervorragender Lernort für soziales und demokratisches Handeln. Das andere bieten wir als Landessport, die Kreis- und Stadtsportbünde sowie die Fachverbände mit einem umfangreichen und vielfältigen Angebot für Sie an. Probieren Sie es aus und seien Sie dabei. Ich würde mich freuen, wenn im kommenden Jahr vor allem die Angebote zu gesellschaftlichen Themen in der Bildung und Qualifizierung im Sport noch bewusster wahrgenommen werden.

Wir alle können zum Erfolg beitragen.

Ihr
Steffen Buschmann

Erfolgreich durchgeführt:

Leistungssportklausurtagung und Kooperationspartnertreffen

Ende August trafen sich die Leistungssportverantwortlichen der Landesfachverbände im Bildungs- und Technologiezentrum der Handwerkskammer zu Leipzig in Borsdorf. Außerdem kamen Anfang September die Kooperationspartner im Rahmen des Programms Regionaltrainer in digitaler Form zusammen.

Nach Eröffnung der alle ein bis zwei Jahre durchgeführten Leistungssportklausur durch den Vizepräsidenten Leistungssport des LSB Sachsen, Klaus-Ulrich Mau, gab die Fachbereichsleiterin Nachwuchsleistungssport des Instituts für Angewandte Trainingswissenschaft (IAT), Dr. Antje Hoffmann, den Teilnehmenden der Tagung einen Überblick über verschiedene IAT-Projekte und Anwendungsmöglichkeiten im Nachwuchsleistungssport. Neben Erläuterungen zu den leistungssportlichen Entwicklungen auf Bundes- und Landesebene wurden den Teilnehmenden Hinweise zur Förderung im Rahmen des Projektes Talententwicklung gegeben. Besonders das

Thema Arbeitszeit bei hauptamtlich angestellten Trainerinnen und Trainern hatte eine intensive Diskussion zur Folge. Die Komplexität dieses Themenschwerpunktes, aber auch deren Notwendigkeit hat sich deutlich gezeigt.

Beim Kooperationspartnertreffen handelt es sich neben dem Arbeitstreffen der Regionaltrainerinnen und Regionaltrainer um ein zweites Veranstaltungsformat im Rahmen des Programms, welches explizit für die Finanzgeber vorgesehen ist. Landesfachverbände, Sportvereine, Kommunen sowie Kreis- und Stadtsportbünde erhielten in einem digitalen Format programmspezifische Hintergrundinformationen. Im Rahmen der inhaltlichen Ausgestaltung der Hauptgeschäftsführer des Stadtsportbundes Dresden, Robert Baumgarten, auf das Thema „Vernetzung und Zusammenarbeit mit den KSB/SSB“ ein. Nun gilt es, das Programm in der Praxis weiterhin gewinnbringend umzusetzen.

Die Welt des sächsischen Sports auf unseren Social-Media-Kanälen entdecken!

Dem LSB auf Instagram, Facebook und YouTube folgen und spannende Einblicke hinter die Kulissen von Sportgroßveranstaltungen oder Wissenswertes aus dem Sportrecht erhalten! Hier teilen wir außerdem exklusive Interviews mit Sportler*innen und Vereinen, informieren über bevorstehende Events sowie Bildungsthemen und geben Hinweise zu Förderprogrammen. Bleiben Sie immer auf dem Laufenden, abonnieren Sie unsere Kanäle und werden Sie Teil unserer Community!

INSTAGRAM



Vorankündigung Landesjugendspiele Sommer 2025 Der Countdown läuft für die 16. Auflage



Einmal ganz oben stehen, wie die Spitzensportler*innen bei Olympia - das wär's, davon träumen viele Sporttreibende. Genau nach diesem Vorbild wird das Feuer der „kleinen olympischen Spiele“ endlich wieder entfacht. Aktuell laufen die Vorbereitungen für die 16. Landesjugendspiele Sommer, die vom 20. bis 22. Juni 2025 in Dresden stattfinden. Der Landessportbund Sachsen lädt gemeinsam mit den Landesfachverbänden schon jetzt interessierte Kinder und Jugendliche dazu ein.

Das Wochenende bietet dem sächsischen Sportnachwuchs ein abwechslungsreiches Wettkampfprogramm mit allgemeinen Vielseitigkeits- und Athletikwettbewerben sowie speziellen Turnieren, Rennläufen und Disziplinen in einer Vielzahl verschiedener Sportarten. Zudem sind die Landesjugendspiele Talentschau, werben für einen zielgerichteten Nachwuchssport und verschaffen ihm als Multisportevent Öffentlichkeit und Aufmerksamkeit. Verbindendes Element zwischen den Wettkämpfen, die am Samstag und Sonntag

stattfinden, wird das abendliche Rahmenprogramm mit der legendären Sportparty in Dresden sein.

Insgesamt werden Wettkämpfe in über 50 Sportarten stattfinden. Mehr als 5.000 aktive Teilnehmende werden erwartet. Über 2.000 Kampfrichter*innen, Helfer*innen, Trainer*innen und Übungsleiter*innen werden an diesem Wochenende die Organisation und Durchführung der Wettkämpfe unterstützen. Insgesamt werden rund 4.500 Medaillen und 6.000 Urkunden vergeben.

Einzelheiten zur Veranstaltung sind aktuell über den Landessportbund Sachsen, Fachbereich Breitensport, zu erfragen. Ende 2024 stehen dann genaue Details zu den geplanten Wettkämpfen über den jeweilig zuständigen Landesfachverband bereit. Wir bitten alle Vereine schon jetzt unter ihrem Nachwuchs für die Teilnahme an diesem Großereignis zu werben.

FACEBOOK



YOUTUBE





Paris 2024: Die Olympischen und Paralympischen Spiele aus sächsischer Sicht

Die Olympischen und Paralympischen Spiele 2024 in Paris boten emotionale Höhepunkte – auch für sächsische Athletinnen und Athleten. Doch wie schnitt Sachsen im Vergleich ab? Welche Überraschungen und Erfolge gab es? Ein Blick auf Medaillen und Platzierungen sowie deren Einordnung für Sachsen.

Die Spiele der XXXIII. Olympiade und die XVII. Paralympischen Sommerspiele in Paris stellten in diesem Jahr den leistungssportlichen Höhepunkt dar. Die Wettkämpfe in den olympischen und paralympischen Sommersportarten haben Sportfans weltweit berührt und begeistert. Nach den Corona-Spielen von Tokio und den damit verbundenen Einschränkungen lobten Teilnehmende wie Zuschauende in Paris die mitreißende Atmosphäre der Spiele. Trotz Terrorwarnung, Hickhack um die Wasserqualität, Herausforderungen beim Transport und einzelner Programmkritiken schafften es die Organisatoren, den olympischen Geist einzufangen und die Athletinnen und Athleten in den Mittelpunkt zu stellen. Dabei galt dies explizit nicht nur für die olympischen Teilnehmerinnen und Teilnehmer, sondern auch für die paralympischen. Auch die Medien leisteten ihren Beitrag und berichteten dank Livestreaming in einer nie erlebten Fülle von nahezu allen Entscheidungen beider Spiele.

Im leistungssportlichen Fokus standen natürlich die Ergebnisse des deutschen Teams. „Team D“ war dieses Mal mit 473 Teilnehmenden im olympischen Bereich am Start und lag damit zahlenmäßig fast auf Rekordniveau. Die hohe Anzahl an nominierten Sportlerinnen und Sportlern war vor allem der Tatsache geschuldet, dass Deutschland sich dieses Mal in vielen Mannschaftssportarten qualifizieren konnte. Im Ergebnis erzielte das Team D 33 Medaillen und landete damit auf Platz 10 im Medaillenspiegel.

Mit dieser Medaillenzahl erzielte Deutschland das schlechteste Ergebnis seit 1992, noch einmal vier Medaillen weniger als in Tokio. Allerdings ist der reine Medaillenspiegel umstritten, da hier die Anzahl an Goldmedaillen über die vorderen Plätze entscheidet. Aussagekräftiger über das leistungssportliche Abschneiden des Team D ist daher die Betrachtung der sogenannten Finalplatzierungen 1 bis 8. In dieser Statistik erreicht Deutschland Platz 6, nur einen Punkt hinter Italien und ist damit unter den stärksten Nationen.

Dennoch hat das deutsche Team Boden verloren. Vielfach wird dafür die Begründung genannt, dass in Paris die Anzahl an Nationen, die eine Medaille errungen haben, viel größer war als früher. Wäh-

rend bei den Spielen von Barcelona 64 Nationen mindestens eine Medaille gewannen, waren es in Paris 91. Zur Wahrheit gehört allerdings auch, dass es in Barcelona 259 Entscheidungen gab, in Paris mittlerweile aber 328. Das Plus an Konkurrenz wird also durch das Plus an Möglichkeiten durchaus kompensiert.

Das Mehr an Möglichkeiten konnten die sächsischen Vertreterinnen und Vertreter in Paris derweil nicht nutzen. Mit dem kleinsten Team aller Zeiten war Sachsen bei den olympischen Sommerspielen vertreten. 18 Sportlerinnen und Sportler mit sächsischem Startrecht wurden nominiert, 17 konnten schließlich nach Paris reisen und 16 durften an den Start gehen. An dieser Stelle sei allen Nominierten sowie ihren Trainerinnen und Trainern herzlich gratuliert und für ihren Einsatz gedankt.

Zur sächsischen Auswahl hinzu kamen mit Anton Brehme, Lukas Maase (beide Volleyball), Kathrin Murche, Christian Reitz (beide Sportschießen), Rebekka Haase (Leichtathletik), Erik Sven Thiele (Ringen) und Romy Bär (Basketball) sieben ehemalige sächsische Athletinnen und Athleten. Mit Rebekka Haase war eine Athletin am Gewinn der Bronzemedaille in der 4x100m Sprintstaffel der Leichtathletinnen beteiligt.

Die sächsische Auswahl war nur an zwei weiteren Medaillen für das Team D beteiligt. Damit wurde das sächsische Medaillenergebnis von Tokio leider noch einmal unterboten. Mit sieben zusätzlichen Finalplatzierungen unter den Top Ten erreichten die Sachsen 20,6 Platzierungspunkte, was die geringste Ergebnisausbeute seit 1992 darstellt. Dies bedeutet für Sachsen im Vergleich der Bundesländer nach Tokio erneut den zehnten Platz. Dass die Platzierung trotz geringerer Punktzahl gehalten werden konnte, ist dem Fakt geschuldet, dass auch andere Bundesländer die Ergebnisanteile von Tokio nicht wiederholen konnten. Deutlich steigern konnten Länder wie

Nordrhein-Westfalen, Brandenburg und insbesondere Sachsen-Anhalt ihren Anteil am bundesdeutschen Gesamtergebnis. Sie konnten zeigen, dass auch unter dem Einfluss der vielfältigen gesamtgesellschaftlichen Entwicklungen internationale Spitzenergebnisse möglich sind.

Insgesamt bleibt zu hoffen, dass die von Ministerpräsident Michael Kretschmer geforderte Sportstrategie nicht zu lange auf sich warten lässt, denn Spitzenleistungen bedürfen eines langfristigen Aufbaus. Somit müssen jetzt die Weichen gestellt werden, damit Sachsen 20240 bei hoffentlich Olympischen Spielen in Deutschland wieder einen größeren Anteil am deutschen Gesamtergebnis beisteuern kann.

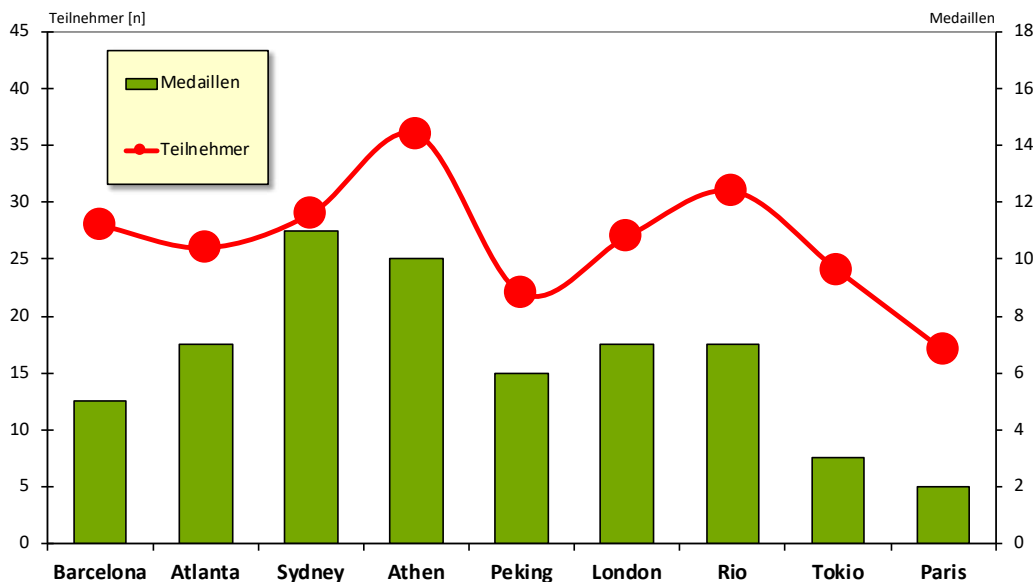
Boxen

Die Qualifikation für die Olympischen Spiele von Maxi Klötzer (Boxclub Chemnitz 94) war im März in Italien sicherlich eine der größten Überraschungen. Konsequenterweise hat sie gemeinsam mit ihrem Trainer den Weg am Bundesstützpunkt in Frankfurt/Oder gesucht und gefunden. Dass die Auslosung in Paris ihr ausgerechnet die amtierende Weltmeisterin im ersten Kampf bescherte, war unglücklich, soll aber die positive Entwicklung und den finalen 17. Platz nicht schmälern.

Handball

Mit Luca Witzke und Franz Semper (beide SC DHfK Leipzig) wurden gleich zwei Spieler des Handballverbandes Sachsen für die Nationalmannschaft nominiert. Aufgrund von anhaltenden Schulterproblemen musste Franz schweren Herzens den Einsatz in Paris absagen. Eine solche Situation gehört sicherlich zu den größten Herausforderungen im Leistungssport, auch für Profispieler. Luca Witzke konnte

Die sächsischen Ergebnisse der Olympischen Sommerspiele in Paris 2024





Luca Witzke

dafür in Paris glänzen und seinen Anteil zum Gewinn der Silbermedaille beitragen. Die mögliche Goldmedaille ist vielleicht am Ende der hohen Gesamtbelastung durch den engen Spielplan des Turniers zum Opfer gefallen.

Kanu-Rennsport

Die Rennkanuten zählen seit Jahren zu den sicheren Medaillienlieferanten. Das Niveau ist bereits in der nationalen Ausscheidung sehr hoch, sodass sich jeder in jedem Jahr neu beweisen muss. Peter Kretschmer (SC DHfK Leipzig) musste mit seinem Partner Tim Hecker (Berlin) im C2 ins interne Stechen wenige Wochen vor dem Höhepunkt in Paris und sicherte sich spät das Ticket. Mit wenigen Wettkampfkilometern in den Armen und einem holprigen Start in die olympische Regatta schafften es die Routiniers ins Finale und landeten hier auf einem guten fünften Platz, auch wenn sich ihre Freude als amtierende Weltmeister in Grenzen hielt. Tom Liebscher-Lucz (KC



Tom Liebscher-Lucz

Dresden) schaffte es mit seinen Teamkameraden im Kajak-Vierer Geschichte zu schreiben und nach 2016 und 2021 erneut den Olympiasieg zu sichern. Das knappste Ergebnis unter den drei olympischen Finalläufen, aber die größte Freude über den gelungenen Coup. Im Kajak-Zweier ging Liebscher-Lucz mit Partner Max Rendschmidt (Nordrhein-Westfalen) an den Start, schaffte es, wie mit dem Vierer, ins Finale und erkämpfte einen guten fünften Rang.

Leichtathletik

Mit fünf Athletinnen und Athleten stellte die Leichtathletik den größten Anteil am sächsischen Team. Mit Saskia Feige (SC DHfK Leipzig) und Max Heß (LAC Erdgas Chemnitz) konnten zwei Sachsen eine Top-Ten-Platzierung beisteuern. Nach wiederkehrenden Verletzungsausfällen in den letzten Jahren konnte Max erstmals wieder an seinen früheren Leistungen anknüpfen. Mit Platz 7 sicherte er ein starkes Ergebnis in einem starken Finalfeld im Dreisprung. Saskia erzielte im Gehen Platz 28 über 20 km. Im neugeschaffenen Mixed-Marathon erkämpfte sich gemeinsam mit Christopher Linke (Brandenburg) Platz 10. Karl Bebendorf (Dresdner SC 1898) über 3.000 m Hindernis, Robert Farken (SC DHfK Leipzig) über 1.500 m und Katharina Maisch (LV 90 Erzgebirge) im Kugelstoßen verpassten alle drei das Disziplinfinale und erreichten jeweils einen Platz unter den besten 20.



Max Heß

RadSPORT

Im BahnradSPORT setzten den sächsischen Athleten die internationalen Nominierungskriterien und die nationale Mannschaftstaktik zu. Felix Groß (SC DHfK Leipzig) war auf diese Weise als Ersatzmann für den Verfolgungsvierer zum Zuschauen verdammt. Stefan Böttcher (Chemnitzer PSV) konnte zwar in der Qualifikation im Teamsprint das Team unterstützen, im weiteren Turnierverlauf aber nicht mehr eingreifen. Am Ende stand ein sechster Platz, der den mehrmaligen Welt- und Europameister sicherlich nicht zufrieden stellt.

Ringen

Die Qualifikation von Anastasia Blayvas (KFC Leipzig) war eine Überraschung mit Ansage. Die WM-Bronzemedaillegewinnerin von 2023 musste zwar eine Gewichtsklasse niedriger an den Start gehen, konnte sich aber beim internationalen Qualifikationsturnier in Istanbul im Mai das begehrte Ticket sichern. In Paris hatte die Leipzigerin in einem knappen Kampf gegen Mariya Stadnik aus Aserbaidschan das Nachsehen, landete aber aufgrund der Punktwertungen auf einem respektablen zehnten Rang.



Timo Sorgius

Schwimmen

Marek Ulrich (SSG Leipzig) konnte sich erst im allerletzten Moment für Paris qualifizieren und das nur durch die Hartnäckigkeit seines Trainers. Mit Platz 29 im Vorlauf über 100 m Rücken hatte der Wahl-Leipziger keine Chance auf die Lagenstaffel. Mit Timo Sorgius (SSG Leipzig) hatte Sachsen trotzdem ein Eisen im Staffelfeuer über 4x200m. Im Finale der besten Freistilschwimmer der Welt konnte Timo sein Potential nicht ganz abrufen, so blieb im Endergebnis ein dennoch ordentlicher 8. Platz für den Olympianovizen.

Sportklettern

Die Qualifikation von Lucia Dörffel (DAV Sektion Chemnitz) für das olympische Turnier zählt ebenfalls zu den positiven Überraschungen des Frühjahrs. Als erste Sächsin schaffte sie den Sprung zu Olympia bei der erst zweiten olympischen Austragung im Sportklettern. Die Disziplin Combined ist mittlerweile nur noch ein Zweikampf aus Bouldern und Lead, nachdem der Sprintwettbewerb in Paris als separate Medaillenentscheidung ausgetragen wurde. Mit einer nicht optimalen Leistung im Bouldern erreichte Lucia im Halbfinale Platz 16, zum Finaleinzug hat es dieses Mal noch nicht gereicht.

Turnen

Für Pauline Schäfer-Betz (KTV Chemnitz) waren es in Paris bereits die dritten olympischen Spiele. Nachdem das deutsche Team bei der Weltmeisterschaft 2023 die Qualifikation verpasst hatte, schaffte sie die direkte Qualifikation als Einzelstarterin. Im olympischen Vorkampf passten nach mehreren Verletzungen nicht alle Elemente auf dem gewohnten Niveau der früheren Weltmeisterin auf dem Schwebebalken, sodass sie sich mit Platz 26 am Balken und Platz 56 am Boden zufriedengeben musste.

Wasserspringen

Im Wasserspringen haben nach Tokio 2021 mit Tina Punzel und Martin Wolfram gleich zwei langjährige sächsische Leistungsträger ihre Karriere beendet. Also lasteten die Hoffnungen auf Saskia Oettinghaus (Dresdner SC 1898). Mit der Qualifikation im Mai in Berlin konnte sie diese Erwartungen bereits erfüllen. Mit einer starken Leistung in der Qualifikation und im Halbfinale sicherte sie sich die Finalteilnahme, um hier erneut zu glänzen und einen hervorragenden siebten Platz zu belegen.

Paralympics

Martin Schulz (SC DHfK Leipzig) war in den letzten Jahren immer ein Garant für Medaillen. So war der Druck groß, der auf dem zweimaligen Paralympicssieger im Para-Triathlon lastete. Wenn dann mit einer Erkältung geschwächt eine Bronzemedaille erkämpft wird, so ist das kaum hoch genug einzuschätzen und anzuerkennen. Bislang in seinem Schatten hat sich Max Gelhaar (Leipziger Behinderten- und Rehasportverein) kontinuierlich an die internationale Spitze im Para-Triathlon seiner Startklasse gekämpft. In Paris konnte er seinen bislang größten Erfolg erzielen und sich die Silbermedaille sichern.

Auch die Sitzvolleyballer sind seit vielen Jahren durch sächsische Athleten unterstützt. Alexander Schiffler bei seiner fünften und Flo-



Max Gelhaar (oben) und Martin Schulz

rian Singer bei seiner zweiten Teilnahme (beide DSC 1898) kämpften beherzt gegen wahrlich übergroße Iraner, mussten sich dann leider auch Bosnien-Herzegowina und Ägypten geschlagen geben. Am Ende stand ein vierter Platz zu Buche. Nach Bronze 2012 in London ist dies die beste Platzierung für die deutschen Sitzvolleyball-Männer.

Die Rollstuhlrugby-Nationalmannschaft musste in Tokio noch zusehen, in Paris waren sie live im Wettkampfgeschehen dabei. Josco Wilke (Leipziger Behinderten- und Rehasportverein) prägte das Spiel der deutschen Mannschaft, doch dies reichte noch nicht. Ohne Sieg kam die Mannschaft auf Platz 8. Trotz allem schaffte es die Mannschaft, die Fans zu begeistern und vielleicht sogar zukünftigen Nachwuchs zu gewinnen.

Dr. Kersten Adler

LSS 50plus begeistern 1.500 Teilnehmende



Fotos: LSB/Wahlmomente

Der Landesportbund Sachsen (LSB) hat Ende September in Leipzig die fünfzehnte Auflage seiner Landessportspiele 50plus ausgerichtet. Wettkämpfe in 27 Sportarten und mehr als 50 Workshops zogen zahlreiche Sportlerinnen und Sportler aus dem gesamten Freistaat an.

Am Morgen hieß LSB-Vizepräsidentin Angela Geyer die Teilnehmenden auf dem Campus der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig willkommen: „Mit den Landessportspielen 50plus schreiben wir eine Erfolgsgeschichte“, so Geyer. „Vor 30 Jahren fand die erste Veranstaltung dieser Art statt – inzwischen haben sich die Teilnehmezahlen mehr als verdoppelt. Das verdanken wir zum einen dem breiten Angebot von klassischen Sportarten bis hin zu fitness- und gesundheitsorientierten Workshops, zum anderen vor allem unseren Unterstützern. Wir danken allen 300 Ehrenamtlichen, die sich heute im Kampf- oder Schiedsgericht engagieren, den sächsischen Landesfachverbänden, die sich mit ihren Wettkämpfen dem Altersbereich über 50 Jahren öffnen, sowie der Sportstadt Leipzig und dem Sächsischen Ministerium des

Innern.“ Alle Gäste und Workshop-Teilnehmende auf dem Campus begannen die Veranstaltung mit einer gemeinsamen Erwärmung im großen Hörsaal.

Unter dem Motto „Gemeinsam aktiv“ startete anschließend in den Hallen der Sportfakultät ein vielfältiges Workshop-Programm – das Angebot reichte vom musikalischen Auspowern zu „ABBA Mia“ über Bewegungsspiele, Entspannungstraining und Hatha Yoga bis hin zu Wirbelsäulengymnastik. Im Leipziger Stadtgebiet und der Umgebung begannen zur gleichen Zeit die sportlichen Wettkämpfe - weil bereits jüngere Altersklassen in einigen Disziplinen schon als „Senioren“ gelten, waren die Teilnehmer dort zum Teil auch jünger als 50 Jahre.

In den über 4.300 Sportvereinen des Landessportbundes Sachsen sind aktuell 231.153 Vereinsmitglieder im Altersbereich über 50 Jahren organisiert. Das entspricht einem Gesamtmitgliederanteil von 32,9 Prozent, also etwa einem Drittel.



GEMEINSAM AKTIV



Einer der ältesten Teilnehmer des Wettkampfprogramms fand sich beim Schwimmen: Gottfried Kläring vom SSV Leutzsch ist Jahrgang 1930 und immer noch sportlich aktiv. Die älteste Teilnehmerin absolvierte ein straffes Workshop-Programm mit Zumba-Fitness, Nacken- und Schulterentspannung, Wirbelsäulengymnastik und dem Redondo Ball: Ingrid Gabrysiak ist 86 und nimmt seit Jahren regelmäßig an den Landessportspielen 50plus teil.

Als Rahmenprogramm der Veranstaltung wurde am Campus die Wanderausstellung „Über jede Hürde – Frauen im Sport in Sachsen“ eröffnet. Sie erzählt die Geschichten von bekannten und unbekanntem Sportheldinnen des Freistaats. Das Ergebnis einer Zusammenarbeit des LSB-Projektes „Im Sport verein(t) für Demokratie“, des Projektes fem/pulse der Louise-Otto-Peters-Gesellschaft und der Universität Leipzig kann in Zukunft von interessierten Vereinen, Verbänden oder anderen Organisationen geliehen und ausgestellt werden – weitere Informationen finden Sie auf Seite 12.-

Ingrid Gabrysiak (86):

„Ich komme ursprünglich aus der Rhythmischen Sportgymnastik und habe hier in Leipzig an der Sporthochschule studiert. Die Veranstaltung ist für mich ein Pflichttermin, das Programm macht mir Spaß und ich freue mich sehr, alle zwei Jahre an meine alte Uni zurückzukehren. Auch abseits der Landessportspiele 50plus habe ich einen vollen Sportstundenplan: Ich leite eine Übungsgruppe, die das ganze Jahr über bei Wind und Wetter gemeinsam im Park trainiert. Außerdem bin ich in der Seniorengruppe des Leipziger Tanztheaters aktiv und stolz, dort auch regelmäßig bei Auftritten auf der Bühne zu stehen.“

Wanderausstellung ehrt Frauen im Sport

Beeindruckende Lebenswege und Erfolge sächsischer Sportlerinnen standen im Mittelpunkt der feierlichen Eröffnung der Wanderausstellung „Über jede Hürde – Frauen im Sport in Sachsen“ auf dem Leipziger Sportcampus. Im Rahmen der Landessportspiele 50plus wurde die Ausstellung erstmals Besucher*innen und Gästen vorgestellt.

Die Ausstellung widmet sich den beeindruckenden Lebenswegen und Erfolgen sächsischer Sportlerinnen, die trotz zahlreicher Hürden wie fehlender gesellschaftlicher Anerkennung oder mangelnder Förderung im Spitzensport und Breitensport Herausragendes geleistet haben. Sie beleuchtet die Herausforderungen, Erfolge und Meilensteine, die Frauen im Laufe der Zeit überwunden haben, um sich im Sport zu etablieren und sichtbar zu machen.

Besucher*innen können sich anhand von Bildern, Zitaten und (Original-)Texten sowie persönlichen Geschichten ein Bild vom Engagement und der Ausdauer sächsischer Sportlerinnen machen. Unter den Gästen der Ausstellungseröffnung waren Sportheldinnen wie Brigitte Stiehl (ehemalige langjährige Leiterin des Sportensembles Chemnitz), Monika Warstat (Leistungsfliegerin in der DDR-Nationalmannschaft und über 30 Jahre ehrenamtliche Fluglehrerin im Segelflug) und Ute Lohs (Mitbegründerin einer Wohnsportgemeinschaft in Leipzig-Thekla und über 30 Jahre Lehrerin für Gymnastik und Gesellschaftstanz) sowie Rica Wittig (Präsidiumsmitglied für Chancengleichheit des LSB Sachsen) und Angela Geyer (Vizepräsidentin Sportentwicklung/Breitensport des LSB Sachsen). All jene sind Beispiele und Vorbilder für engagierte Frauen, die einen wichtigen Beitrag zur Sportgeschichte nicht nur in Sachsen geleistet haben.

Die Ausstellung ist ein starkes Plädoyer für Gleichberechtigung im Sport und ein wichtiges Signal, den Beitrag von Frauen in allen sportlichen Disziplinen sowie im sportlichen Ehrenamt stärker sichtbar zu machen. Wir danken allen „Sportheldinnen“, die im Rahmen der Recherche für die Ausstellung ihre Geschichten über sportliche Erfolge und Hürden erzählt haben, für ihre Beteiligung und ihre Offenheit!

Während der Ausstellungseröffnung wurde sehr deutlich, dass großes Interesse am Thema und am Verleih der Ausstellung besteht – sodass sie nach ihrer endgültigen Fertigstellung ab Ende 2024 durch Sachsens Sportlandschaft in Vereine, Verbände und Organisationen „wandern“ wird. Parallel zur Ausstellung wird es zukünftig eine begleitende Homepage geben, auf welcher die Ausstellungs-



Foto: LSB/Wahlmomente

inhalte weiterführend dargestellt werden und Mitmachelemente zum Entdecken und Reflektieren einladen. Außerdem werden die zahlreichen Sportheldinnen Sachsens und ihre Geschichten vorgestellt, wobei die Erfolgsgeschichten hier fortlaufend durch weitere spannende Biografien erweitert werden sollen.

Die Ausstellung ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit des LSB-Projektes „Im Sport verein(t) für Demokratie“, des Projektes fem/pulse der Louise-Otto-Peters-Gesellschaft und der Universität Leipzig. Wenn auch Sie Interesse haben, „Über jede Hürde – Frauen im Sport in Sachsen“ in Ihrem Verein oder Ihrer Organisation zu zeigen oder Sie Ihre oder die Geschichte anderer inspirierender Frauen im sächsischen Sport erzählen möchten, melden Sie sich bei Luisa Böhlitz.

Luisa Böhlitz

Kontakt für Rückfragen:

Luisa Böhlitz, Projektreferentin
„Im Sport verein(t) für Demokratie“,
boehlitz@sport-fuer-sachsen.de, 0341 2163124

Bildung im Sport - Das neue Bildungsprogramm 2025 startet ab Oktober online im Bildungsportal

Bildung im und durch Sport ist ein unerlässlicher Teil für eine gesicherte, qualitative Anleitung zur Bewegungsförderung, Gesunderhaltung und Persönlichkeitsentwicklung. Sie unterstützt beim Kompetenzerwerb der Sportler*innen und bedient sich aus den fachlichen, sozialen sowie methodischen Bereichen. Erworbene Handlungskompetenzen einer DOSB-Lizenzausbildung lassen sich zudem praxisnah im Sportverein anwenden und darüber hinaus im beruflichen Kontext erfolgreich einbringen.

Das DOSB-Qualifizierungssystem bietet für jede Zielgruppe, ob Sportpraxis, z. B. Übungsleiter*innen/Trainer*innen, oder für die Vereinsorganisation, z. B. Vereinsmanagement oder Jugendleitung, ein passendes Angebot. DOSB-Lizenzen werden durch den LSB Sachsen in der Sportförderung anerkannt und können über die Breitensportförderung von den Vereinen refinanziert werden.

Denn Studien aus der Engagementförderung zeigen: In der Lizenzausbildung investiertes Geld lohnt sich! Qualifizierte Trainer*innen und Übungsleiter*innen sind durchschnittlich länger im Verein gebunden und reduzieren das Ausscheiden von Vereinsmitgliedern aus den Übungsgruppen um bis zu 50 Prozent. Ausgebildete Vereinsführungskräfte erhalten in der Ausbildung die Grundlagen zur Führung und zukunftsfähigen Angebotsentwicklung in Ihren Sportvereinen.



Foto: Adobe Stock

SPORT Campus
SACHSEN & SACHSEN ANHALT

bildungsportal
sport für sachsen

DOSB
LIZENZ
AUSBILDUNG

➔ Angebote aus dem Bereich Übungsleiter*innen C/B-Lizenz

Faszienfitness, Outdoortraining oder Waldbaden: Im Aus- und Fortbildungsprogramm 2025 finden sowohl angehende als auch erfahrene Übungsleitende spannende Lehrgangsangebote. Dabei werden wie immer die zwei Zielgruppen Erwachsene/Ältere und Kinder/Jugendliche sowie die drei Indikationen Haltungs- und Bewegungssystem, Herz-Kreislaufsystem und Stressbewältigung/Entspannung angesprochen. Außerdem bieten wir auch im kommenden Jahr wieder die Einweisung in zahlreiche standardisierte Programme, wie: „Sturzprävention“, „Laufend unterwegs“ und „Entspannung und Bewegung“ an.

➔ Angebote aus dem Bereich Vereinsmanagement C/B-Lizenz

In der Lehrgangsübersicht finden Sie die Termine zur Ausbildung von Vereinsführungskräften in der Lizenzstufe C- und B-Lizenz. Bestehenden Lizenzinhaber*innen haben die Möglichkeit aus einem breiten Angebot an Themen Ihre Wissensstände aufzufrischen und zu erweitern. Besonderes Augenmerk möchten wir auf die Online-Angebote aus dem Bereich Öffentlichkeitsarbeit, Social Media und Kommunikation legen. Weiterhin sind die Präsenzangebote in den Sportschulen rund um das Thema Nachhaltigkeit, Ehrenamtsmanagement und Digitalisierung hervorzuheben.

Auf der folgenden Doppelseite finden Sie die Übersicht für das Bildungsprogramm 2025, das ab dem 1. Oktober online im Bildungsportal verfügbar ist. Auch unsere Bildungspartner der Kreis- und Stadtsportbünde bieten Ihnen über das Bildungsportal verschiedenste Möglichkeiten zur Aus- und Fortbildung an (insbesondere für Übungsleiter*innen C-Lizenz).

Hier gehts direkt zum
Bildungsportal: ➔



JAHRESÜBERSICHT DER L

Zeitraum	ÜL/SJ	Lehrgänge	Ort
Februar (17.02. - 28.02. Winterferien)			
15.02.	ÜLB 01	Übungsleiter B - Beckenbodentraining und eine gute Atmung	Online
15.-16.02.	ÜLB 02	Übungsleiter B - Functional Fitness meets Bauch, Beine, Po	Werdau
07.-09.02.	SJ 01	Fortbildung Rettungsschwimmen in Kooperation mit der DLRG	Rabenberg
17.-21.02.	SJ 02	Aufbaulehrgang für Sport- und Gruppenhelfer/Schülerassistenten Sport	Werdau
März			
08.-09.03.	ÜLB 03	Übungsleiter B - Basismodul 1	Werdau
15.-16.03.	ÜLB 04	Übungsleiter B - Core Power - eine starke Körpermitte entwickeln	Werdau
21.-23.03.	SJ 03	Lizenzwochenende für Sport- und Gruppenhelfer/Schülerassistenten Sport	Werdau
21.-23.03.	SJ 15	Ausbildung Multiplikator*innen Kinderschutz im Sport	
22.03.	ÜLB 05	Übungsleiter B - Aktivierung der Frontallinie und diff. Bauchmuskeltraining	GSV Leipzig
23.03.	ÜLB 06	Übungsleiter B - Aktivierung der oberflächlichen Rückenlinie	GSV Leipzig
29.03.	ÜLB 07	Übungsleiter B - Gleichgewichtstraining/Sensomotorisches Training	BSV AOK Leipzig
April (18.-25.04. Osterferien)			
05.-06.04.	SJ 04	Übungsleiter B - Training der motorischen Grundfähigkeiten mal anders	Werdau
05.-06.04.	ÜLC 01	Übungsleiter C - Fitness/Kraftsport Teil 1	Rabenberg
26.-27.04.	ÜLB 08	Übungsleiter B - Gesunder Rücken - Modernes Rückentraining	Werdau
26.-27.04.	ÜLB 09	Übungsleiter B - Präventives Faszientraining	Werdau
Mai (29.05. Christi Himmelfahrt)			
10.-11.05.	ÜLC 01	Übungsleiter C - Fitness/Kraftsport Teil 2	Rabenberg
10.05.	SJ 16	Ausbildung zur Ansprechperson Kinderschutz im Sportverein/ -verband	
17.-18.05.	ÜLB 10	Übungsleiter B - Pilates in der Prävention	Werdau
17.05.	SJ 05	Übungsleiter B - Kinder stark machen	Dresden
20.05.	SJ 14	Prüfungstermin Lizenzprojekt Jugendleiter - Terminoption 1	Online
24.05.	ÜLB 11	Übungsleiter B - Sturzprävention (Einführung ins stand. Programm)	BSV AOK Leipzig
Juni (09.06. Pfingstmontag/30.06.- 08.08. Sommerferien)			
14.-15.06.	SJ 06	Übungsleiter B - Kinderyoga	Dresden
14.-15.06.	ÜLC 01	Übungsleiter C - Fitness/Kraftsport Teil 3	Rabenberg
14.06.	ÜLB 12	Übungsleiter B - „Laufend unterwegs“ (Einführung i. d. stand. Programm)	Werdau
14.-15.06.	ÜLB 13	Übungsleiter B - Basismodul 2	Werdau
21.-22.06.	ÜLB 14	Übungsleiter B - Laufcoach Breitensport	Rabenberg
30.06.-04.07.	SJ 07	Sport- und Gruppenhelfer*innenausbildung	Werdau
August (30.06.- 08.08. Sommerferien)			
09.-10.08.	ÜLB 15	Übungsleiter B - Die sieben Schlüssel der Gesunderhaltung	Werdau
09.-10.08.	ÜLB 16	Übungsleiter B - Outdoor Training/Functional Fitness	Werdau
13.08.	SJ 14	Prüfungstermin Lizenzprojekt Jugendleiter - Terminoption 2	Online
15.-17.08.	SJ 08	Übungsleiter B - Erlebnispädagogik	Rabenberg
16.08.	ÜLB 17	Übungsleiter B - Krafttraining mit Theraband, Elastiband und Tube	BSV AOK Leipzig
30.08.	ÜLB 18	Übungsleiter B - Ganzheitliches Beweglichkeitstraining für eine gute Atmung	GSV Leipzig
31.08.	ÜLB 19	Übungsleiter B - Entspannte Schultern, beweglicher Nacken und gelöster Kiefer	GSV Leipzig
30.-31.08.	ÜLB 20	Übungsleiter B - Yoga im Gesundheitssport	Werdau
September			
06.09.	ÜLB 21	Übungsleiter B - Qualitätszirkel „Sport pro Gesundheit“	GSV Leipzig
13.09.	ÜLB 22	Übungsleiter B - Waldbaden - Entspannung in der Natur	Sportpension Dresden
19.-21.09.	SJ 09	Fortbildung Rettungsschwimmen in Kooperation mit der DLRG	Rabenberg
20.09.	ÜLB 23	Übungsleiter B - Faszienfitness	BSV AOK Leipzig
27.09.	SJ 10	Übungsleiter B - Bewegungsförderung für 3- bis 6-Jährige	Chemnitz
27.-28.09.	ÜLB 24	Übungsleiter B - Basismodul	Werdau
27.-28.09.	ÜLB 25	Übungsleiter B - Qi Gong im Gesundheitssport	Werdau

LEHRGANGSTERMINE 2025

Zeitraum	ÜL/SJ	Lehrgänge	Ort
Oktober (06.10. - 17.10. Herbstferien)			
17.-19.10.	ÜLB 26	Übungsleiter B - Fit und gesund im Wasser	Rabenberg
25.-26.10.	ÜLB 27	Übungsleiter B - Cardiotraining einmal anders – neue Warm up Ideen	Werdau
November			
08.-09.11.	SJ 11	Übungsleiter B - Spielerisches soziales Lernen	Werdau
08.-09.11.	ÜLB 28	Übungsleiter B - Ganzheitliches Training des Stütz- und Bewegungsapparates	Werdau
15.09.	SJ 12	Übungsleiter B - Neue Bewegungsspiele im Grundschulalter	Chemnitz
15.11.	ÜLB 29	Übungsleiter B - Entspannung und Bewegung (Einführung i. d. stand. Programm)	Sportpension Dresden
27.11.	SJ 14	Prüfungstermin Lizenzprojekt Jugendleiter - Terminoption 3	Online
Dezember (ab 23.12. Weihnachtsferien)			

Vereinsmanagement C-/ B-Lizenz Aus- und Fortbildung

Zeitraum	LG	Lehrgänge	Ort
Vereinsmanagement C-Lizenz Ausbildung (120 LE)			
07.-09.02.	VMC01-06	Strukturen des organisierten Sports & Projektmanagement	Werdau
07.-09.03.	VMC01-06	Ehrenamt & Kommunikation, Führung, Konfliktmanagement	Werdau
04.-06.04.	VMC01-06	Vereinsrecht, Satzung, Haftung & Finanzen, Steuern	Werdau
20.-22.06.	VMC01-06	Kinderschutzkonzepte, Digitalisierung & Prüfungslehrgang	Werdau
Vereinsmanagement B-Lizenz Ausbildung (60 LE)			
19.03.	VMB00	Einstiegs-Meeting (Online)	Online
17.09.	VMB00	Zwischen-Meeting (Online)	Online
16.-17.01.26	VMB00	Abschlussmodul (Präsenz)	Halle/S.
Vereinsmanagement C-/ B-Lizenz Fortbildungen (Verlängerung)			
25.03.	VMB01	Social Media & Pressearbeit (Online) Teil 1 (4 LE)	Online
27.03.	VMB01	Social Media & Pressearbeit (Online) Teil 2 (4 LE)	Online
Mai/	BAR01	BA Riesa - Gasthörerschaft:	Riesa
Juni	BAR01	Individual- und Teamsportarten	Riesa
16.-17.08.	VMB02	Nachhaltigkeit im Sport	Werdau
22.-23.08.	VMB03	Freiwilligenmanagement im Sport (16 LE)	Leipzig
29.-31.08.	DOSB01	DOSB-Ausbilderzertifikat: Modul A Selbst- und Sozialkompetenz	Bad Blankenburg
12.-14.09.	VMB04	Digitalisierung/ Social Media (16 LE)	Werdau
02.09.	VMB05	Update Vereinsrecht 2025-2026 (Online) Teil 1 (4 LE)	Online
04.09.	VMB05	Update Vereinsrecht 2025-2026 (Online) Teil 2 (4 LE)	Online
September	VMB06	Haushaltswesen/ Controlling (16 LE)	Leipzig
26.-28.09.	DOSB02	DOSB-Ausbilderzertifikat: Modul B Methodenkompetenz	Bad Blankenburg
September/ Oktober	BAR02	BA Riesa - Gasthörerschaft: Planung und Controlling von Sportveranstaltungen	Riesa
20.10.	VMB10	Öffentlichkeitsarbeit (Online) Teil 1 (4 LE)	Online
23.10.	VMB10	Öffentlichkeitsarbeit (Online) Teil 2 (4 LE)	Online
28.10.	VMB10	Kommunikation (Online) Teil 1 (4 LE)	Online
05.11.	VMB10	Kommunikation (Online) Teil 2 (4 LE)	Online
14.-16.11.	VMB08	Stressbewältigung/ Zeitmanagement (16 LE)	Werdau
28.-30.11.	VMB09	Sportsponsoring (16 LE)	Werdau
November/ Dezember	BAR03	BA Riesa - Gasthörerschaft: Grundlagen Sportmanagement	Riesa

■ Angebote Übungsleitende

■ Angebote Sportjugend

■ Angebote Vereinsmanagement

Häufig gestellte Fragen im Lizenzmanagement



1. Was muss ich für die Beantragung einer Lizenzverlängerung einreichen?

- vollständig ausgefüllter „Antrag zur Verlängerung einer Lizenz“
- Fortbildungsnachweis über mind. 15 Lerneinheiten (LE)
- unterschriebener Ehrenkodex (auf der Rückseite des Lizenzantrages)

- Downloads/Formulare/Anträge finden Sie hier:



2. Wie viele Lerneinheiten muss ich für eine Verlängerung nachweisen?

- mindestens 15 Lerneinheiten müssen für jede Lizenz nachgewiesen werden

3. Wann reiche ich den Antrag für eine Verlängerung ein und wo?

- Verlängerungen können immer nur in dem Quartal vor Ablauf des Gültigkeitsdatums eingereicht werden (Beispiel: Lizenz läuft zum 30.06.2024 aus, Bearbeitung frühestens ab 01.04.2024 möglich)
- Unterlagen bitte vollständig an per E-Mail an: Lizenzen@sport-fuer-sachsen.de senden

4. Von welchen Trägern werden die Fortbildungsnachweise anerkannt?

- DOSB, Führungs-Akademie des DOSB, alle Landessportbünde, Spitzenverbände, Sportfachverbände und Anschlussorganisationen des DOSB und der Landessportbünde, Sportjugenden der Landessportbünde und Sportfachverbände, Kreis- und Stadtsportbünde, Bildungswerke der Landessportbünde, Kooperationspartner wie Bundeswehr, Bundespolizei oder Universitäten in Sachsen
- berufliche Fortbildungen (z. B. von Lehrer*innen, Physiotherapeut*innen)

5. Wird meine Lizenz automatisch verlängert, sobald ich eine Fortbildung besucht habe?

- Nein, Sie müssen anhand des Nachweises (Zertifikat) einen Antrag auf Verlängerung stellen.

6. Wie erhalte ich meine Lizenz?

- Sie erhalten eine E-Mail mit einer PDF -Datei.

7. Welche Lizenzen werden durch den Landessportbund verlängert?

- Übungsleiter*in C (Anträge bitte an den jeweiligen Kreis- bzw. Stadtsportbund senden)
- Übungsleiter*in B (Antrag und Unterlagen müssen direkt an den LSB gesendet werden)
- Vereinsmanagement C (Anträge und Unterlagen müssen direkt an den LSB gesandt werden mit Ausnahme vom Kreis-sportbund Bautzen und Meißen)
- Vereinsmanagement B (Anträge und Unterlagen müssen direkt an den LSB gesandt werden)
- Jugendleiter*in (Anträge und Unterlagen müssen direkt an den LSB gesandt werden)
- Sportartenspezifische Trainer*innen Lizenzen werden NICHT durch den LSB verlängert oder ausgestellt. Bitte wenden Sie sich an den jeweiligen Fachverband.

8. Was mache ich, wenn meine Lizenz bereits abgelaufen ist?

DOSB-Lizenzen

- im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: 15 LE Fortbildung
- im 2. und 3. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: 30 LE Fortbildung
- im 4. und 5. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: 45 LE Fortbildung
- im 6. bis 10. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit: 32 LE Grundlehrgang + 30 LE Fortbildung
- um mehr als 10 Jahre überschritten: neuer Lizenzerwerb (Neuausbildung)

9. Kann ich meine Lizenz aus einem anderen Bundesland nach Sachsen umziehen lassen?

- Ja, wenn der Hauptwohnsitz und die Vereinszugehörigkeit ebenfalls nach Sachsen verlegt worden sind.

10. Wie alt dürfen meine Fortbildungsnachweise sein?

- Fortbildungen müssen innerhalb der Gültigkeit der Lizenz (4 Jahre) absolviert werden.

11. Kann ein Erste-Hilfe-Kurs für eine Lizenzverlängerung anerkannt werden?

- Ja, dieser wird mit maximal 9 LE für eine Verlängerung einer Übungsleiter*in C-Lizenz anerkannt.

12. Ist eine Anrechenbarkeit der Fortbildungen innerhalb der Lizenzen möglich?

- Fortbildungen für ÜL B-Lizenzen können auch zur Verlängerung der ÜL C-Lizenzen anerkannt werden. Fortbildungen für ÜL C-Lizenzen können jedoch nicht zur Verlängerung der ÜL B-Lizenzen anerkannt werden.
- Das gleiche gilt für Vereinsmanagement C- und B-Lizenzen. Fortbildungen für VM B-Lizenz können auch zur Verlängerung der VM C-Lizenz anerkannt werden. Fortbildungen für VM C Lizenz können jedoch nicht zur Verlängerung der VM B-Lizenz anerkannt werden.

13. Meine Frage wird durch die FAQs nicht beantwortet. An wen kann ich mich wenden?

- Bitte wenden Sie sich an Natalie Teubner per Mail Lizenzen@sport-fuer-sachsen.de oder Tel. 0341 2163167.

Kontakte Fachbereich Bildung:

Sebastian Wolski: Vereinsmanagement
0341 2163161, wolski@sport-fuer-sachsen.de



Tom Seifert: Übungsleiter*innen
0341 2163163, seifert@sport-fuer-sachsen.de



Linda Kirst: Jugendbildung
0341 2163162, kirst@sport-fuer-sachsen.de



Natalie Teubner: Lizenzmanagement
0341 2163167, lizenzen@sport-fuer-sachsen.de



Bildungswerk

des Landessportbundes Sachsen

BILDUNG, DIE BEWEGT



Bildungswerk des LSB Sachsen

Marienallee 14b | 01099 Dresden | Tel. 0351 8009973

E-Mail: info@sportbildung-sachsen.de

🌐 www.sportbildung-sachsen.de

📷 [bildungswerk_lsb_sachsen](https://www.instagram.com/bildungswerk_lsb_sachsen)



- ✓ Aus- und Weiterbildung für pädagogische und Bewegungsfachberufe
- ✓ Förderung von Gesundheits- und Erwachsenenbildung im ländlichen Raum
- ✓ Gesellschaftspolitische Bildungsarbeit

EHRENPLAKETTE

SG Waldkirchen
Bernd Schaarschmidt

SC Einheit Bautzen
Dieter Gärtner

USG Chemnitz
Klaus Geisler

Turbine Leipzig
Uwe Fleischer

Wanderfreunde Glauchau
Heidemarie Matthes

Turbine Leipzig
Burkhardt Bernigeroth

SV Glückauf Leipzig 74
Edith Clauß

SV Lichtenberg
Ursula Fleischer

Hilbersdorfer Sportverein
Monika Heede

Hilbersdorfer Sportverein
Petra Weinert



EHRENNADEL IN GOLD

SG Waldkirchen
Rigo Völkel

Segler-Verband Sachsen
Thomas Krüger

TSV „Frohsinn“ Seifersdorf
Dr. Rico Schneider

SV Borna
Iris Andrich

SV Großrückerswalde
Mario Hänel

SV Großrückerswalde
Christoph Wolf

SV Großrückerswalde
Ulrich Wemmer

SV Großrückerswalde
Andre Fiedler

Wanderfreunde Glauchau
Jens Wagner

VSV Eintracht Reichenbach
Günter Mirko

SV Groitzsch 1861
Erbe Holger

SV Groitzsch 1861
Harald Engermann

SV Groitzsch 1861
Kai Ludwig

Priv. Bürgerschützengesellschaft
zu Reichenbach/Vogtland
Frank Krause

Turbine Leipzig
Peter Zetsche

Turbine Leipzig
Angela Schulze

Turbine Leipzig
Hans-Jürgen Menzer

Turbine Leipzig
Klaus Lepetit

Turbine Leipzig
Elke Böhm

Turbine Leipzig
Dieter Nitsche

SV Glückauf Leipzig 74
Regina Poser

SV Energie Görlitz
Reinhard Saling

Volleyballverein 1990 Bautzen
Tino Donath

Volleyballverein 1990 Bautzen
Mario Gramms

Tennisverein Machern Grün-Weiß
Günter Baum

Tennisverein Machern Grün-Weiß
Oleg Barsukov

SV Chemie Dohna
Dr. Rolf Treutler

Hilbersdorfer Sportverein
Roland Butze

Deutsch-Japanischer Simultanaustausch Mit strahlenden Gesichtern und neuen

Beim 51. Deutsch-Japanischen Sportjugend-Simultanaustausch 2024 konnten rund 100 Teilnehmende aus zwölf Sportbünden und -verbänden Deutschlands eine tiefgehende interkulturelle Erfahrung in Japan erleben. Mit dabei war eine Gruppe aus Sachsen/Sachsen-Anhalt mit Gruppenleiter Paul Grünler vom USV TU Dresden sowie Tim Döke, 2. Vorsitzender der Sportjugend Sachsen (SJS), als Teil der des dreiköpfigen Leitungsteams, in dem er als Gesamtdelegationsleitung fungierte. Tim Döke als Delegationsleiter und Paul Grünler als Gruppenleiter berichten uns unabhängig voneinander von ihren Erfahrungen.

Nach dem Vorbereitungsseminar flog die Delegation am Nachmittag des 22. Juli gemeinsam von Frankfurt/Main nach Japan und erreichten Kyoto am nächsten Abend. Nach der ersten Nacht in Kyoto begann der Morgen mit einer feierlichen Empfangszeremonie der Japan Sports Association (JSPO), bei welcher die Delegation durch Keiichi Endo, dem 2. Vorsitzenden der japanischen Sportjugend, begrüßt wurde. Im weiteren Verlauf des Vormittags erhielten die Teilnehmenden einen Einblick in die Strukturen des Sports in Japan und tauschten sich mit japanischen Jugendlichen zu den Nachhaltigkeitszielen der Vereinten Nationen unter dem Motto: „SDGs x Sport



Bericht des Delegationsleiters Tim Döke:

„Das Programm begann mit einem Vorbereitungsseminar in Frankfurt/Main, führte über die zentrale Eröffnungszeremonie in Kyoto, über regionale Programme in den verschiedenen Präfekturen Japans bis hin zur großen Abschlusszeremonie in Tokyo.

Am 20. Juli 2024 versammelten sich die Teilnehmenden in Frankfurt/Main zu einem dreitägigen Vorbereitungsseminar. Am ersten Tag wurden sie vom Leitungsteam des diesjährigen Austauschprogrammes – bestehend aus Caroline Ochsmann, Carmen Burk und Tim Döke – begrüßt und in das Programm eingeführt. Der Fokus lag auf den Themen interkultureller Sensibilisierung, den Unterschieden zwischen westlichen und der japanischen Kultur sowie den Zielen des Austauschprogrammes, welches seit nunmehr über 50 Jahren stattfindet.

– Nachhaltigkeit im Sport: Soziale, ökonomische und ökologische Herausforderungen und Chancen“ aus.

Am zweiten Tag gab es Zeit zum Selbststudium der Gruppen und diese wurde zum Erkunden von Kyoto genutzt. Die Sportlerinnen und Sportler besuchten bedeutende Sehenswürdigkeiten wie den Kiyomizu-Tempel und das historische Gion-Viertel, wo sie tiefer in die traditionelle japanische Kultur eintauchten. Am nächsten Morgen reisten die einzelnen Gruppen in die verschiedenen Präfekturen von Japan, um am Regionalprogramm teilzunehmen. Hierbei nahmen die Gruppen die unterschiedlichsten Transportmittel auf sich. Von einer Fahrt mit dem Bus, einem Flug ganz in den Norden von Japan über eine Fahrt mit dem Shinkansen bis hin zur Fährfahrt auf die nächste Insel bot sich den Gruppen ein bunter Mix.

en Erfahrungen zurück in Deutschland

Die Aktivitäten in den Präfekturen umfassten Empfänge von Bürgermeisterinnen und Sportfunktionären, Besuche lokaler Schulen, Diskussionen mit Schülern zum Jahresthema der SDG's, Workshops zu traditionellen Handwerken, Einblicke in die lokale Landwirtschaft und Teilnahme an regionalen Festen. Die Jugendlichen und jungen Erwachsenen hatten auch die Möglichkeit, in Gastfamilien zu leben und so die japanische Kultur aus erster Hand zu erleben. Die Teilnehmenden schlossen viele Freundschaften, berichteten von tiefgehenden kulturellen Erfahrungen und erhielten einen guten Einblick in die Vielfalt innerhalb Japans.

Nach den Regionalprogrammen wurden Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Tokyo vom Leitungsteam empfangen. Gemeinsam reflektierten die jeweiligen Gruppenleitungen und Gruppensprecher mit dem Leitungsteam ihre Erfahrungen.

Der vorletzte Tag in Tokyo begann mit dem Besuch eines japanischen Sportfestes an der Dokkyō-Universität, bei welchem die deutschen Sportlerinnen und Sportler teilnahmen. Nach den sportlichen Wettkämpfen in gemischten Teams stand am Abend die traditionelle Sanyonaparty auf dem Programm, bei welcher die Verantwortlichen der JSPO, ein Vertreter der Deutschen Botschaft in Tokyo sowie viele japanische Gäste aus den Regionalprogrammen teilnahmen. Nach den abschließenden Worten durch den 2. Vorsitzenden der japanischen Sportjugend, Keiichi Endo, nutzte die deutsche Delegation die Möglichkeit, ihre Gruppenpräsentationen vorzuführen. Schuhplattlern, Polka, Fliegerlied sowie sportliche Vorführungen rundeten die Party ab.

Das Feedback der gesamten Delegation war überwältigend positiv. Viele lobten die Struktur des Programms, das es ihnen ermöglichte, verschiedene Aspekte des japanischen Sports und der Kultur intensiv zu erleben.

Das Leitungsteam bedankt sich bei allen Organisatoren in Deutschland und Japan für die hervorragende Arbeit, um dieses Programm stattfinden zu lassen. Es zeigte auch in diesem Jahr wieder einmal, wie wichtig der Austausch zwischen verschiedenen Kulturen ist, Erfahrungen im Ausland zu sammeln und von anderen Kulturen zu lernen. Als Team sind wir mit 100 glücklichen Teilnehmenden nach Deutschland zurückgekehrt. Der Deutsch-Japanische Sportjugend Simultanaustausch 2024 war für alle ein voller Erfolg.“

*Tim Döke, 2. Vorsitzender der SJS,
Delegationsleiter beim 51. Deutsch-Japanischen Sportjugend
-Simultanaustausch 2024*



Bericht des Gruppenleiters Paul Grünler:

Tag 1

„Nachdem wir sicher in Dubai gelandet sind, ging es für uns anschließend gegen 3:00 Uhr in den Flieger nach Osaka. Die 7,5h Flugzeit gingen glücklicherweise relativ schnell um, sodass wir gegen 18:00 Uhr Ortszeit ins Osaka landen konnten. Anschließend ging es mit dem Bus in das 2 Stunden entfernte Kyoto. Zum Abendessen gab es dann auf den Zimmern eine leckere Bento-Box mit allerlei japanischen Köstlichkeiten. Bis auf Pascal und Paul, die anschließend noch die Gegend erkundet haben, sind alle anderen tot müde ins Bett gefallen.“

Tag 2

Der Tag in Japan startete mit einem leckeren Frühstück, bei dem es neben den klassisch europäischen Optionen auch Miso Suppe und Reis gab. Neben vielen spannenden Vorträgen von Vertretern der JJSa gab es anschließend einen kurzen Einblick in die Geschichte des Austauschprogrammes. Nach dem Mittagessen hielt uns eine ehemalige Profi-Surferin aus Japan einen spannenden Vortrag zu den SDG's. Des Weiteren besuchten uns am Abend fünf Jugendliche, die uns einen kleinen Einblick in das Leben und den Sport in Kyoto gaben. Neben einer größeren Fragerunde haben wir auch den Kyoto-Slang geübt und Pantomime gespielt.

Tag 3

Da wir unseren freien Tag natürlich vollends auskosten wollten, haben wir uns bereits 8:00 Uhr auf den Weg in Richtung Kyoto-Zentrum gemacht. Als ersten Halt stand auf unserer Agenda der



botanische Garten. Dort konnten wir sehr schöne japanische Pflanzen und Blumen begutachten. Irgendwie waren dann aber doch alle mehr von den Fischen im See fasziniert. Anschließend ging es weiter zum Krönungspalast des Kaisers. Da das Gelände so riesig war und an jeder Ecke ein neuer Schrein oder Tempel auf uns wartete, haben wir insgesamt fast 3 Stunden dort verbracht. Später sind wir dann noch zu einer Wasserburg gefahren und haben den wunderschönen goldenen Tempel besucht. Begleitet wurden wir dabei von Souta – einem ehemaligen Teilnehmer des Japan-IN-Programms vom letzten Jahr. Beim gemeinsamen Abendessen haben wir unsere Dolmetscher und Begleiter für das Regionalprogramm kennengelernt. Bilanz des Tages: 25.000 Schritte, 5.000 neue Fotos, 15 Stopps an Getränke-Automaten und 1 bis 10 Souvenirs mehr.

Tag 4

Heute startete endlich unser Regionalprogramm. Mit dem Shinkansen ging es in das etwa 2h entfernte Iwakuni. Tatsächlich hatte der Zug genau 1 min Verspätung bei der Abfahrt in Kyoto, da anscheinend eine Gruppe Deutscher mit riesigen Koffern auf die Idee kam, mit der Bahn zu fahren. Angekommen in Iwakuni wurden wir direkt herzlichst von den Japanern begrüßt. Als erster Programmpunkt stand ein Höflichkeitsbesuch beim Bürgermeister an. Dort hielten sowohl der Bürgermeister selbst, als auch der 2. Vorsitzende des Sportclubs von Iwakuni eine Rede. Auch ich als deutscher Gruppenleiter hielt eine Rede über die Gemeinsamkeiten der beiden Länder und bedankte mich anschließend für die Gastfreundschaft in Iwakuni. Danach ging es direkt in die Gesamtschule, wo wir zu einer Willkommensfeier eingeladen wurden. Dort haben wir unsere

Gastfamilien kennengelernt. Der restliche Abend wurde bei der jeweiligen Gastfamilie verbracht. Einige haben sich zum Beispiel am traditionellen Origami falten versucht.

Tag 5

Gegen 9:00 Uhr haben wir uns alle in der Sporthalle der Gesamtschule von Iwakuni getroffen. Dort haben wir bis zum Mittagessen einen Sportaustausch mit Kindern der Sportjugend gehabt. Neben klassischen Spielen wie „Schere, Stein, Papier“ haben wir auch Mollky gespielt. Dabei haben wir festgestellt, dass die sprachlichen Hindernisse keine Hürden bei der Verständigung darstellen. Abgerundet wurde der Vormittag mit einem gemeinsamen Mittagessen in der Schule. Am Nachmittag haben wir die Handball-Sportjugend kennengelernt. Obwohl die Kinder gerade mal 7-11 Jahre alt waren, hat das Team Sachsen/Sachsen-Anhalt keinen Stich bei einem Freundschaftsspiel gesehen. Zum Abschluss des Tages ging es dann zur Iwakuni-Brücke, an welcher wir auch mit den Füßen ins Wasser gehen konnten.

Tag 6

Den heutigen Tag verbrachten wir in der Highschool von Iwakuni. Also erstes stand ein Kalligraphie-Kurs an. Dabei konnten wir in die Welt der Schriftzeichen abtauchen und eigene Fächer kalligraphisch gestalten. Anschließend erwarteten uns Jugendliche in traditionellen Kimonos, welche mit uns eine Tee-Zeremonie durchführten. Unser Mittagessen haben wir mit Schülern der Kendo-AG verbracht und sind gut ins Gespräch gekommen. Danach zeigten sie uns eine Kendo-Kata und einen Probekampf. Dann war es an uns,

einen Schlag auf den Kopf zu üben, unsere Partner trugen selbstverständlich die traditionelle Schutzkleidung. Zum Abschluss des Tages war es Zeit für unsere Präsentation zum SDG-Ziel „Gesundheit und Wohlergehen“. Dabei hielten wir einen Vortrag zum deutschen Gesundheitssystem und es gab anschließend eine Einführung in Erste-Hilfe-Maßnahmen. Mit dem gesammelten Wissen ging es mit den japanischen Schülern in eine Diskussion, in welcher wir über die Vor- und Nachteile beider Gesundheitssysteme debattieren.

Tag 7

Heute war Familientag. Jeder Teilnehmer konnte mit seiner Familie frei entscheiden, was sie gemeinsam unternehmen. So wurde unter anderem Karpfen gebastelt, Baseball gespielt, das Iwakuni-Castle besucht, ein Vortrag über die Zukunft von Computern gehalten, ein Tempel besucht und eine Samurai-Rüstung anprobiert. Als Highlight trafen sich abends einige Gruppen und schauten in einer Schule in Iwakuni das Handballspiel zwischen Japan und Deutschland. Zwei Spieler aus Iwakuni sind in der Nationalmannschaft, sodass sogar das regionale Fernsehen da war.

Tag 8

Sayonara Iwakuni und Konnichiwa Hiroshima: Heute hieß es Abschied nehmen von den wunderbaren Menschen, die wir in den vergangenen Tagen kennenlernen durften. Der Abschied von denen, die uns die letzten vier Tage so intensiv begleitet und beherbergt haben, viel uns allen sehr schwer. Dann hieß es auf in den Bus, um nach Hiroshima zu fahren. Anschließend ging es dann zu Sanyo Oberschule in Hiroshima. Als erstes erwartete uns eine Tee-Zeremonie, in welcher uns erklärt wurde, wie man den typischen Matcha herstellen kann. Danach durften wir es auch selbst einmal probieren. Anschließend erwartete uns ein überwältigendes Programm der Trommel-AG der Schule. Es war so beeindruckend und atemberaubend, dass eine Beschreibung hier nicht ansatzweise einfängt, was wir dort erlebt haben. Noch immer völlig überwältigt von diesem Eindruck ging es anschließend zum Empfangsessen. Es gab Okonomiyaki im Hiroshima-Stil, bei welchem die Toppings beim Braten oben aufgelegt werden.

Tag 9

Der Mittwoch startete zeitig um 7:20 Uhr. Um 9 Uhr sind wir dann gemeinsam mit Bus, Bahn und Fähre nach Miyajima gefahren. Dort ist einer der wenigen Schreine, die vollständig im Wasser stehen. Da zu dieser frühen Uhrzeit gerade Ebbe war, konnten wir ganz nah heran, um gute Erinnerungsfotos zu schießen. Anschließend stand eine geplante einstündig Wanderung auf dem Programm. Da wir jedoch die Sonne und Hitze unterschätzt haben, dauerte der Aufstieg zum Mt. Misen etwa 2 Stunden. Jedoch enttäuschte der Ausblick auf den Gipfel keineswegs. Wieder im Tal angekommen wurden wir direkt zu unserem nächsten Projekt gebracht. Wir durften Reis-Löffel schleifen und haben diese mit japanischen Zeichen versehen. Anschließend bestand noch etwas Zeit, um durch die Einkaufsmeile zu schlendern und das eine oder andere Souvenir für zu Hause mitzunehmen.

Tag 10

Unser 3. Tag in Hiroshima startete mit einem wirklich kleinen Frühstück in einem Café. Gut gesättigt ging es dann zum Hiroshima Memorial Museum. Dies ist wirklich ein Besuch wert, wenn man sich mit der Geschichte Hiroshimas vertrauter machen möchte. Das Museum hat uns alle tief berührt und auf eindrucksvolle Weise getroffen. Anschließend durften wir in Gruppen ein wenig die Stadt erkunden. Neben dem gesamten Komplex des Memorials waren wir noch beim Hiroshima-Castle. Nach einer kleinen Mittagspause stand ein Treffen mit der Karate-Sportjugend an. Wir übten gemeinsam mit den Schülern, wie man sich richtig verbeugt und die erste grundlegende Kata. Danach durften wir auch ein wenig auf Pratzen einschlagen oder eintreten. Zum Abendessen ging es für die Teilnehmer in die Gastfamilien.

Tag 11

Der Tag startete mit dem Besuch einer Schule in Hiroshima, in welcher wir mit Jugendlichen über unser Jahresthema in den Austausch kamen und über die Gemeinsamkeiten und Unterschiede der beiden Gesundheitssysteme diskutierten. Danach ging es direkt weiter zu einem Höflichkeitsbesuch beim Bürgermeister der Stadt Hiroshima. Mittagessen gab es in der Kantine, welche anders als in Deutschland nicht im Keller liegt, sondern im 16. Stockwerk eines Hochhauses. Der Ausblick war einfach atemberaubend. Danach ging es zu dem neu gebauten Fußballstadion von Hiroshima, bei dem wir auch einmal hinter die Kulissen blicken durften. Dann stand auch schon die Sayonara-Party an. Wir mussten uns von den wunderbaren Menschen verabschieden, welche wir die letzten Tage so intensiv kennenlernen durften. Der Abschied fiel uns allen sehr schwer. Um die Erinnerungen und Momente zu behalten, wurden jede Menge Fotos gemacht und T-Shirts unterschrieben.

Tag 12

Zum letzten Mal fuhren wir vier Stunden mit dem Shinkansen von Hiroshima nach Tokyo. Gegen 15:30 Uhr erreichten wir das Prince Hotel. Es folgte ein kleiner Spaziergang, der in einem Besuch einer der bekanntesten Sehenswürdigkeiten Japans mündete: dem Tokyo Tower. Um 20 Uhr besuchten wir eine Karaoke-Bar, in der alles von bekannten und traditionellen Liedern bis hin zu Anime-Songs gesungen wurde. Damit endete unser erster Tag in Tokyo.

Tag 13

Nach einem aufregenden Tag in Tokyo und dem Besuch der Rainbow Bride, mehrerer Tempel, dem Technikviertel Shibuya und dem Kodokan – der ersten Judo Schule Japans – ging es zum Flughafen und über einen Abstecher in Dubai wieder nach Deutschland zurück.

Als Fazit kann ich nur sagen: Vielen Dank für die Möglichkeit. Die Reise wird für uns immer unvergessen bleiben.“

Gruppenleiter Paul Grünler, USV TU Dresden

Deutsch-Japanischer Sportjugend-Simu Regionalprogramm Japanaustausch - U

In der Zeit vom 2. bis 7. August 2024 verweilten sechs japanische Jugendliche und ein japanischer Gruppenleiter im Rahmen des diesjährigen 51. Deutsch-Japanischen Sportjugend-Simultanaustausches der Deutschen Sportjugend in Sachsen und erlebten dabei ein spannendes Programm zusammen mit dem aufnehmenden Verein SSV Eilenburg.

Gruppenleiterin Kathrin Niedermanner zeigt sich begeistert und berichtet vom diesjährigen Regionalprogramm des Vereins:

„Ein halbes Jahr Vorbereitungszeit, ein Wochenende Input in Frankfurt am Main, einen SDG (Sustainable Development Goals)-Bildungstag im Sommerferienlager und dann ein paar Stunden Fahrt von München nach Eilenburg - und dann endlich konnten wir unsere japanischen Gäste bei schönstem Sommerwetter mit Kaffee und Kuchen und einer Menge Obst begrüßen. Wie aufgeregt alle waren ... und doch stimmte sofort die Chemie zwischen den Jugendlichen, ebenso aber auch zwischen den Betreuern, Eltern und dem Dolmetscher. Kennenlernspiele? Brauchte es kaum. Nach einer sehr amüsanten Vorstellungsrunde waren alle Teilnehmenden im engen Kontakt miteinander und das blieb die gesamte Besuchszeit so, wie toll! Nach der Ankunft in Sachsen am Freitag schloss sich Samstag der sogenannte Familientag gleich an. Individuell lernten sich hier alle Teilnehmenden noch besser kennen.

Der Besuch am Sonntag in Meißen zusammen mit den Gasteltern sowie den deutschen und japanischen Sportlerinnen und Sportlern war außerordentlich schön: die Porzellanmanufaktur inklusive Schauwerkstatt und natürlich die historienreiche Albrechtsburg sorgten für staunende Gesichter und hinterließen bleibenden Eindruck. Ein gemeinsames Eis auf dem Marktplatz in Meißen rundete den erlebnisreichen Tag ab.

Montag ging es mit dem Zug nach Leipzig. Eingeladen von der Sportjugend Sachsen (SJS) trafen wir uns in deren Geschäftsräumen zu einem Austausch über die Bildungssysteme beider Länder, so hatten es die japanischen Gäste sich gewünscht. Schließlich ist dies ein Zukunftsthema der SDG-Agenda der Vereinten Nationen (UN). SJS-Jugendsprecherin Isabel Rumpel begrüßte dabei die japanischen Gäste und die Sportfreunde des SSV Eilenburg vor Ort zusammen mit Jugendbildungsreferentin Julia Schmidt von der SJS. Im Anschluss besuchten wir gemeinsam den RB-Fanshop und die Mensa der AOK Leipzig. Um der Hitze des Tages zu entkommen, trafen wir uns am Nachmittag mit Frau Krause von der Stadtverwaltung Eilenburg vor der Eilenburger Schwimmhalle. Sie nutzte die Begrüßung der Gäste, um Geschenke zu

überreichen und dann den Weg in die Schwimmhalle zu zeigen. Zwei Stunden toben, springen und schwimmen inmitten unserer Vereinskinder - ein Highlight für alle! Das Würstchen vom Grill im Anschluss ließen sich alle gut schmecken.



Auf Wunsch der japanischen Delegation fuhren wir am Dienstag in die Krostitzer Brauerei. Eine gut verständliche Führung zeigte uns die einzelnen Schritte von der leeren bis zur vollen Flasche. Ein Bier im Anschluss musste sein: natürlich alkoholfrei! Ein Bummel durch Leipzigs Innenstadt rundete den Tag ab, bevor es dann auch schon zum Sayonara-Abend in den Garten einer Gastfamilie ging. Zwischen Pizza, Sport, Tanzen und vielen Gesprächen war vor allem das Fotografieren wichtig. Jeder wollte Fotos zur Erinnerung haben. Die ersten Tränen der Verabschiedung flossen.

Um den SDG-Gedanken zu vervollständigen, ging es am Mittwoch in den Morgenstunden in die Jesewitzer Grundschule. Dort empfing uns die Direktorin Frau Bröse mitsamt ihren Viertklässlern, die uns ein kleines Rahmenprogramm vorführten und ganz aufgeregt ihr Schulhaus zeigten. Die japanischen Schriftzeichen sorgten für Bewunderung, ebenso die vielen Fragen zum japanischen Schulwesen, die der Dolmetscher Max professionell übersetzte. Das Gespräch hätte noch viel länger dauern können, aber wir waren bereits erneut verabredet: auf die japanische Delegation wartete bereits der Regionalbetreuer von Sachsen-Anhalt. Also noch eine gemeinsame Mahlzeit bei McDonald's und dann hieß es endgültig Abschied nehmen. Tränenreich ließen wir die neuen Freunde ziehen.

Simultanaustausch 2024 Unterwegs mit dem SSV Eilenburg

Unser Fazit:



Die Auswertung des Austausches zwei Tage später ergab eine große Zufriedenheit der Vereinssportler, da deren Erwartungen mehr als übertroffen wurden, eine große Dankbarkeit dem Vorstand des Vereins gegenüber, an diesem Abenteuer beteiligt gewesen zu sein und eine große Freude, an der Planung und Durchführung des Austausches wesentlich Anteil genommen zu haben, was zu einer Bereicherung für jeden Einzelnen aber auch für die Familie gesorgt hat. Gerne wieder, war ganz oft zu hören.

Und: die Vorfreude auf Japan 2025 steigt immens! Danke an alle Organisatoren und natürlich an die Zuwendungsgeber. Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) fördert über die Deutsche Sportjugend (dsj) dieses Austauschprogramm aus Mitteln des Kinder- und Jugendplanes des Bundes (KJP)."

Kathrin Niedermann, SSV Eilenburg e. V.

Als Sportverein für den Japanaustausch 2025 bewerben

Für das sächsische Regionalprogramm innerhalb des 52. Deutsch-Japanischen Sportjugend-Simultanaustausches 2025 der Deutschen Sportjugend (dsj) sucht die Sportjugend Sachsen (SJS) einen interessierten Sportverein, der im nächsten Jahr für knapp eine Woche Gastgeber für max. 10 Japaner sein möchte. Bewerbungen können eingereicht werden.

Seit 1991 beteiligt sich die SJS an dem Deutsch-Japanischen Sportjugend-Simultanaustausch der dsj. Seitdem konnten schon viele Sportvereine an diesem erfolgreichen Projekt teilnehmen und einmalige Erlebnisse sammeln. Die SJS führt diesen Austausch mit der Sportjugend Sachsen-Anhalt gemeinsam durch. Der Austausch dauert insgesamt ca. 15 Tage. Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) fördert dieses Austauschprogramm aus Mitteln des Kinder- und Jugendplanes des Bundes (KJP). Jährlich wird ein interessierter Sportverein oder -verband aus Sachsen als Partnerorganisation gesucht, um ein regionales Programm in Sachsen für die Gäste auf die Beine zu stellen. Die regionale, japanische Partnerregion der SJS in Japan ist Chugoku.

Für das sächsische Regionalprogramm innerhalb des 52. Deutsch-Japanischen Sportjugend-Simultanaustausches 2025 der dsj sucht die SJS nun wieder einen interessierten Sportverein bzw. -verband, der im nächsten Jahr Gastgeber sein möchte. Der voraussichtliche Zeitraum für das sächsische Regionalprogramm wird Anfang bis Mitte August 2025 sein, der genaue Zeitraum steht allerdings derzeit noch nicht fest. Interessierte Vereine können sich bis spätestens 30. November 2024 bei der SJS formlos mit einem aussagefähigen Schreiben und Begründung, warum sie gern als Ausrichterverein in 2025 agieren möchten, bewerben.

Die Bewerbungen sind zu richten an:

Sportjugend Sachsen im Landessportbund Sachsen e.V.
Stichwort: Japanaustausch | Goyastraße 2d | 04105 Leipzig
per Mail an: sportjugend@sport-fuer-sachsen.de

Mehr Informationen gibt es unter www.sportjugend-sachsen.de und bei Julia Schmidt unter 0341-2163186 oder schmidt@sport-fuer-sachsen.de. Wer Fragen zum Austausch hat, kann sich gern telefonisch im Vorfeld melden. Informationen zum gesamten Austausch finden sich auch auf der Homepage des Japanaustausches unter www.japan-simultanaustausch.de

Sportliche Brücken bauen: Das Deutsch-Französische Olympische

Seit 2010 organisieren die Deutsche Sportjugend (dsj) und die Deutsche Olympische Akademie (DOA) anlässlich Olympischer Spiele das Deutsche Olympische Jugendlager (DOJL) für Nachwuchsleistungssportler*innen und junge Engagierte im Sport unter dem Dach des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

Zu den Olympischen Spielen 2024 in Paris gab es in Kooperation mit dem Französischen Olympischen Komitee (CNOSF) und mit Unterstützung des Deutsch-Französischen Jugendwerks (DFJW) sowie Olympic Solidarity ein binationales Deutsch-Französisches Olympisches Jugendlager, das vom 24. Juli bis 7. August 2024 stattfand. Insgesamt haben 100 Jugendliche aus Deutschland und Frankreich am Deutsch-Französischen Olympischen Jugendlager teilgenommen, die von einem 20-köpfigen Leitungsteam aus Deutschland und Frankreich betreut und von erfahrenen Sprachmittler*innen begleitet wurden.



Unter den 50 deutschen Teilnehmenden waren auch 5 Sportler*innen aus Sachsen mit am Start: Finja Mathilde Helling, Ronja Stiegler, Leonore Höna, Magdalena Heinrich und Louis Karnatz. Ronja Stiegler ist bereits seit einigen Monaten dem Juniorteam der Sportjugend Sachsen (SJS) beigetreten und engagiert sich für die Jugendarbeit im Sport. Sie lässt uns darüber hinaus von ihren Erfahrungen aus dem spannenden Jugendlager in Paris teilhaben:

„Sport verbindet“ unter diesem Motto wurde auch dieses Jahr ein Jugendlager zu den Olympischen Spielen organisiert. Ich bin Ronja, betreibe in Chemnitz Triathlon und engagiere mich unter anderem in der Sportjugend Sachsen. Im Rahmen des Jugendlagers hatte ich als Teilnehmerin die Gelegenheit, die Olympischen Spiele mitzerleben und möchte nun von dieser einzigartigen Erfahrung berichten.

Der interkulturelle, sportbezogene Austausch wurde unter dem Dach des DOSB von der dsj, der DOA und der Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF) erstmals binational in Kooperation mit Frankreich ausgerichtet. Das Deutsch-Französische Olympische Jugendlager in Paris 2024 brachte 50 deutsche und 50 französische Jugendliche im Alter von 16 bis 19 Jahren zusammen, die gemeinsam die Olympischen Spiele erlebten und über kulturelle Grenzen hinweg den Sport feierten.

Ein erster Vorgeschmack auf diese spannende Zeit war das Vorbereitungstreffen Anfang Mai. Hier hatte ich die Gelegenheit, das binationale Leitungsteam und die anderen Jugendlichen kennenzulernen, darunter auch vier weitere Teilnehmende aus Sachsen. Eine gemeinsame Laufrunde hat uns direkt auf sportlicher Ebene verbunden und die Vorfreude auf die zwei Wochen in der französischen Metropole gesteigert.



Fotos: Sina Kuiper / DFÖJL

Das zweiwöchige Bildungsprogramm fand vom 24. Juli bis 7. August statt. Es ging dabei nicht nur um den Sport, sondern auch um interkulturelle Vernetzung und das Kennenlernen der französischen Kultur. In verschiedenen Workshops, durch Wettkampfbesuche und gemeinsame Aktivitäten erhielten wir Einblicke in die Welt des Breiten- und Leistungssports sowie in die olympische Idee.

Am 24. Juli reiste ich mit den anderen Teilnehmenden des Olympischen Jugendlagers voller Vorfreude nach Paris an. Wir übernachteten in einem Sportzentrum etwas außerhalb der Hauptstadt, welches ideale Voraussetzungen für unsere sportlichen Aktivitäten bot. Unser Camp begann feierlich mit einer offiziellen Begrüßung durch den deutschen Botschafter Stephan Steinlein sowie durch die beiden Generalsekretärinnen Anne-Marie Descotes

e Jugendlager 2024

(Französisches Außenministerium) und Anne Tallineau (Deutsch-Französisches Jugendwerk).

Eine der ersten Aktivitäten war ein Orientierungslauf auf unserer Sportanlage. Durch viele Sprachspiele lernten wir so die anderen Teilnehmenden, die fremde Sprache und das Gelände kennen. Außerdem schauten wir die Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele in der Fanzone von Team Deutschland. Trotz des Regens war die Stimmung gut und wir freuten uns auf die kommenden Wettkämpfe. Alle Teilnehmenden des olympischen Jugendlagers studierten in den ersten Tagen eine Choreographie zur offiziellen olympischen Musik von Paris 2024 ein. Wir hatten Freude an der gemeinsamen Bewegung, unabhängig davon, welche Sprache wir sprachen. Diese Choreografie tanzten wir im Laufe unseres Aufenthalts noch häufig in ganz Paris.

Ein weiterer unvergesslicher und aufregender Moment war das Treffen mit Bundeskanzler Olaf Scholz im Deutschen Haus. Wir hatten die Gelegenheit, ihm Fragen zu stellen und führten interessante Gespräche. Darüber hinaus freuten wir uns über seine Nachricht, dass sich Deutschland um eine Bewerbung für die Olympische Sommerspiele bemüht.

In den darauffolgenden Tagen nahmen wir an verschiedenen Workshops teil, in denen wir unter anderem wissenswertes über die Olympischen Werte, Inklusion sowie die Bedeutung von Nachhaltigkeit im Sport erfuhren. Besonders interessant war ein Workshop zu interkulturellen Engagementmöglichkeiten zwischen Deutschland und Frankreich, der aufzeigte, wie man mittels Austauschprogrammen Brücken zwischen unseren Ländern bauen kann.

Wir Teilnehmenden hatten jeweils vier Wettkampfbesuche in verschiedensten Sportarten. Ich besuchte das Tischtennis-Finale der Frauen, welches in einer atemberaubenden Atmosphäre stattfand, da zwei chinesische Spielerinnen gegeneinander antraten. Ein Highlight für mich war, den Triathlon-Wettkampf mitzuerleben. Nachdem am Tag zuvor der Wettkampf der Männer abgesagt wurde, freute ich mich umso mehr, nun doch an dem Ereignis teilhaben zu können. Mit zwei französischen Triathleten aus meinem Camp habe ich die Wettkämpfe verfolgt. Wir tauschten uns darüber aus und feuerten die Athleten kräftig an. Mich hat die Atmosphäre auf der Tribüne begeistert und es war inspirierend, die besten Athleten der Welt in ihrem Wettkampf zu erleben. Ihr Wille und Durchhaltevermögen haben mich tief beeindruckt.

Auch Gespräche mit bekannten Sportler*innen wurden für uns organisiert. So konnten wir Lena Schöneborn, Miriam Welte und die fran-



DEUTSCHES
OLYMPISCHES
JUGENDLAGER

dsj DEUTSCHE
SPORTJUGEND
im DOSB

zösische Handballerin Manon Houette treffen. Das Meeting mit der Basketball-Legende Dirk Nowitzki war dabei besonders bewegend. Neben dem sportlichen Programm kamen auch kulturelle Erlebnisse nicht zu kurz. Wir besuchten zum Beispiel den Louvre mit einer Sonderausstellung zu Olympia, das olympische Feuer und Notre Dame.

Was diese zwei Wochen beim Deutsch-Französischen Olympischen Jugendlager so einzigartig machte, war nicht nur das Erlebnis der Spiele selbst, sondern auch zu erfahren, wie der Sport uns über Sprachbarrieren hinweg verbindet und wie viel wir trotzdem gemeinsam haben. Darüber hinaus habe ich wunderbare Freundschaften geschlossen und diese Zeit hat mein Verständnis für die Bedeutung der Olympischen Spiele und ihrer Werte vertieft.

Für mich persönlich war das Jugendlager nicht nur ein Blick in die Welt des Spitzens- und Breitensports, sondern auch eine wertvolle Erfahrung, die mich motiviert hat, vielleicht selbst einmal ein Austauschprogramm durchzuführen oder für längere Zeit nach Frankreich zu gehen. Der Abschied nach zwei aufregenden Wochen fiel schwer, doch es hat mir gezeigt, wie wichtig der Austausch und das Verständnis zwischen verschiedenen Kulturen sind, insbesondere durch die verbindende Kraft des Sports.

*Ronja Stiegler, Juniorteamerin der Sportjugend Sachsen und
Teilnehmende am DFOJL in Paris 2024*

Superfood auf dem Prüfstand

Zubereitung

Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Porree putzen, längs halbieren und in Ringe schneiden. Möhren waschen, längs halbieren und auch in dünne Ringe schneiden. Mango mit dem Sparschäler schälen, das Fruchtfleisch vom Kern lösen und würfeln. Die Tomaten waschen und in Würfel schneiden. Die Zitrone oder Limette unter fließendem Wasser abbürsten und vierteln. Die Hähnchenbrust gründlich abwaschen und in ca. 2x2cm Würfel schneiden. Nun 1-2 EL Pflanzenöl in einer großen Pfanne (besser eine Schmorpfanne oder ein großer Wok) erhitzen und die Zwiebeln bei mittlerer Hitze darin mit einer guten Prise Zucker glasig schwitzen. Kurz bevor die Zwiebeln glasig werden, das Currypulver oder die Currypaste mit hinzugeben und ebenfalls kurz mit anbraten, um das Aroma noch zu verstärken (nicht zu lange, sonst verbrennen die Gewürze und es schmeckt bitter). Jetzt kann der Porree in die Pfanne gegeben und für etwa 5 Minuten mit angebraten werden. Dann alles mit Kokosmilch ablöschen und die Tomaten, Möhren, Mango und Limettenviertel untermengen, sowie mit etwas Salz und Pfeffer nachwürzen. Es kann auch gern noch Knoblauch den Weg zum Gemüse finden und auch ein Teebeutel mit Früchte-, Melissen- oder Ingwertee kann am Rand mit in den Sud gegangen werden. Nun den Deckel auf die Pfanne legen und alles unter gelegentlichem Rühren für etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. In der Zwischenzeit können in einer separaten Pfanne die Hähnchenwürfel angebraten werden. Dazu wieder 1 EL Pflanzenöl (bevorzugt Rapsöl) auf höchster Stufe erhitzen und das Hähnchen scharf anbraten, bis alles eine etwa goldgelbe Farbe angenommen hat. Danach das Fleisch kurz ruhen lassen, die Curry-Pfanne nochmal abschmecken und die Hähnchenwürfel mit untermengen - fertig. Dazu passt Reis in allen Variationen sehr gut.

Geeignet als: Hauptmahlzeit



Buntes Hähnchen-Gemüse-Curry (für 4 Personen)

1 Zwiebel, 2 Stangen Porree, 3 Möhren, 2-3 Tomaten, 1 Mango, 1 Bio-Limette oder -Zitrone, Curry-Gewürz, Prise Zucker, Salz, Pfeffer, 1-2 EL Pflanzenöl, 1 Dose Kokosmilch, 1x saure Sahne, 300 g Hähnchenbrust

Nährwert (pro Portion)

Gesamtenergie: 413 kcal | **Eiweiß:** 22,2 g

Kohlenhydrate: 18,7 g | **Fett:** 26,4

Aktuell ernährt sich der moderne Mensch im Schnitt von etwa 30 verschiedenen Grundnahrungsmitteln, welche in unterschiedlicher Weise – doch meist hoch verarbeitet – auf unseren Tellern landet. Dabei gibt es schon allein 30.000 Tomatensorten. Der hektische Alltag frisst meist all unsere Zeit für eine gesunde Ernährung. Dabei brauchen wir eine vollwertige und abwechslungsreiche Ernährung, um unser Körpergewicht positiv beeinflussen zu können, um fit zu bleiben oder fitter zu werden, das Risiko für Erkrankungen zu minimieren oder schneller wieder gesund zu werden. Zum Glück entwickelt sich der Mensch weiter und erschafft für alles eine scheinbar einfache Lösung: vorgefertigte, kaufbare Alleskönner, welche unser schlechtes Gewissen gegenüber uns selbst – wegen fehlender Zeit und Mühe für eine bunte Ernährungsweise – bereinigen können, indem sie angeblich alles enthalten, was der menschliche Organismus benötigt.

So wächst der Markt an Astronauten-Nahrung, Mini Meals und Multi-Nährstoff-Pulvern munter weiter. Die einfache Lösung für alle, die abnehmen wollen, ihre Leistungsfähigkeit steigern, das spießige Kochen vermeiden und dazu noch immens Zeit sparen. Das alles verpacken wir dann noch mit den neuen Zugpferden Nachhaltigkeit, Umweltbewusstsein, geringe CO2-Bilanz und Geld sparen: Da erscheint es einfacher, alles an Nährstoffkonzentraten, die die Lebensmittelindustrie in der Lage ist, aus unseren Lebensmitteln herauszuziehen, in ein Pulver zu verpacken, ein fertiges Getränk oder einen Presskuchen im Taschenformat zu sich zu nehmen.

Das hört sich super an, wenn man die Versprechungen auf den einzelnen Websites so durchliest. Gleichzeitig macht es auch immer wieder betroffen, dass Menschen oft meinen etwas Besseres erschaffen zu können, als es die Natur je konnte. Was soll besser sein als eine Heidelbeere, welche man im Wald frisch pflückt und isst? Was kann den Apfel aus dem Garten schlagen, der kaum gepflückt, auch schon im Mund verschwindet? Unser Verdauungssystem samt Mikrobiom ist darauf programmiert und vorbereitet, dass wenig verarbeitete Lebensmittel darauf treffen. Nur dann werden alle Inhaltsstoffe auch wirklich verwertet und aufgenommen. Dieses Zusammenspiel kann bisher kein eigens zusammengesetztes Superfood erreichen. Es ist wie im Sport und der Suche nach dem eigenen, bestmöglichen Potential - es gibt keine Abkürzungen. Es kostet Zeit, Willen und Durchhaltevermögen, die eigene Leistung zu steigern. Das Gleiche gilt auch für unsere Ernährung. Ähnlich wie beim Trainingsplan schaffe ich es auch mit einem Wochenspeiseplan die bunte Vielfalt unserer regionalen Lebensmittel bestmöglich zu nutzen. Neue Rezepte, Gewürze und Geschmacksrichtungen ausprobieren, sich Zeit für Einkauf, Zubereitung und das Essen an sich nehmen, das sind die wahren Stellschrauben für unsere gesundheitlichen Ziele und Wünsche. Curry-Gerichte wie in unserem Beispiel sind da ein gutes Vorbild. Sie enthalten eine große Vielzahl verschiedener Grundnahrungsmittel, gepaart mit einer Menge an Gewürzen und Aromen. Das ist Superfood aus der Pfanne, macht satt und schmeckt vermutlich auch um Längen besser als die Pulver-Produkte.

René Dolge

Kinesio-Tape: Wundermittel oder buntes Pflaster?

Der Ursprung des Kinesio-Tapes geht in das Jahr 1973 zurück, entwickelt wurde es von einem Chiropraktiker namens Dr. Kenzo Kase. Er entwickelte das Kinesio-Tape, um der Legende nach, „seine heilenden Hände den Patienten mit nach Hause geben zu können“. Der Einzug in die deutschen Physiotherapie- und Arztpraxen erfolgte 2002, da wurde Kinesio-Taping erstmalig bei der deutschen Fußballnationalmannschaft eingesetzt. Richtig berühmt wurde es allerdings erst 2007 durch David Beckham.

Kinesio-Tape besteht aus einem feinen, atmungsaktiven dehnbaren Material, normalerweise Baumwolle oder einer Baumwolle-Mischung und einem hautverträglichen Kleber. Je nach Körperregion und Anlage sind sie drei bis sieben Tage haltbar, sportliche Aktivität, Baden und Duschen sind damit möglich. Aktuell sind auch schon Rollen aus 95-prozentiger Kunstseide auf dem Markt, was die Trocknung bei Nässe im Vergleich zu herkömmlichen Baumwolltapes beschleunigt.

Als Hauptwirkungen der Kinesio-Tape Methode wird die reflektorische Wirkung auf die Haut und das Nervensystem zugeschrieben. In Verbindung mit der Bewegung erhält das Bindegewebe und die Muskulatur durch das aufgeklebte Tape eine Dauermassage, Ziel ist es die Mikrozirkulation zwischen Haut und Muskeln zu verbessern und dadurch schmerzreduzierende Systeme des Körpers anzuregen. Weitere beschriebene Wirkweisen sind die Beeinflussung z.B. von Hautsensoren, von Faszien und Gelenkkapseln, Verbesserung von Muskel- und Gelenkfunktionen, Entfernung von Stauungen, Beeinflussung von Narbengewebe sowie die Einflussnahme auf Meridiane und Akupunkturpunkte. Wissenschaftlich ist die Wirksamkeit der Kinesio-Tapes allerdings trotz vieler Studien noch nicht belegt, allerdings spricht die häufig beschriebene Wirksamkeit dieser nebenwirkungsarmen bis nebenwirkungsfreien Therapie für sich.

Die Risiken unprofessioneller Anwendung sind übersichtlich, zu viel Dehnung des Kinesio-Tapes beim Anbringen kann zur Blasenbildung führen und zu wenig Dehnung des Materials mindert die Wirkung. Nicht angewendet werden sollte das Kinesio-Tape bei einer Pflasterallergie oder Hauterkrankungen wie Neurodermitis oder Psoriasis auf den betroffenen Hautstellen. Ebenso nicht bei verletzter Haut oder im Bereich von Krampfadern oder tiefen Beinvenenthrombosen, abzuraten ist von einer Tape-Anlage ebenfalls bei Schwangeren im Bereich des Bauches und bei Fieber.

Einige Anwender verwenden Kinesio-Tapes auch im Rahmen der Farbenlehre. Rot wird eine anregende, aktivierende und wärmende Wirkung zugesprochen, blaue und grüne Kinesio-Tapes sollen hin-

gegen beruhigend und kühlend wirken, als neutral zu sehen sind die Farben beige und schwarz.

Eine Sonderform des Tapes ist das Gittertape oder auch Crosstape genannt, diese werden als Akupunktur-Pflaster direkt auf Akupunktur-, Schmerz- oder Triggerpunkte geklebt und finden auch immer stärkere Anwendung in der Behandlung von Narben. Wie der Name schon sagt, sind diese Tapes in Form eines rechteckigen Gitters vorgestanzt.



Foto: Adobe Stock

Immer wieder stößt man auf die Empfehlung, diese Anwendung nach einer Schulung, auch einem medizinischen Laien anzuvertrauen. Bei Anlagen die aus rein regenerativen Motiven erfolgt, kann man dem aus sportmedizinischer Sicht zustimmen. Bei Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems ist das Tape lediglich als unterstützende Maßnahme zu sehen. Es kann weder ärztliches noch physiotherapeutisches Können oder eine medizinische Behandlung von Erkrankungen ersetzen.

Abgerechnet wird diese individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) nach der GOÄ, und ist somit kostenpflichtig mit den Leistungsziffern 206 und 207 sowie nach §10 GOÄ Auslagensatz. Der cm Tape wird je nach Qualität zwischen 1 und 2 Cent abgerechnet die Anlage des Tapes liegt je nach Körperregion und Symptomatik zwischen 10 und 20 Euro. Einige gesetzliche und private Krankenkassen übernehmen schon anteilig die Kosten unter bestimmten Voraussetzungen, Fragen dazu beantwortet Ihnen die Serviceabteilung Ihrer Krankenkasse.

Dorit Hütter, Bereich Sportmedizin

Die elektronische Rechnung wird für Vereine ab 2025 verpflichtend

Aufgrund der von der EU-Kommission geplanten Einführung eines elektronischen Meldesystems bis zum Jahr 2028 führt Deutschland durch die Verabschiedung des Wachstumschancengesetzes im März 2024 die E-Rechnungspflicht bereits ab dem 1. Januar 2025 ein.

Was ist eine elektronische Rechnung?

Als **elektronische Rechnung** gilt eine Rechnung, die in einem strukturierten elektronischen Format ausgestellt, übermittelt und empfangen wird und eine vollkommen automatisierte Verarbeitung ermöglicht.

Umsetzen lässt sich solch ein strukturiertes Format über verschiedene Standards und Spezifikationen, wobei die europäische Norm das **XML-Format** vorgibt. Erfüllt werden die Formatanforderungen z.B. von der **XRechnung**, die unter anderem im öffentlichen Auftragswesen bereits zum Einsatz kommt, oder dem hybriden ZUGFeRD-Format (Kombination aus PDF-Dokument und XML-Datei).

Verpflichtung zur elektronischen Rechnungsstellung

Grundsätzlich sind Unternehmer verpflichtet eine E-Rechnung auszustellen, wenn sie eine Lieferung oder sonstige Leistung an einen anderen Unternehmer oder juristische Person erbringen, sofern der Umsatz nicht nach § 4 Nr. 8 – 29 UStG steuerbefreit ist. Für die Rechnungsstellung haben Unternehmer ab Ausführung der Leistung sechs Monate Zeit.

Verträge als Rechnung

Auch Verträge gelten als Rechnung, wenn sie die erforderlichen Angaben enthalten. Sofern eine Pflicht zur Ausstellung einer E-Rechnung bei einem Dauerschuldverhältnis (z.B. Mietverhältnis) besteht, ist es ausreichend, wenn für den ersten Teilleistungszeitraum eine E-Rechnung ausgestellt wird, der dem zugrunde liegenden Vertrag als Anhang beigefügt wird, oder sich aus dem sonstigen Inhalt klar ergibt, dass es sich um eine Dauerrechnung handelt.

Für wen ist die E-Rechnung Pflicht?

Die Verpflichtung, eine elektronische Rechnung auszustellen, betrifft **nur Leistungen zwischen Unternehmern (B2B)**. Diese Rege-

lung ist auch auf Vereine anzuwenden! Zudem müssen Leistungserbringer und Leistungsempfänger im Inland (bzw. Gebiete nach § 1 Abs. 3 UStG) **ansässig** sein.

Die Verpflichtung gilt auch, wenn der Rechnungsempfänger **Kleinunternehmer** ist oder **ausschließlich steuerfreie Umsätze** ausführt.

Von der E-Rechnungspflicht ausgenommen werden diejenigen Vereine, die ausschließlich im **ideellen Bereich** tätig sind, da diese Vereine nicht als Unternehmen gelten.

Beispiele für die E-Rechnungspflicht

1. Die Cheerleader-Gruppe eines Sportvereins tritt bei einer Betriebsveranstaltung eines Unternehmens auf und berechnet dafür 300 Euro.
2. Für Sponsoringleistungen im Rahmen einer Veranstaltung berechnet der Sportverein 500 Euro an den Sponsor (Unternehmen).

Ab wann gilt die Verpflichtung zur E-Rechnung?

Um den Übergang zu erleichtern, wurden **Übergangsfristen** festgelegt:

Bis zum **31. Dezember 2026** können weiterhin Papierrechnungen und elektronische Rechnungen als PDF-Datei verwendet werden. Allerdings muss der Empfänger der Zusendung ausdrücklich zustimmen, ansonsten ist dies nicht erlaubt.

Ab dem **1. Januar 2027 bis zum 31. Dezember 2027** gilt diese Übergangsregelung nur noch für Unternehmen, deren Jahresumsatz unter 800.000 Euro liegt.

Ab **2028** wird das elektronische Rechnungsformat schließlich verpflichtend.

Sanktionen bei Nichtumsetzung

- Verweigerung von Zahlungen mangels korrekter Rechnungsstellung
- Versagung des Vorsteuerabzugs



Wann kann von der Ausstellung einer E-Rechnung abgesehen werden?

Es gibt mehrere Ausnahmeregelungen, die weiterhin alternative Rechnungsformen, wie beispielsweise in Papierform oder als PDF in einer E-Mail, zulassen:

- Umsätze, die nach den Nummern 8 bis 29 des § 4 UStG steuerfrei sind. Dies betrifft fast alle wichtigen Steuerbefreiungen für Vereine und gemeinnützige Organisationen (u.a. Kursgebühren, Teilnehmer*innen-Gebühren für sportliche Veranstaltungen, Leistungen der Jugendhilfe).
- Rechnungen, deren Gesamtbetrag 250 Euro nicht übersteigt (§ 33 UStDV). Hier gilt aber nur der Gesamtrechnungsbetrag. Werden beispielsweise Teilleistungen (unter 250 Euro) abgerechnet, muss für sie auch eine E-Rechnung erstellt werden, wenn die Gesamtsumme über 250 Euro liegt.
- Rechnungen bei denen der Rechnungsersteller oder -empfänger im Ausland ansässig ist.
- Rechnungen, die an Privatpersonen ausgestellt werden.

Barverkaufsrechnungen

Bisher nicht geklärt hat die Finanzverwaltung, wie Barverkaufsrechnungen behandelt werden, die keine Kleinbeitragsrechnungen sind. Hier wird eine bloße Papierquittung nicht mehr ausreichend sein. Bargeschäfte werden dadurch künftig verkompliziert, weil die Rechnung ja elektronisch übermittelt werden muss.

E-Rechnungen empfangen

Ab 1. Januar 2025 ist jeder Verein verpflichtet, eingehende E-Rechnungen anzunehmen und zu verarbeiten. Hierfür müssen die technischen Voraussetzungen für den Empfang und die Umwandlung von digitalen Rechnungen in ein lesbares Format geschaffen werden. Die eingehenden Rechnungen müssen jedoch noch nicht voll-

ständig digital weiterverarbeitet werden. Sie können weiterhin wie gewohnt bearbeitet werden, solange sie gemäß den gesetzlichen Anforderungen archiviert werden. Es ist wichtig, dass die Archivierung so erfolgt, dass eine zukünftige digitale Verarbeitung jederzeit möglich ist.

Für den Empfang einer elektronischen Rechnung dürfte daher, zumindest zu Beginn, ein E-Mail-Postfach ausreichen.

Verarbeitung von E-Rechnungen

Die **elektronische Rechnungsverarbeitung** ist entscheidend für die Verwendung von E-Rechnungen. Um dies zu gewährleisten, ist es wichtig, eine geeignete Software zu wählen, die den digitalen Rechnungsversand und -empfang zuverlässig sicherstellt.

Vereine sollten eine Vereinsverwaltungssoftware verwenden, die nicht nur generell die Rechnungsverarbeitung erleichtert, sondern bald auch die Möglichkeit bietet, E-Rechnungen zu bearbeiten.

E-Rechnungen archivieren

E-Rechnungen sind **im Ursprungsformat elektronisch aufzubewahren**. Eine Archivierung in Form von Ausdrucken ist nicht erlaubt. Wenn Sie eine E-Rechnung per E-Mail erhalten, müssen Sie auch die E-Mail archivieren, sofern diese umsatzsteuerrelevante Angaben enthält. Stellen Sie sicher, dass Sie die E-Rechnungen so archivieren, dass diese nicht verändert werden können. Das kann entweder durch entsprechende Soft- oder Hardware sichergestellt werden oder durch organisatorische Maßnahmen. Die GoBD macht dazu keine verpflichtenden Vorgaben.

Gemäß den GoBD-Anforderungen muss ein elektronisches Rechnungsformat nicht nur maschinenlesbar sein, sondern auch für Menschen, wie beispielsweise Betriebsprüfer*innen, einsehbar. Daher müssen Sie einen Viewer installieren, der jederzeit für das Auslesen der maschinellen Daten und die visuelle Einsicht in die Rechnung zur Verfügung steht. Die archivierten Daten müssen jederzeit für eine prüfende Person zugänglich sein.

ARAG Sportversicherung informiert



Versicherungsschutz für Sportveranstaltungen, Meisterschaften und Turniere

Veranstaltungen des eigenen Vereins stärken den Zusammenhalt, sind eine Chance, neue Mitglieder zu gewinnen und sollen allen eine schöne Zeit bereiten. Besonders Meisterschaften können zum Highlight des Vereinsjahrs werden. Aber was ist, wenn etwas Unvorhergesehenes passiert? Der richtige Versicherungsschutz hilft, wenn etwas schiefgeht.

1. Haftpflichtversicherung: Bei der Vorbereitung, Durchführung und Abwicklung von Veranstaltungen können Fehler gemacht werden, die zu Schäden führen. Der Verein als juristische Person, der Vorstand als Auftraggeber und das ausführende Mitglied können hierfür haftbar gemacht werden und müssen den entstandenen Schaden wiedergutmachen. Hier hilft die ARAG Sportversicherung: Sie prüft den Anspruch, wehrt ihn ab, wenn er unberechtigt ist, und befriedigt berechnete Ansprüche. Somit werden der Verein, sein Vorstand und seine Mitglieder von Schadensersatzansprüchen freigestellt.

2. Unfallversicherung: Für die Mitglieder des Vereins besteht nicht nur beim aktiven Sport Unfallversicherungsschutz, sondern auch bei den Vorbereitungs- und Abwicklungsarbeiten. Während der Veranstaltung sind helfende Mitglieder unfallversichert. Auch wenn Vereinsmitglieder ihre Mannschaft zu einem Auswärtsspiel begleiten, besteht der volle Schutz der Sportversicherung. Unfälle auf dem Hin- und Rückweg sind ebenfalls erfasst.

3. Versicherungsschutz für Helfende, Nichtmitglieder & Gastvereine: Falls ein Ehepartner, Freund oder Gönner des Vereins bei einer Veranstaltung mithilft, selbst aber nicht Mitglied im Verein ist, gilt der Versicherungsschutz der ARAG Sportversicherung auch für ihn. Wichtig: Es muss ein klares Auftragsverhältnis gegeben sein. Auch wenn ein Verein andere Vereine zu einem Turnier einlädt, gilt für die Mitglieder des Gastvereins automatisch der Schutz der ARAG Sportversicherung, wenn der Verein Mitglied in einem bei der ARAG versicherten Landessportbund ist. Anders verhält es sich, wenn eine Nicht-Sportorganisation eingeladen wird, etwa die freiwillige Feuerwehr oder Vertreter des Stadtrats. Für diese Nichtmitglieder besteht kein Versicherungsschutz im Rahmen der Sportversicherung. Eine gute Lösung, um eine solche Veranstaltung abzusichern: die sogenannte Nichtmitgliederversicherung. Sie bietet Nichtmitgliedern Schutz während der aktiven Teilnahme an allen Sportangeboten des Vereins und seiner Abteilungen – beispielweise auch bei einem Schnuppertraining.

4. Veranstaltungsausfallversicherung: Sie haben ein Event geplant, an alles gedacht und Zeit, Herzblut und auch Geld des Vereins investiert. Und dann passiert das Unerwartete: Ihre Veranstaltung kann nicht stattfinden. Unsere Veranstaltungsausfallversicherung bietet Ihnen finanziellen Schutz, wenn Ihr Event durch Ereignisse, die au-

ßerhalb Ihrer Kontrolle liegen, unplanmäßig verschoben wird oder ausfällt. Die Veranstaltungsausfallversicherung ersetzt Ihrem Verein die entstandenen Kosten, sodass kein finanzieller Schaden entsteht. Grundsätzlich kann die Veranstaltungsausfallversicherung für alle satzungsgemäßen Veranstaltungen Ihres Vereins vereinbart werden, die fortlaufend bis zu einer Dauer von zehn Tagen durchgeführt werden, z. B. ein Heimspiel, Fußballturnier, Kinderferienlager oder Vereinsfest.

5. Versicherungsschutz für Ihre ausländischen Gäste: Was passiert, wenn ein ausländischer Gast in Deutschland einen Unfall erleidet, jemand anderen schädigt oder krank wird? Besonders im Krankheitsfall kann dies zu Schwierigkeiten führen. Der erkrankte ausländische Gast geht zum Arzt und gibt dort die Adresse des Vereins an. Der Arzt rechnet am Ende des Quartals ab und schickt dem Verein erst nach einigen Wochen die Rechnung zu. Eigentlich müsste der Verein die Rechnung nun an den Gast in sein Heimatland weiterreichen. Ist jedoch die Adresse des Betroffenen nicht bekannt oder übersteigt die Rechnung dessen wirtschaftliche Möglichkeiten, ist der Ärger für den Verein vorprogrammiert. Die ARAG Sportversicherung hat mit der EUROPA Versicherung AG daher eine Versicherungsmöglichkeit geschaffen. Für nur 1,55 Euro pro Person und Tag können Vereine eine kombinierte Unfall-, Haftpflicht- und Krankenversicherung für ausländische Gäste abschließen. Der Versicherungsschutz gilt vom Betreten bis zum Verlassen der Bundesrepublik Deutschland und für Gruppen, die sich maximal 28 Tage in Deutschland aufhalten. Der Abschluss ist einfach: Wenn Sie eine ausländische Gruppe erwarten, melden Sie dies bitte rechtzeitig beim Versicherungsbüro in Leipzig an. Sie erhalten dann ein Angebot, welches Sie durch Überweisung des Beitrags annehmen können. Die ausländischen Gäste müssen namentlich und mit Geburtsdatum an das Versicherungsbüro gemeldet werden. Dies kann spätestens am Tag der Ankunft erfolgen, wenn bekannt ist, wer tatsächlich zur Reisegruppe gehört.

Hinweis: Bei Ausrichtung von Deutschen-, Europa- oder sonstigen internationalen Meisterschaften besteht kein Versicherungsschutz über den Sportversicherungsvertrag des Landessportbundes Sachsen. In diesen Fällen wenden Sie sich bitte an das Sportversicherungsbüro der ARAG beim LSB:

Kontakt:

Zentrale: 0341 65672060

Burkhard Oha (Büroleiter) 0341 65672061

Silvia Paul (Mitarbeiterin) 0341 65672062

Postanschrift: Goyastraße 2 d | 04105 Leipzig
vsbleipzig@arag-sport.de

Das aktuelle Urteil:

Vertraulichkeit der Vorstandssitzung: Weitergabe von Internas an die Presse - Amtsenthebung?

1. Um was geht es?

In der Praxis ist immer wieder festzustellen, dass Vorstands- und Präsidiumsmitgliedern nicht bekannt ist, dass interne Vorgänge und die Diskussionen in der Sitzung des Gremiums der Verschwiegenheitspflicht unterliegen. Welche Konsequenzen hat es, wenn ein Mitglied eines solchen Gremiums dagegen verstößt und z.B. Internes an die Medien gibt oder in den sozialen Netzwerken postet?

2. Rechtslage im Vereinsrecht und Konsequenzen bei Verstößen

Es geht in der Praxis schon damit los, dass Vorstandssitzungen nicht öffentlich sind und nur die Personen anwesend sein dürfen, die nach der Satzung teilnahmeberechtigt sind. Maßgeblich sind die Regelungen der Satzung. Dem Gremium ist es natürlich unbenommen, zu einzelnen Tagesordnungspunkten Gäste zuzulassen. Auch das Protokoll der Sitzung ist nur den Mitgliedern des Gremiums zugänglich und darf ohne dessen Zustimmung nicht an unbeteiligte Dritte weitergegeben werden.

Immer wieder taucht jedoch das Problem auf, dass interne und vertrauliche Unterlagen und Informationen aus der Vorstandssitzung von Vorstandsmitgliedern „durchgestochen“ werden oder in der Vorstandssitzung sogar heimlich Tonaufnahmen erstellt werden. Gesetzlich geregelt ist eine Schweigepflicht des Vorstandes nicht. Möglich ist allerdings eine entsprechende Regelung in der Satzung oder in einer Geschäftsordnung des Vorstands. Fehlen Regelungen bedeutet das allerdings nicht, dass über Internas aus der Vorstandsarbeit gegenüber Dritten gesprochen werden darf.

In der Rechtsprechung zum Vereinsrecht ist auch ohne konkrete gesetzliche Regelung anerkannt, dass ein Vorstandsmitglied über Vorgänge, die es in seiner amtlichen Eigenschaft erfahren hat und die nicht vereins- oder allgemeinkundig sind, Stillschweigen zu bewahren hat. Gleiches gilt entsprechend für die anderen Organe des Vereins (z.B. Verwaltungs- oder Aufsichtsrat).

Dies ergibt sich aus der persönlichen Bindung des Vorstands an den Verein, aus der eine allgemeine Sorgfalts- und Treuepflicht folgt. Daraus begründet sich dann eine allgemeine Schweigepflicht über vertrauliche Vorgänge im Verein.

Die Rechtsprechung greift hier auf § 93 Abs. 1 S. 3 AktG zurück, wonach für jedes Vorstandsmitglied bei seiner Geschäftsführung die Sorgfalt eines ordentlichen und gewissenhaften Geschäftsleiters anzuwenden ist. Daraus folgt, dass über alle ihm durch die Tätigkeit im Vorstand bekannt gewordenen vertraulichen Angaben und Geheimnisse des Vereins Stillschweigen zu bewahren ist.

Erst recht gilt diese Verschwiegenheitspflicht, wenn sie in der Satzung oder einer für das konkrete Organ verbindlichen Vereinsordnung geregelt ist.

Beschlussunfähigkeit der Mitgliederversammlung - was nun?

Fundstelle: Oberlandesgericht Karlsruhe (OLG),
Urteil v. 29.04.2024, Az.: 19 W 21/24

1. Um was geht es in diesem Fall?

Im BGB-Vereinsrecht gibt es keine gesetzliche Vorgabe, wann eine Mitgliederversammlung beschlussfähig ist und wann nicht. Bei der Abstimmung im Vereinsrecht wird darauf abgestellt, wie viele Mitglieder tatsächlich zur Mitgliederversammlung erschienen sind. Daraus ergibt sich, dass jede Mitgliederversammlung - sofern sie ordnungsgemäß einberufen worden ist - beschlussfähig ist, auch wenn nur ein Mitglied erschienen ist.

Viele Vereine empfinden diese Situation als „undemokratisch“ und sehen ein Risiko darin, dass eine kleine Minderheit der Mitglieder wesentliche Entscheidungen treffen kann. In diesem Fall sehen Satzungen daher durchaus vor, dass eine Mindestanzahl von Mitgliedern anwesend sein muss, damit die Versammlung beschlussfähig ist. Dies wiederum birgt die Gefahr, dass eine Mitgliederversammlung mangels Teilnahme der Mitglieder regelmäßig nicht beschlussfähig ist und dann als weitere Klausel die sogenannte Eventualeinberufung vorgesehen wird. Oft wird dafür auch der Begriff der Wiederholungsversammlung verwendet, die dann in einem 2. Anlauf ohne Rücksicht auf die Zahl der anwesenden Mitglieder beschlussfähig ist.

2. Kernaussage der Entscheidung

- Regelt die Satzung die Wiederholungsversammlung nicht, sind die auf einer solchen - in der Satzung nicht vorgesehenen - Mitgliederversammlung gefassten Beschlüsse von vornherein nichtig.
- Eine Anfechtung durch die Mitglieder ist in diesem Fall nicht erforderlich.
- Eine Wiederholungsversammlung kann auch am gleichen Tag stattfinden, sogar im unmittelbaren Anschluss an die nicht beschlussfähige erste Versammlung.
- Ein solches Verfahren unterläuft zwar komplett die ursprüngliche Beschlussfähigkeitsklausel, ist aber zulässig, wenn die Satzung dies so ausdrücklich regelt. Ohne eine solche Satzungsregelung muss erneut nach den Regelungen der Satzung eingeladen werden.

Fazit: Die Satzung kann - muss aber nicht - im Falle der Beschlussunfähigkeit der Mitgliederversammlung eine Wiederholungsversammlung vorsehen. In der Einladung zur Wiederholungsversammlung muss dann ausdrücklich darauf hingewiesen werden, dass die Wiederholungsversammlung ohne Rücksicht auf die Zahl der erschienenen Mitglieder beschlussfähig ist. Diese Regelung sollte auch in die Satzung aufgenommen werden.



Vorschau 2025



Veranstaltungs- und Wettkampftermine können unter www.sport-fuer-sachsen.de gemeldet werden. Terminmeldungen per Post, Fax oder Mail sind nicht möglich. Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte an Isb@sport-fuer-sachsen.de

Oktober/ November

26.10. Kinderschutz

Fachtag Kinderschutz, Workshops & Vorträge, Leipzig

2.-3.11. Tauchsport

Deutsche Meisterschaften, Leipzig

Gefördert durch

STAATSMINISTERIUM
DES INNERN



Der Landessportbund wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

IMPRESSUM

Herausgeber: Landessportbund Sachsen |
Goyastr. 2d | 04105 Leipzig | PF 100 952
04009 Leipzig | www.sport-fuer-sachsen.de

Gesamtredaktion: Annegret Müller |
Telefon: 0341-2 16 31 0 | Fax: 0341-2 16 31 85

Layout: Ute Schletter

Verarbeitung: siblog - Gesellschaft für Dialogmarketing, Fulfillment & Lettershop mbH
Dresden

Anzeigen: Landessportbund Sachsen |
Mail: presse@sport-fuer-sachsen.de

Erscheinen: sechsmal jährlich

Preis: Einzel: 1,50 €

Auflage: 17.700 Exemplare

Der nächste Sachsensport erscheint ab dem **30. November 2024.**

DAS LEBEN BEGINNT AUSSERHALB DER KOMFORTZONE!

Bring mal wieder Bewegung in dein Leben: Mach Sport!



WIR SIND
SPORTDEUTSCHLAND





**GEMEINSAM
GEGEN DOPING**

Landes
**sport
bund**
Sachsen

Hier ist
Sport zu Hause.*

FÜR SAUBEREN SPORT UND FAIRPLAY.

Zum Schutz unserer Athleten.