



SÄCHSISCHER BEHINDERTEN- UND
REHABILITATIONSSPORTVERBAND E.V.
VERBAND FÜR REHABILITATIONS-, BREITEN- UND LEISTUNGSSPORT

*Die Frauen des LBRS Leipzig wurden deutsche Vizemeisterinnen
(siehe Seite 9)*



Foto: SBV

Inklusion

Bericht zur Lage von Menschen mit Behinderung

Aktuelles

Auszug aus dem Rechenschaftsbericht 2022 des SBV

Aus- und Fortbildung

Moderne Trainingssteuerung im Herzsport

EINFACH MAL NEU WAGEN!



DIE **AUTO-FLAT** FÜR DEUTSCHLAND



Scanne den QR-Code mit Deinem Smartphone
und entdecke unser Autoangebot.

Athletic Sport Sponsoring
0234 95 128 - 5800 | beratung@ichbindelnauto.de



SÄCHSISCHER BEHINDERTEN- UND
REHABILITATIONSPORTVERBAND e.V.
VERBAND FÜR QUANGELSTÄTTEN-, WISSEN- UND LEISTUNGSPUNKT

Kooperationspartner seit 2023

Liebe Leser*innen,

im Moment überschlagen sich die Teilnahmen und Erfolge sächsischer Para-Athlet*innen. Da ist die Weltmeisterschaft im Para Eishockey nur die Spitze des Eisberges. Die Rollstuhlrugby-Nationalmannschaft hat auf der Europameisterschaft nur knapp das Treppchen verpasst, sächsische Rollstuhlbasketballmannschaften steigen scheinbar reihenweise die Ligen hinauf, die Triathleten Schulz und Gelhaar lassen keine Zweifel an ihrer Dominanz und im Sitzvolleyball findet ein hochklassiges Turnier nach dem anderen in Sachsen statt, von den Landesmeisterschaften und Vereinswettkämpfen mal ganz abgesehen. Einen Teil davon können Sie in der Rubrik Wettkampfsport dieser Ausgabe retrospektiv nachlesen und aktuell auf der [Homepage](#) und dem [Facebook-Auftritt](#) verfolgen.



Christian Rösler, Foto: SBV

Als Verband freuen wir uns sehr über erfolgreichen Athlet*innen. Glücklich stimmt aber, dass trotz schwerer Bedingungen sich ein vielfältiges Angebot im Breitensport erhalten hat. Dies ist nämlich Grundlage für derartige Erfolge, auch wenn es kein Garant ist. Es braucht Schiedsrichter*innen, Übungsleiter*innen, Vorstände, Helfer*innen und Familien, die das alles tragen und möglich machen. Es braucht das Angebot im Rehasport und die vielen fleißigen Hände dazu. Die Übergänge von der Reha-Verordnung über den Rehasport als Vereinsmitglied zu Breitensportlichen und inklusiven Angeboten können noch viel mehr genutzt werden und bringen viele Vorteile mit sich. Dafür mangelt es aber gerade an Übungsleiter*innen, die diese Wege der Sportler*innen in den Gruppen begleiten und unterstützen. Die Kampagne des Deutschen Behindertensportverbandes auf Seite 13 macht das deutlich sowie die dargestellte Nachhaltigkeit des Rehasports auf Seite 10.

Vor dem Hintergrund der sich zumindest stabilisierenden Mitgliederzahlen stimmt das bei all den schwierigen Nachrichten optimistisch, auch wenn der SBV wohl den stärksten Knick in der Pandemie und die schwierigste Erholung daraus mitmacht. Der Rechenschaftsbericht 2022 gleich zu Beginn der Ausgabe gibt dazu Auskunft und in Kombination mit der Statistik des Landessportbundes wird klar, dass daran niemand schuld ist, sondern es im Zusammenhang mit der Altersgruppe steht, in der sich der Behinderten- und Rehabilitationssport vordergründig bewegt.

Ich wünsche viel Spaß beim Lesen!

Christian Rösler

Inhalt

BiS Ausgabe 2 / 2023

EDITORIAL	3
AKTUELLES	4
Auszug aus dem Rechenschaftsbericht des SBV 2022	4
REHASPORT	7
Nachhaltigkeit beim Rehabilitationssport	7
WETTKAMPFSPORT	8
Para-Eishockey-WM und Rollstuhlrugby-EM Kurznotiert	8
Sitzvolleyball: Alle Augen auf Sachsen gerichtet	9
INKLUSION	10
7. Bericht zur Lage der Menschen mit Behinderung im Freistaat Sachsen	10
In Zukunft förderfähig	11
Vielfalt im Sport (Fortbildungen)	11
AUSGEZEICHNET	12
Sportler*innen des Jahres 2022	12
NEUES VOM DBS	13
„Rehasport ist für mich eine Möglichkeit zu lernen“	13
AUS- UND FORTBILDUNG	14
Rückblick Fortbildung – Moderne Trainingssteuerung im Herzsport	14
PINNWAND	16
SPLITTER	18

Auszug aus dem Rechenschaftsbericht 2022 des SBV

Verbandstag, Landes- vorstand und Präsidium

Am 7. Mai 2022 fand der Verbandstag des SBV in Coswig statt. Die Satzung wurde geändert und die Mitgliedsbeiträge des SBV ab 2024 und 2025 angehoben. Zudem wurde das Präsidium des SBV neu gewählt. Das Amt der*s Landesjugendwartes*in konnte formal nicht besetzt werden.

PRÄSIDENT

Uwe Jahn

VIZEPRÄSIDENT

Dr. Detlev Günz

VIZEPRÄSIDENTIN

Simone Zimmermann

LANDES- SPORTÄRZTIN

Dr. Anne-Christin
Hoffmann

LANDES- LEHRWART

Rainer Scholz

LANDES- SCHATZMEISTERIN

Sylke Zehrfeld

LANDESJUGENDWART

– vakant –

VERANTWORTL. FÜR ÖFFENTLICH- KEITSARBEIT UND SPONSORING

Reinhard Bilz

Mitglieder

Zum Stichtag 31. Dezember 2021 waren 357 Vereine ordentliches Mitglied und drei außerordentliche Mitglieder im SBV. Im Jahr 2022 wurden 11 Vereine aufgenommen und 10 haben den SBV verlassen. Damit waren zum Stichtag 31. Dezember 2022 358 Vereine ordentliches Mitglied sowie drei außerordentliche Mitglieder im SBV. Nach Bestandserhebung 2023 (Stichtag 31. Dezember 2022) hatten die 358 ordentlichen Mitglieder insgesamt 33.499 Mitglieder, davon waren 523 bis einschließlich 17 Jahre alt.

Projekte des SBV

Projekt Prävention in Pflegeeinrichtungen

Rückwirkend zum 1. Dezember 2021 und mit einer Vereinbarungslaufzeit bis zum 30. Juni 2022 wurde die Kooperationsvereinbarung mit der BARMER und der IKK classic Anfang des Jahres um weitere sieben Monate verlängert. Gegenstand der Verlängerung ist die Fortführung und Weiterentwicklung des Projek-

Präsidiumsmitglieder des SBV

tes „Prävention in Pflegeeinrichtungen in Sachsen“ auf Basis der gleichnamigen Konzeption des SBV.

Inklusionsprojekt

Mittels des Förderprogramms „Erfolgreich weiter“ der Aktion Mensch wurde das Projekt „Miss – Mehr Inklusion im Sport in Sachsen“ im Januar 2022 um 24 Monate verlängert. Das Inklusionsprojekt hat ein sachsenweites Handlungsfeld, dessen Wirkungspotential in der Projektverlängerung noch stärker ausgeschöpft werden soll.

Jugendschutz und Prävention sexualisierter Gewalt

Alle haupt-, nebenberuflichen und ehrenamtlichen Mitarbeitenden des Verbands sowie alle Übungsleiter*innen im Rahmen von Lizenzausstellungen und Lizenzverlängerungen unterzeichnen eine Selbstverpflichtungserklärung (Ehrenkodex). Bei Personen aus diesem Kreis, die im Auftrag des SBV agieren und dabei in direktem Kontakt mit Kindern und Jugendli-

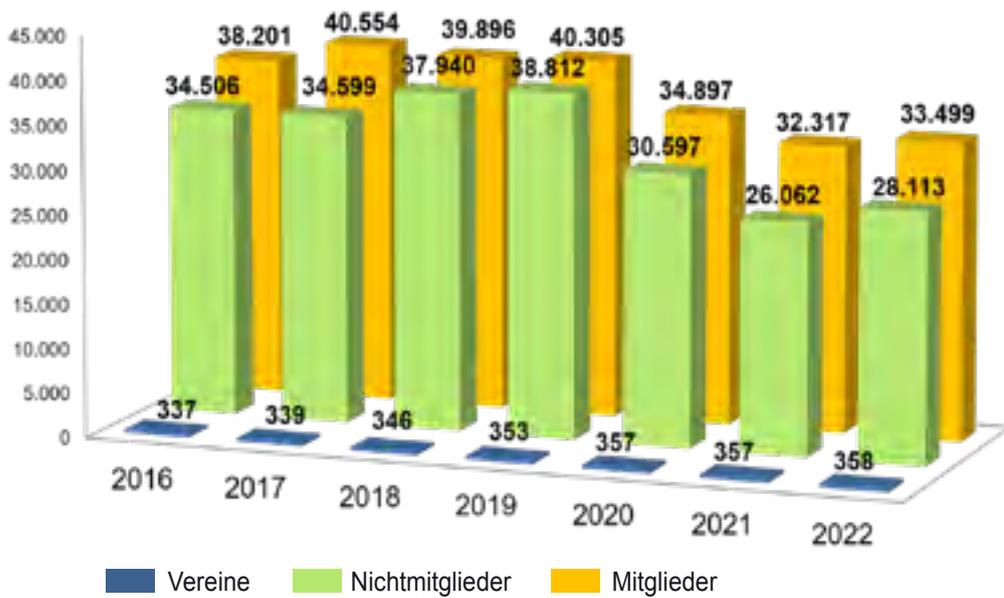
chen stehen, ist eine Einsicht in das erweiterte Führungszeugnis notwendig und wird dokumentiert. Der SBV erarbeitet ein eigenes Jugendschutzkonzept und hat den Jugendschutz 2022 als Satzungsbestandteil aufgenommen.

Finanzen

Im Jahr 2022 erhielt der SBV Bewilligungsbescheide des Landessportbundes Sachsen (LSB) zur Förderung der Verbands- und Talententwicklung. Die Förderung betrug 180.300 Euro. Hinzu kommen 12.064,66 Euro an sonstigen Zuwendungen. Weiterhin gingen Eigenmittel in Höhe von 609.268,89 Euro in den Haushalt ein.

Ausgegeben wurden insgesamt 698.642,34 Euro, davon wurden 402.688,22 Euro im Projekt Verbandsentwicklung und 76.695,79 Euro im Projekt Talententwicklung eingesetzt. 141.396,57 Euro wurden für andere Projekte ausgegeben, darunter das Inklusionsprojekt und das

Mitgliederzahlen 2016 bis 2022



Mitgliederentwicklung im SBV 2016 bis 2022

Projekt Prävention in Pflegeeinrichtungen. 77.861,76 Euro wurden im nicht förderfähigen Bereich ausgegeben.

Durch die Revisor*innen des SBV wurde der Haushalt 2022 des SBV am 16. Dezember 2022 und am 3. März 2023 geprüft und eine Entlastung empfohlen.

Rehabilitationssport

Das dritte Corona-Pandemiejahr begann mit Schließung von Sportstätten und Verboten der Durchführung. Außerdem berichteten viele Vereine von wachsenden Problemen ausgebildete Übungsleiter*innen für die Rehabilitationssportgruppen zu finden.

Erst seit September 2022 konnte wieder von einer zurückkehrenden Normalität im Rehabilitationssport gesprochen werden. Verunsicherungen hinsichtlich künftigen Betriebs-/Mietkosten belasteten die Vereine und das Absenken von Wassertemperaturen in öffentlichen Bädern war dem Rehabilitationssport und den

bedürftigen Teilnehmer*innen nicht dienlich.

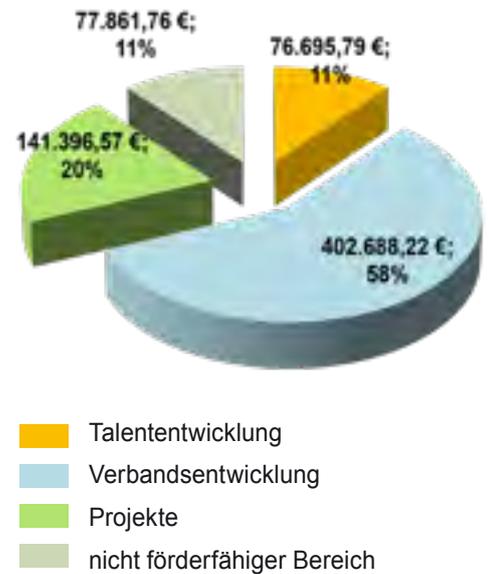
Mit Stichtag 31. Dezember 2022 waren 6.940 Sportgruppen (minus von 7,8 %) in den 301 zugelassenen Vereinen gelistet sind. Die Zahl der Gesamteilnehmenden am Rehabilitationssport lag zum genannten Stichtag bei 61.612. Dies ergibt sich aus der Summe von 33.499 Vereinsmitgliedern und 28.113 Nichtmitgliedern. Gegenüber dem Vorjahr ist das ein erfreuliches Plus von 3,6 % bei den Vereinsmitgliedern und von 7,9 % bei den Nichtmitgliedern.

Mitten in dieser schwierigen Situation berichteten die Vereine von ungewöhnlich vielen Ablehnungen von Rehabilitationssportverordnungen.

Gemeinsam mit dem Thüringer Behindertensportverband hat der SBV interveniert und in einem Positionspapier Regeln für die Verordnung von Rehabilitationssport präzisiert.

Der SBV hat zum Jahresende die Vergütung für 2023 mit den Primärkassen neu verhandelt. Besonderen

Ausgaben 2022



Ausgaben des SBV 2022

Schwerpunkt hat der SBV auf den allgemeinen Rehabilitationssport gelegt, der insgesamt 73,9 % unserer Vereinsangebote ausmacht. Mit einer Steigerung von 7 % auf 6,40 Euro ist der SBV insgesamt zufrieden. Schwierig bleibt die finanzielle Sicherstellung der Rehabilitationssportangebote im Wasser. Der SBV hat verdeutlicht, dass es immer weniger Angebote geben wird, weil kein Verein in der Lage ist, diese Angebote dauerhaft zu subventionieren.

Behindertensport

Im SBV sind 18 paralympische und 11 nicht-paralympische Sportarten vertreten.

Sieben Fachwarte waren in den Sportarten aktiv. Der Sportausschuss des SBV traf sich turnusmäßig im November des Jahres 2022. 12 Honorartrainer*innen waren für den Verband 2022 aktiv.

Für den Zeitraum 2021 bis 2024 hat der SBV vier Landesstützpunkte und vier Talentstützpunkte ge-

führt. Im Jahr 2022 hat der SBV 39 Athlet*innen in acht Sportarten in den Landeskader sowie ein*e Athlet*in in den Grundlagenkader aufgenommen. Im Bundeskader standen insgesamt 16 Athlet*innen aus sieben Sportarten.

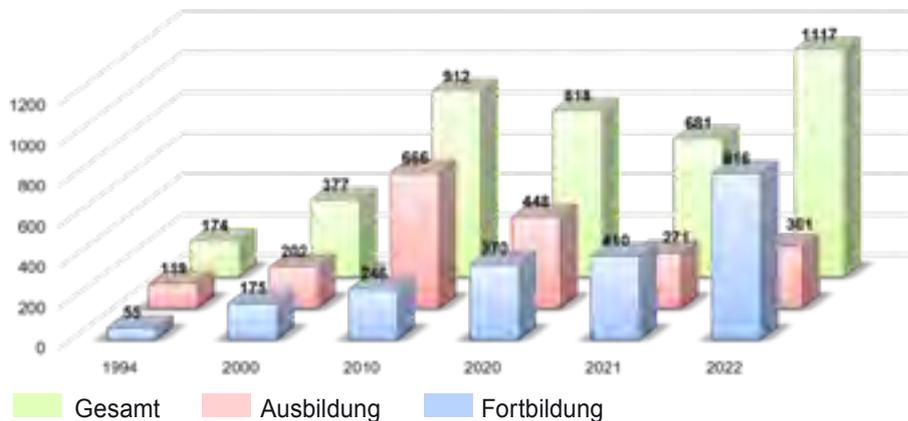
Der SBV blickt im Jugendbereich auf ein erfolgreiches Jahr 2022 zurück. Die zwei Bronzemedailien beim Jugend-Länder-Cup und der DJM im Rollstuhlbasketball kann als bestmöglicher Erfolg gewertet werden. Bei den Bundesfinals von „Jugend trainiert für Paralympics“ (JTFP) triumphierten die Schule „An der Nassau“ Meißen im Fußball ID und Wladimir-Filatow-Schule Leipzig im Goalball. Die Albert-Schweizer-Schule Leipzig belegte im Para Schwimmen Platz fünf; die Dr. Friedrich-Wolf-Schule aus Hoyerswerda erreicht in der Para Leichtathletik Platz sechs und im Para Tischtennis Platz acht.

Im regionalen und bundesweiten Ligenbetrieb waren acht sächsische Mannschaften in den vier paralympischen Sportarten aktiv. Bei den Sportarten der Nationalen Spiele gewannen sächsische Athlet*innen im Kegeln sieben Deutsche Meistertitel.

Sächsische Athlet*innen nahmen an sieben internationalen Meisterschaften (EM/WM) teil. Dabei gewannen die Athleten*innen insgesamt jeweils eine Medaille (Gold, Silber, Bronze) und fünf Top-Ten-Platzierungen. An den paralympischen Winterspielen in Peking nahmen keine sächsischen Athlet*innen teil.

Auf Landesebene veranstaltete der SBV vier Landesmeisterschaften. Im Para Schwimmen fand das SBV-Sommertrainingslager statt. Im Rollstuhlbasketball wurden vier SBV-

Teilnehmerzahlen getrennt nach Aus- und Fortbildung sowie Gesamt



Teilnehmerzahlen an den Aus- und Fortbildungen des SBV

Trainingstage und ein Trainingslager (eine Übernachtung) durchgeführt, im Para Tischtennis fanden fünf Trainingstage statt.

Aus- und Fortbildung

Bis in den März hinein konnten Lehrgänge nur online durchgeführt werden. 2022 nutzten 1117 Teilnehmer*innen die Angebote zur Aus- und Fortbildung. Von insgesamt 22 geplanten Ausbildungslehrgängen fanden 20 statt.

Im Fortbildungssektor konnten von ursprünglich 57 anberaumten Veranstaltungen 51 durchgeführt werden, was einem Umfang von insgesamt 59 Unterrichtstagen (UT) entsprach. Auf ein Online-Format wurden acht Fortbildungen umgestellt. Im Bereich der Aus- und Fortbildung bot der SBV zum ersten Mal seit einigen Jahren Fortbildungen im Para Sport an. Dem Wunsch nach dezentralen Angeboten außerhalb Leipzigs wurde weiterhin durch Lehrgänge in Chemnitz, Zwickau, Dresden, Bad Elster und Rothenburg (OL) entsprochen.

Auf der Grundlage des Kooperationsvertrages konnte die bestehende Zusammenarbeit mit dem Behinderten- und Rehabilitations-

Sportverband Sachsen-Anhalt e. V. (BSSA) erfolgreich fortgesetzt und der Thüringische Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband e. V. (TBRSV) als zusätzlicher Partner gewonnen werden. Des Weiteren wurden Kooperationen mit dem Landesverband Sachsen für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen e. V. (LVS/PR) und dem Landessportbund Sachsen e. V. (LSB Sachsen) im Bereich des Lizenzwesens neu definiert.

Mit Blick auf das Lizenzwesen muss der SBV einen Rückgang um 310 gültige Lizenzen per 31. Dezember 2022 registrieren. Zum Stichtag waren insgesamt 2.779 Lizenzen gültig. Es gab 159 Erstaussstellungen und 629 Lizenzverlängerungen.

Nach aktualisierter Prüfung der Studieninhalte erhielt die Technische Universität Chemnitz die urkundliche Bestätigung, dass die einzelnen Abschlüsse im Ausbildungssystem des DBS weiterhin anerkannt werden.

Das Gremium des Lehrausschusses fand sich planmäßig im Juli und Dezember zur Auswertung und weiteren Planung von Bildungsmaßnahmen und deren Inhalte zusammen.

SBV

Nachhaltigkeit beim Rehabilitationssport

Ein Ziel des Rehabilitationssport ist es „.... **die eigene Verantwortlichkeit des Menschen mit Behinderungen oder von Behinderung bedrohten Menschen für seine Gesundheit zu stärken sowie ihn zu motivieren und in die Lage zu versetzen, langfristig selbstständig und eigenverantwortlich Bewegungstraining durchzuführen, z.B. durch weiteres Sporttreiben in der bisherigen Gruppe bzw. im Verein auf eigene Kosten**“ (Rahmenvereinbarung Rehabilitationssport vom 1. Januar 2023 Ziffer 2.2.). So sollen die örtlichen Sportgruppen den Versicherten der Ersatzkassen entsprechende Sport-/Bewegungsangebote anbieten (Vereinbarung Rehasport vdek/DBS/DOSB, § 2(3) und adäquat gilt dies auch für die Primärkassen.

Aus dieser gesetzlichen Regelung wird deutlich, warum die Zulassung als Leistungserbringer an die Trägerschaft durch einen Sportverein gekoppelt wurde. Denn im Sportverein sind die Chancen für die eigenverantwortliche Teilnahme am regelmäßigen Sporttreiben gegeben. Deshalb wird bei der Zulassung als Leistungserbringer Rehabilitationssport durch den SBV auch geprüft, ob und wie diese Fortsetzung des Sporttreibens nach Ablauf einer Verordnung möglich ist. Auch bei unseren Audits zur Qualitätssicherung wird die Frage der Fortsetzung nach einer abgelaufenen Verordnung aufgeworfen.

Für die Sportvereine sind neue Teilnehmer am Rehabilitationssport ein

großer Fundus für die Gewinnung neuer Vereinsmitglieder, entweder gleich oder zumindest nach Ablauf der Verordnung. Vorliegende Studien haben belegt, dass mehr als 50 % der am Rehabilitationssport erstmals Teilnehmenden nach Ablauf der Verordnung im Verein verbleiben und viele Vereine ihr Mitgliederwachstum über den Rehabilitationssport erzielt haben. Besonders während der Corona-Pandemie waren die Vereinsmitglieder die Rettung für viele Vereine, da sie ihre Beiträge vollständig oder teilweise weiter entrichtet haben.

Wie können die Rehabilitationssportvereine die Nachhaltigkeit organisieren und umsetzen? Die optimalste Variante sind sogenannte Mischgruppen, wo Sporttreibende mit und ohne Verordnung gemeinsam aktiv sind. Während des Verordnungszeitraums entsteht eine Bindung zur Gruppe, zum Trainer und das Training findet seinen Platz im wöchentlichen Kalender. In der Beitragsordnung der Vereine muss lediglich geregelt sein, wie hoch der Mitgliedsbeitrag in der Rehabilitationssportgruppe ohne Verordnung ist. Eine Orientierung ist der 3fache Vergütungssatz für den allgemeinen Rehabilitationssport (aktuell zwischen 5,99 und 6,40 Euro) als Monatsbeitrag.

Eine weitere Variante ist der Wechsel nach Ablauf der Verordnung in eine Gesundheitssportgruppe oder in andere Angebote des Vereins. Damit werden Plätze für neue Rehabilitationssportler frei, aber jeder

Wechsel eines Teilnehmenden kann auch mit höherer Fluktuation verbunden sein.

Einige Fitnesscenter, die eine Zulassung für den Rehabilitationssport über einen eigens dafür gegründeten Verein erhalten haben, bieten nach Ablauf der Verordnung ein Training im Fitnessstudio an, zum Teil mit vergünstigten Konditionen. Auch das wird vom SBV als Möglichkeit zur Gewährleistung der Nachhaltigkeit gesehen.

Nicht zulässig im Sinne der Rahmenvereinbarung wäre es lediglich, als Sportverein nur Rehabilitationssport anzubieten und danach die Versicherten wegzuschicken. Hier könnten auch die Finanzämter zu einer anderen Sichtweise der Einnahmen aus dem Rehabilitationssport kommen.

Aktuell gibt es nur eine Baustelle, derer sich der SBV bewusst ist. Gemeint sind die Rehabilitationssportangebote im Wasser. In einigen Regionen ist die verfügbare Wasserfläche nicht ausreichend, um die Nachfrage annähernd zu befriedigen. Außerdem sind die Miet-/ Betreiberkosten für die Vereine deutlich gestiegen, so dass eine Umlage auf die Versicherten viele finanziell überfordern würde. Hier müssen die Vereine selbst abwägen, ob sie mehr mit Verordnungen arbeiten oder selbstzahlenden Mitgliedern einen Platz anbieten.

SBV

Para-Eishockey-WM und Rollstuhlrugby-EM



Foto: Florian Schwarzbach / DBS

Die deutsche Para-Eishockey-Nationalmannschaft hat bei der A-WM in Kanada den 8. Platz belegt. Damit steigt der Aufsteiger, der mit den sächsischen Spielern Lars Uhlemann, Robert Pabst, Bernhard Hering (alle Dresden Eislöwen) an den Start gegangen war, wieder in den B-Pool ab. Deutschland startete in Gruppe B mit einem 5:3-Sieg gegen Norwegen. Im zweiten Spiel reichten 25:11 Torschüsse nicht zum Sieg gegen Italien. Das Spiel ging mit 0:1 nach Penaltyschießen verloren. Im letzten Vorrundenspiel verlor Deutschland gegen China 0:7. „Wir haben nahezu drei perfekte Spiele gemacht. [...] Leider haben wir gegen Italien wichtige Punkte liegen gelassen, wo deutlich mehr drin war“, so Bundestrainer Alexander Pokorny. Da die Gruppen nach dem World Ranking eingeteilt wurden und Deutschland in der sportlich schwächeren Gruppe den vorletzten Platz belegte, stand Deutschland als Absteiger fest. Im bedeutungslosen

Spiel um Platz 7 verlor Deutschland 1:6 gegen Norwegen. [HIER](#)

Nur zwei Punkte fehlten Josco Wilke (LBRS) und der Deutschen Rollstuhlrugby-Nationalmannschaft für den Gewinn der Bronzemedaille als auch die Qualifikation zu den paralympischen Spielen 2024 in Paris. Bei der Europameisterschaft in Cardiff (Wales) verlor Deutschland das Spiel um Platz 3 mit 51:53. „Das war das spannendste Duell der EM und wohl die beste Leistung, die eine deutsche Mannschaft je bei einem Turnier gezeigt hat“, sagte Cheftrainer Christoph Werner nach dem Spiel. Josco Wilke (2.0 Punkte) wurde erneut als bester Spieler seiner Klasse ausgezeichnet. Eine letzte Chance auf das Paralympics-Ticket bietet sich dem deutschen Team beim letzten Qualifikationsturnier, das zwischen Januar und April 2024 an einem noch nicht festgelegten Ort ausgetragen werden soll.

[Mehr Infos HIER](#)

SBV

Kurz notiert

Para Triathlon:

Schulz und Gelhaar holen Gold und Bronze



Foto: Verbio AG

Martin Schulz (SC DHfK Leipzig) ist zum elften Mal Europameister geworden. Bei der EM in Madrid wurde der Wettkampf aufgrund der schlechten Wasserqualität allerdings als Duathlon ausgetragen. Max Gelhaar (LBRS) holte sich in seiner Startklasse die Bronzemedaille.

Para Kegeln:

Sachsenmeisterschaften

Insgesamt 68 Athlet*innen aus 21 Vereinen haben an den Sachsenmeisterschaften im Para Kegeln Classic 2023 teilgenommen. Die Ergebnisse für die Athlet*innen mit einer Körperbehinderung beziehungsweise mit einer Sehbehinderung können auf der Homepage des SBV nachgelesen werden.

[HIER](#)

Rollstuhlbasketball:

Zwei Aufstiege

Der RB Zwickau steigt im Rollstuhlbasketball trotz der Niederlage im Halbfinale der Playoffs nach drei Jahren 2. Bundesliga zur Saison 2023/24 in das Oberhaus auf ([HIER](#)). Die Rising Tigers aus Leipzig feierten die Meisterschaft in der Oberliga Ost und klettern in die Regionalliga auf. [HIER](#)

Para Eishockey:

Eislöwen Vize-Meister

Die Eislöwen Dresden haben die Saison 2022/23 in der deutschen Para Eishockey-Liga (DPEL) als Vize-Meister abgeschlossen. Der Vorjahressieger musste den Ice Lions Hannover den Vortritt lassen. [HIER](#)

Judo:**Scheppan holt Silber**

Anne Scheppan (JC Antonsthal-Schwarzenberg) hat bei der IDEM im Judo-ID die Silbermedaille gewonnen. Scheppan startete in Neubrandenburg zum ersten Mal in der höchsten Wettkampfklasse WK1 (bis 48 Kilogramm).

Schwimmen:**IDM-Medaillen**

Die einzigen beiden Starter*innen bei der IDM im Para Schwimmen waren wie im Vorjahr das Leipziger Geschwisterpaar Hannah und Philipp Gollnisch (LBRS). Beide zeigte ihre besten Leistungen über 200-Meter-Brust. [HIER](#)

Para Tischtennis:**Zwei sächsische DM-Medaillen**

Steffen Schreiter (TSV Elektronik Gornsdorf) und Patrick Latiszew (SSV Zschopau) haben bei den Deutschen Meisterschaften im Para Tischtennis in Sindelfingen im Doppel der Wettkampfklasse (WK) 10 die Silbermedaille gewonnen. Die einzige Niederlage gab es gegen die Turniersieger Jannik Schneider und Michael Roll mit 1:3-Sätzen. Dominic Scheffler (Gornsdorf) feierte mit Sebastian Klask (Sachsen-Anhalt) im Doppel der WK8 die Bronzemedaille. Insgesamt waren zehn Athlet*innen aus acht sächsischen Vereinen vor Ort.

[Zu den Ergebnissen: HIER](#)

[Bericht des Ausrichters: HIER](#)

Jugend trainiert für Paralympics:**Diesmal keine sächsische Medaille**

Beim Frühjahrs-Bundesfinale von Jugend trainiert 2023 in Berlin sind die sächsischen Teilnehmer*innen dieses Mal ohne Medaille nach Hause gekommen. Die Wladimir Filatow Schule Leipzig, in den letzten Jahren ein Medaillengarant im Goalball, belegte den fünften Platz. Der Titel ging an die Marie-&-Hermann-Schmidt-Schule aus Königs Wusterhausen.

Im Para Tischtennis belegte die Dr.-Friedrich-Wolf-Schule aus Hoyerswerda den neunten Platz. Hier siegte die Bauhausschule aus Cottbus. Im Rollstuhlbasketball nahm keine Schulmannschaft aus Sachsen teil.

[Weitere Informationen zum Schulturnier auf Bundesebene HIER](#) und in Sachsen [HIER](#).

Sitzvolleyball: Alle Augen auf Sachsen gerichtet



Die LBRS-Frauen (links im Bild) wurden deutsche Vizemeister. Foto: SBV

In den Monaten April und Mai blickte die Sitzvolleyballgemeinschaft gleich zweimal nach Sachsen. Der Dresdner SC richtete den Champions Cup, die „Champions League“ des Sitzvolleyballs, aus. Als amtierender Deutscher Meister belegten die Elbestädter den dritten Rang. „Wir haben unser Ziel, eine Medaille zu gewinnen, erreicht“, freute sich der fünffache paralympische Teilnehmer Alexander Schiffler vom DSC. Innerhalb von nur sechs Wochen stellte der Verein die Veranstaltung auf die Beine. Vor allem in der Bekanntheit im Raum Dresden, aber auch beim Aufbau von Netzwerken sieht Schiffler erste positive Effekte aufgrund der Veranstaltung. Der Titel ging an OKI Fantomi Sarajevo aus Bosnien-Herzegowina. Insgesamt nahmen neun nationale Meister teil.

Im Mai erlebten die Deutsche Meisterschaften in Leipzig gleich zwei Premieren. Zum ersten Mal rich-

tete mit dem SV Lok Engelsdorf ein Volleyballverein in Federführung eine deutsche Sitzvolleyball-Meisterschaft in Kooperation mit dem Leipziger Behinderten- und Rehasportverein (LBRS) aus. Der TSV Bayer Leverkusen trug sich als ersten Sieger bei einer Damen DM in die Geschichtsbücher ein. Die TSV-Spielerinnen setzten sich mit 2:1 (22:25, 31:29, 15:13) gegen den LBRS durch. Auch bei den Herren triumphierte Leverkusen. Der Dresdner SC belegte den zweiten Rang. Die erste Mannschaft vom LBRS kam auf Rang vier. „Eine solche Meisterschaft und das, was der Veranstalter an den beiden Tagen auf die Beine gestellt hat, gab es bisher im Sitzvolleyball noch nicht. Die Organisation hat neue Maßstäbe für unsere Sportart gesetzt. Das Drumherum war der Grundstock für ein tolles Turnier“, schwärmte Damen-Bundestrainer Christoph Herzog, der als Coach auch den LBRS betreute. **SBV**

7. Bericht zur Lage der Menschen mit Behinderung im Freistaat Sachsen



Foto: SBV

Empfehlungen zur Förderung von parasportlichen Angeboten und Inklusion im sächsischen Sport

Im April wurde der 7. Bericht zur Lage der Menschen mit Behinderung im Freistaat Sachsen veröffentlicht. Einmal in der Legislaturperiode erstellt das Sozialministerium diesen Bericht, der als Bestandsaufnahme der Lebenslagen der Menschen mit Behinderungen im Freistaat Sachsen dient und einen Überblick über die aktuellen Situationen in verschiedenen Handlungsfeldern bietet. Zusätzlich zum aktuellen Stand der Inklusion von Menschen mit Behinderungen liefert der Bericht eine Evaluierung und Fortschreibung des Aktionsplans der Sächsischen Staatsregierung zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention.

Diese Fortschreibung des Aktionsplans von 2017 ist Ergebnis eines

umfangreichen partizipativen Prozesses. Beteiligt waren alle Ressorts, der Landesinklusionsbeauftragte, Verbände, Zivilgesellschaft sowie Vertreterinnen und Vertreter der Menschen mit Behinderungen. Bürgerinnen und Bürger konnten ihre Anregungen darüber hinaus über das Beteiligungsportal des Freistaates Sachsen einfließen lassen. Der fortgeschriebene Aktionsplan 2023 umfasst 131 Maßnahmen.

Sportliche Aktivitäten und Teilhabe

Im sportlichen Bereich bestehen laut dem Bericht Teilhabedefizite: Während 32 % der Menschen ohne Beeinträchtigung nie sportlich aktiv sind fällt der Anteil mit 55 % unter Menschen mit Beeinträchtigung deutlich höher aus. Die Gründe sind vielschichtig und liegen unter anderem daran, dass Sportstätten nicht barrierefrei zugänglich und nutzbar sind

und es an Übungsleiter*innen mit der Qualifikation zur Betreuung von Sportler*innen mit Beeinträchtigung fehlt. Bauliche, kommunikative und mentale Barrieren sind die Folge.

Die im Handlungsfeld Sport aufgeführten Maßnahmen haben das Ziel, Vereine mit parasportlichen Angeboten sowie Parasportveranstaltungen zu fördern und insbesondere Formen gelebter Inklusion im Sport zu stärken. Dabei empfiehlt der Bericht dauerhafte Förderungen anstelle der üblichen Projektförderungen. Es brauche institutionalisierte Strukturen und Austauschformate. Ein großer Schwerpunkt liegt auf der Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Akteuren, darunter Sportverbände, Menschen mit Behinderung und Staatsregierung. Auch eine Inklusionsstelle im Rahmen einer Regelförderung wird durch den Bericht befürwortet, um im sächsischen Sport ein klares Bekenntnis zu mehr Inklusion und Teilhabe zu schaffen. Zusätzlich werden konkrete Maßnahmen zur Qualifizierung und Sensibilisierung von Übungsleitenden, Schiedsrichterinnen und Vereinsmanagerinnen empfohlen.

Der Bericht beschreibt, wo wir mit Blick auf die gleichberechtigte und selbstbestimmte Teilhabe von Menschen mit Behinderung in Sachsen stehen und benennt Handlungsbedarf. Die aufgeführten Empfehlungen für den sächsischen Sport verdeutlichen, dass institutionalisierte Strukturen zur nachhaltigen Förderung der Inklusion im Sport eine wichtige Rolle spielen. **SBV**

In Zukunft förderfähig: Notwendige Assistenzleistungen für eine regelmäßige ehrenamtliche Tätigkeit

Mit der Novellierung der Förderrichtlinie Selbstbestimmte Teilhabe zum 1. Januar 2023 wurde der neue Fördergegenstand „Notwendige Assistenzleistungen für eine regelmäßige ehrenamtliche Tätigkeit“ aufgenommen. Ziel ist die Unterstützung von Vereinen, die sich der Teilhabe von Menschen mit Behinderung öffnen.

Zum 1. Januar 2023 ist die überarbeitete Richtlinie zur Förderung der selbstbestimmten Teilhabe (RL selbstbestimmte Teilhabe) in Kraft getreten. In der Richtlinie wurden die bisherigen Fördergegenstände erweitert. Vereine können sich nun die Kosten für notwendige Assistenzleistungen ehrenamtlich tätiger Menschen mit Behinderungen über die FRL selbstbestimmte Teilhabe fördern lassen. Assistenzleistungen sind Leistungen, die dem Menschen

mit Behinderungen die ehrenamtliche Tätigkeit ermöglichen. Notwendige Assistenzleistungen umfassen zum Beispiel die Anschaffung von Braille-Unterlagen, die Bereitstellung von Kommunikationshilfsmitteln, Informationen in Leichter Sprache, notwendige Fahrtkosten oder Aufwandsentschädigungen.

Die Höhe der Zuwendung beträgt bis zu 95 Prozent der zuwendungsfähigen Ausgaben für das sich regelmäßig ehrenamtlich engagieren-

de Vereinsmitglied mit Behinderung, jedoch maximal 1.000 Euro pro Haushaltsjahr. Eine Zuwendung an den eingetragenen Verein wird allerdings nur gewährt, wenn dessen Vereinsmitglieder nicht überwiegend Menschen mit Behinderungen sind. Inklusives ehrenamtliches Engagement in Vereinen, in denen sich Menschen mit und ohne Behinderungen engagieren, soll so künftig stärker gefördert werden.

Anträge auf Gewährung einer Zuwendung sind schriftlich bis zum 31. Oktober des Vorjahres für das Folgejahr bei der Bewilligungsbehörde (Landesdirektion Sachsen) einzureichen. **SBV**

Vielfalt im Sport: Fortbildungen im Thema Inklusion

Der SBV bietet in der zweiten Jahreshälfte drei spannende Fortbildungen im Themenbereich Inklusion an. Alle Fortbildungen sind für die Lizenzverlängerung als DOSB Übungsleiter/-in B Sport in der Rehabilitation „Orthopädie“ anerkannt.

Inklusion erfahren und erleben

Aus der Praxis für die Praxis: Das ist das Motto dieser Fortbildung. Durch Ausprobieren und Erleben inklusiver Spiel- und Übungsformen erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in die inklusive Sportpraxis als Übungsleiter*in. Außerdem werden Informationen zum Nutzen von Gruppendynamik und zum Umgang mit heterogenen Gruppen vermittelt.

Termin: 26. August
(Meldeschluss: 28. Juli), 8 LE
Ort: Zwickau
Gebühren: 35 Euro

Wie öffne ich meinen Verein für Menschen mit Behinderung

Das Web-Seminar richtet sich vor allem an Vereinsmanager*innen, aber auch interessierte Übungsleiter*innen sind willkommen. Die Fortbildung sensibilisiert die Teilnehmenden für Menschen mit Behinderung und vermittelt ihnen Grundlagen um in ihrem Verein den Aufbau von inklusiven Sportgruppen zu unterstützen. Die Teilnehmenden erfahren unter anderem wie sie ihre inklusiven Angebote kommunizieren und den Zugang zu diesen erleichtern können.

Termin: 22. und 26. September 2023
ca. 17.30 bis 20.30 Uhr
(Meldeschluss: 25. August), 8 LE
Ort: online
Gebühren: 35 Euro

Yoga inklusiv und barrierefrei gestalten

Yoga können Menschen mit und ohne Behinderung hervorragend gemeinsam praktizieren. In dieser Fortbildung lernen die Übungsleiter*innen wie sie klassische Yogaübungen an die Bedürfnisse ihrer Teilnehmenden anpassen können. Neben den Körperübungen werden Atem-, Meditations- und Entspannungstechniken vermittelt und selbst ausprobiert und praktiziert.

Termin: 28. Oktober 2023
(Meldeschluss: 29. September), 8 LE
Ort: Leipzig
Gebühren: 35 Euro

Sportler*innen des Jahres 2022 gekürt

Sachsens Sport feiert in Chemnitz – Landessportbund Sachsen (sport-fuer-sachsen.de)

In Chemnitz wurden auf der Sächsischen Sportgala des Landessportbundes Sachsen der Nordische Kombinierer Eric Frenzel, Biathletin Denise Herrmann-Wick sowie das Bobteam Friedrich zu Sachsens Sportlern des Jahres gekürt.

Bei der jährlichen Umfrage waren mit Max Gelhaar und Martin Schulz (Para Triathlon) sowie mit der Sitzvolleyballmannschaft des Dresdner SC und den Goalballern vom Chemnitzer BC gleich mehrere Paraathleten nominiert. Leider hat es am Ende nicht für die ersten drei Plätze gereicht.

Die landesweite Umfrage nach Sachsens Sportler, Sportlerin und Mannschaft des Jahres wurde inzwischen zum 29. Mal durchgeführt, rund 6.500 Sportfans hatten dafür online ihre Stimme abgegeben. In das Gesamtergebnis ging wie gewohnt auch das Votum der sächsischen Sportjournalistinnen und -journalisten ein, sowie das des LSB-Landesausschusses für Leistungssport.

LSB-Präsident Ulrich Franzen eröffnete die Veranstaltung im Kraftverkehr Chemnitz. Er würdigte die Um-

fragesieger als Aushängeschilder für den sächsischen Sport: „Die Geehrten des heutigen Abends haben sowohl das breite Sportpublikum als auch unsere Experten überzeugt: Mit herausragenden Leistungen haben sie im vergangenen Jahr von sich reden gemacht und das Sportland Sachsen über die Grenzen des Freistaats hinaus sehr erfolgreich in ihren Disziplinen vertreten. Mit Fleiß, Zielstrebigkeit und Engagement sind sie Vorbilder für den Sportnachwuchs und Identifikationsfiguren für viele Menschen in Sachsen.“ *SBV*

Martin Schulz als Leipzigs Sportler des Jahres 2022 geehrt

Andrea Herzog und Martin Schulz sind Leipzigs Sportler des Jahres 2022. Bei den Mannschaften holten sich die Fußballer von RB Leipzig den Titel. Das Ergebnis verkündete der Stadtsportbund Leipzig vor 80 geladenen Gästen beim Empfang am 30.03.2023. Vor der Auszeichnung im Mediocampus Villa Ida wurden knapp 18.500 Stimmen ausgezählt.

Für die traditionelle Beliebtheitsumfrage des Stadtsportbundes Leipzig e. V., Dachverband von 394 Leipziger Sportvereinen mit knapp 100.000 Mitgliedern, nominierte das Präsidium in den drei Kategorien Sportlerin, Sportler und Mannschaften die Erfolgreichsten des Sportjahres 2022. Im Januar und Februar konnten die Sportinteressierten per Stimmkarte oder per online-Abstimmung ihre Favoriten wählen, knapp 18.500 Stimmabgaben wurden verzeichnet.

Bei den Herren wiederholte Para Triathlet Martin Schulz als Vizeweltmeister seinen Vorjahressieg mit 1.388 Stimmen und deutlichem Vorsprung auf den Zweitplatzierten Franz Anton. Dieser kam auf 932 Stimmen. Auf Rang 3 sammelte Judoka Lennart Slamberger 776 Stimmen ein. Die Weltmeisterin im Kanu-Slalom Andrea Herzog setzte sich wiederum als Sportlerin des Jahres 2022 mit 1.906



Umfragesieger Martin Schulz im Gespräch mit Sportmoderatorin Eike Papsdorf. Foto: Stadtsportbund Leipzig / Christian Modla

Stimmen souverän gegen ihre Konkurrentinnen durch. Auf Platz 2 kam die Geherin Saskia Feige mit 1.004 Stimmen ein. Finschwimmerin Elena Poschart belegte den 3. Platz mit 887 Stimmen.

Die beliebteste Leipziger Mannschaft mit 1.520 Stimmen waren diesmal die Fußballer von RasenBallSport Leipzig, der Rugby Club Leipzig erreichte mit 1.196 Stimmen Platz 2. Die KSW IceFighters schafften es mit 1.048 Stimmen ebenfalls aufs Podium. *SBV/SSBL*

„Rehasport ist für mich eine Möglichkeit zu lernen“

(Gabriel, 26, Übungsleiter)

Den Menschen helfen, ihre Gesundheit zu fördern, ihnen individuelle Bewegungsangebote schaffen, Ansprechpartner und wenn nötig auch mal Seelenröster sein – das beschreibt in Kurzfassung, was Gabriel Zilles zu seinem Aufgabengebiet als zertifizierter Übungsleiter im Rehasport zählt. Seit Oktober 2021 ist der 26-Jährige im Leipziger Behinderten- und Rehasportverein beschäftigt. Wie facettenreich die Arbeit ist und vor allem, welche hohen Anforderungen an Übungsleiter*innen wie ihn gestellt werden, erlebt der studierte Sportwissenschaftler jeden Tag.

Weitere Infos zum Rehabilitationssport und der Kampagne „Rehasport ist für mich...“ [finden Sie hier.](#)

Zilles leitet Kurse für Betroffene mit orthopädischen und neurologischen Erkrankungen sowie Lungen- und Herzsport. Einmal wöchentlich betreut er zudem Menschen mit psychischen Erkrankungen. „Die Intensität und das Bewegungsangebot sind je nach Gruppe ganz unterschiedlich“, erklärt er. „Ich bekomme dadurch ein breites Spektrum des Rehasports zu sehen und kann mich entsprechend meiner Kenntnisse einbringen. Das bereitet mir viel Freude.“

Sich auf jeden Einzelnen individuell einzulassen und ein spezielles Bewegungsangebot zu erstellen, ist genau die Herausforderung, die seine Arbeit für ihn so wertvoll macht und zugleich wichtig werden lässt. Als Rehasport-Übungsleiter nimmt er dabei eine zentrale Rolle ein und

verhilft Menschen mithilfe von Sport zu mehr Mobilität, Ausdauer und Kraft. Zudem werden durch ein gezieltes Bewegungsangebot Koordination und Flexibilität wie auch das Selbstbewusstsein gestärkt. Dabei sei es wichtig, die Teilnehmenden entsprechend ihrer Konstitution und ihrem Gesundheitszustand abzuholen. „Man merkt im Kurs, wer aktiv ist. Und es zeichnet eine gute Übungsleitung aus, dass sie erkennt, was sie mit wem machen kann. Ein Herzpatient ist anders aufgestellt als ein Mensch mit psychischen oder orthopädischen Problemen.

Im täglichen Austausch mit den Teilnehmenden könne er viel lernen – sei es im Umgang mit Erkrankungen, aber auch über die Menschen. „Soziale Teilhabe ist im Rehasport mindestens genauso wichtig“, betont Zilles. „Ich möchte den Menschen zu mehr Fitness und Wohlbefinden verhelfen, aber genauso bin ich für sie da, wenn sie jemanden zum Reden brauchen oder ihre Sorgen teilen wollen.“

Rehasport sei ein guter Anlass, aktiv zu bleiben, noch dazu für viele ein wichtiger regelmäßiger Termin. „Das ist ein Punkt, den ich gelernt habe. Die Leute kommen aus völlig unterschiedlichen Motivationen heraus. Nach Unfällen geht es ihnen vielfach um schnelle Genesung und Wieder-

herstellung der eigenen Mobilität. Aber es gibt eben auch Menschen, denen es weniger um Sport als um das wöchentliche Miteinander geht. Sie freuen sich über die Ablenkung und den Austausch mit Gleichgesinnten“, erklärt Zilles. „Die Schwankungen sind sehr groß. Aber ich spreche für den gesamten Verein, wenn ich sage, dass wir allen eine Anlaufstelle bieten und niemanden zurücklassen.“

„Ich bin total glücklich mit meiner Arbeit, wobei ich das eigentlich gar nicht wirklich als Arbeit bezeichnen kann“, entgegnet Zilles, der inzwischen ein zusätzliches Masterstudium begonnen hat. „Es erfüllt mich sehr, weil ich merke, wie wir Menschen auf unterschiedliche Weise helfen können. Ich habe wirklich tolle Kollegen. Ohne die gute Zusammenarbeit im Team könnten wir als Verein den Menschen nicht so helfen wie wir es tun. Das gibt mir ein gutes Gefühl.“

Stefanie Bücheler-Sandmeier / DBS



Gabriel Zilles. Foto: privat

**Rehasport
ist für mich...
eine Möglichkeit zu lernen.**

Gabriel, 26 Jahre, Übungsleiter Rehasport

Rückblick Fortbildung – Moderne Trainingssteuerung im Herzsport

Im Mai 2023 ging es für die Teilnehmer*innen der Fortbildung um die Gretchenfrage im Herzsport: Wie kann ich den Patienten gezielt und effektiv belasten, ohne ihn zu überlasten? Da Herzsportler eine besonders vulnerable Gruppe hinsichtlich der Belastungssteuerung darstellen, war es das Ziel vom Dozenten und Sportwissenschaftler Felix Kluge, sowohl bekannte Methoden aufzufrischen als auch die Frage zu beantworten, inwieweit moderne Methoden – Stichwort Digitalisierung – sinnvoll implementiert werden können.

Sowohl im Alltag als auch im Sport schreitet die Digitalisierung jedes Jahr rasant voran: Teilautonomes Fahren, ein smarter Kühlschrank oder bargeldloses Bezahlen per Handy-App sind nur einige von unzähligen Alltagsbeispielen. Sportlerinnen und Sportler führen ihre Trainingsdokumentation längst nicht mehr nur handgeschrieben durch, sondern benutzen sog. Wearables, Smartwatches oder Apps, welche den Trainingsfortschritt grafisch und tabellarisch dokumentieren und sogar den aktuellen „Fitnesszustand“ messen sowie konkrete Empfehlungen aussprechen können.

Dieser Trend hat auch im Rehabilitations- und Gesundheitssport unter dem Schlagwort „Digital Health“ Einzug gehalten. Im Herzsport ist das Hauptanliegen natürlich, die Belastung des kardiopulmonalen (und ggf. metabolischen Systems) so zügig, unkompliziert und exakt wie möglich einschätzen zu können.

Im ersten Teil der Fortbildung ging es um die sehr wichtige Frage der Selbsteinschätzung des Herzsportlers: Alltagsaktivitäten (Gartenarbeit, Spazieren, Einkauf etc.) werden von Patienten häufig subjektiv als schwer empfunden (Ich mach doch schon viel!). Dies liegt hauptsächlich an der reduzierten (kardialen) Leis-

tungsfähigkeit, schlussendlich wird die individuelle Leistungsschwelle frühzeitig erreicht. Den Herzsportlern soll vermittelt werden, dass Trainingssteuerung im Kern zielgerichtete, strukturelle körperliche Aktivität beinhaltet, welche von allgemeinen Übungen oder Alltagsbelastungen abzugrenzen ist. Erst mithilfe klar definierter Belastungsnormative lassen sich langfristig biopositive Anpassungen erzielen.

Wie diese Normative (z.B. Intensität, Umfang etc.) in die Gruppentherapie eingebracht werden können, wurde anhand aktueller kardiologischer Leitlinien aufgezeigt. Als Exkurs rückten auch das sog. High intensity interval

training (HIIT) sowie das Krafttraining in den Fokus, beide Methoden können und sollten -bei Beachtung der Medikation, Schwere und Art der Erkrankung- in den Herzsport integriert werden. Beim HIIT hat sich bspw. das 4x4 min Ergometer-Protokoll mit je 3 min Pause in Studien vor allem mit Herzinsuffizienzpatienten (NYHA I-II) bewährt. Des Weiteren ist auch eine Kräftigung im Maximalkraftbereich möglich (6-10 Wiederholungen für 2-3 Serien je Muskelgruppe), wobei hier sogar niedrigere Blutdruckwerte als bei 30 min mittelintensiven Ergometertraining erreicht werden können, natürlich unter Beachtung der Übungsauswahl und korrekten Atmung.

Normativ	Beschreibung
Intensität	Reizhöhe, oft Pmax oder 1RM (Arbeiten in Bereichen, z.B. HF, WDH)
Dauer	Wie lange wirkt Bewegungsreiz? Ab 30s > immer Ausdauerkomponente
Dichte	Zeitliche Aufeinanderfolge einzelner Belastungen (Belastung/Erholung)
Häufigkeit	Trainingseinheiten pro gewisser Zeit (z.B. pro Woche)
Umfang	Quantifizierung der Summe aller Einheiten (z.B. pro Woche)
Art der Übung	Große oder kleine Muskelgruppen? Statisch oder dynamisch?
Bewegungsqualität	Ökonomie, Bewegungserfahrung

Tabelle 1 – Normative (z.B. Intensität, Umfang etc.)

Stichwort Blutdruck – auch dieser stieg bei den Teilnehmer*innen im zweiten Teil der Fortbildung, hier konnten sie selbst aktiv werden und die vorher besprochenen Belastungsnormative (u.a. Herzfrequenz, Blutdruck, Ventilation, Borg-Skala) in einem an den Herzsport angepassten Kreistraining erfahren und gegenseitig messen.

Der dritte Teil beleuchtete ein Fallbeispiel aus der klinisch-kardiologischen Praxis, beginnend mit der Leistungsdiagnostik eines Herzpatienten der Sportmedizinischen Ambulanz der Universität Leipzig, dem Aufzeigen der ärztlichen Betreuung, dem fertigen Befundbericht für den Herzsport sowie relevante Daten daraus. Letztere wurden in eine einfache Excel-Tabelle eingespeist, welche den Teilnehmer*innen (per Mail) zur Verfügung gestellt wurde, um ohne großen Zeitaufwand ein kosten- und zeitgünstiges Monitoring zu gewährleisten. Einfach erhobene Belastungswerte wie die bereits angesprochenen (Herzfrequenz, Blutdruck, subjektives Empfinden beim Ausdauertraining oder ggf. Gewichts- und Leistungswerte beim gerätegestützten Selbstzahler-Krafttraining) werden während oder

nach dem Herzsport eingetragen, automatisch grafisch aufbereitet und sind jederzeit vom betreuenden Herzsportarzt einsehbar.

Der vierte und abschließende Teil rundete den Tag mit einem Ausblick in die Digitalisierung ab. Als sinnvolles Tool wurde bspw. das Tele-EKG besprochen, welches eine kontinuierliche Überwachung sowie das Einstellen von Trainingsprofilen erlaubt.

Wo Möglichkeiten sind, gibt es natürlich auch immer Grenzen. Vor allem beim Erstellen von sinnvollen

Trainingsinhalten (in Absprache mit dem Arzt) und der „einfachen“ Belastungssteuerung ist der kompetente Herzsportübungsleiter nicht ersetzbar.

Die moderne Technik erlaubt es jedoch, vor allem beim Aufzeichnen, Überwachen und Dokumentieren der Bewegungstherapie uns Übungsleitern ein Stück weit Arbeit abzunehmen sowie den Herzsport effizienter und sicherer zu gestalten – und gleichzeitig weiterhin mit vollem Herzen dabei zu sein.

Felix Kluge

Trainingsintensität	% VO2peak*	Faktor für Karvonenformel**
moderat	< 60	0.6 – 0.7
moderat-intensiv	60 – 84	0.7 – 0.8
intensiv	85 – 89	0.8 – 0.9
Hoch intensiv	≥ 90	> 0.9

1 VO2peak ermittelt in Spiroergometrie
 2 Karvonenformel: Trainingsherzfrequenz = (Maximale Herzfrequenz – Ruheherzfrequenz) * Faktor + Ruheherzfrequenz
 3 Bei Medikation mit β-Blockern: Faktor je Intensitätsstufe um je ca. 10 % oder 0,1 reduzieren

Tabelle 2 – Intensitätsbereiche (modifiziert nach Mezzani et. al., 2012)

Der LBRS e. V. sucht zum **nächstmöglichen Zeitpunkt spätestens zum 1. Oktober 2023** eine*n **Vereinsportlehrer*in in Teil- oder Vollzeit mit B-Lizenzen im Rehabilitationssport.**

Ein Abschluss im Bereich Gesundheit & Sport ist nicht Voraussetzung. Aussagefähige Bewerbungsunterlagen sowie Gehaltsvorstellungen sind bitte **bis zum 27. August 2023** zu richten an:

Leipziger Behinderten- und Reha-Sportverein e. V.

Christian Rösler (pers.)

Jahnallee 59, 04109 Leipzig

oder gerne per Mail an: vorstand@lbrs-ev.de

Alle Stellenangebote des SBV HIER.



Übungsleiter (m/w/d) in Teil- oder Vollzeit für den Rehabilitationssport

Verstärken Sie unser Team!

Sie sind qualifiziert und lieben es, Gruppen anzuleiten. Idealerweise verfügen Sie über eine Übungsleiter-Lizenz im Fachbereich Rehabilitation. Im FSG-Zentrum für Gesundheitssport in Hoyerswerda leiten und gestalten Sie eigenverantwortlich Sportkurse. Dieses Stellenangebot gilt sowohl für Interessierte an Teilzeit- oder Vollzeit-Beschäftigung, mindestens jedoch für 20 Stunden in der Woche.

Bitte bewerben Sie sich formlos oder rufen Sie uns einfach an!

FSG Medizin Hoyerswerda e. V.

Anke Stefaniak

Dietrich-Bonhoeffer-Straße 4, 02977 Hoyerswerda

Tel.: 03571 6085280, E-Mail: info@fsg-medizin.de

Alle Stellenangebote des SBV HIER.

4. Leipziger Inklusives Sportfest 26. August 2023 in Leipzig

Das Sportfest bietet auf dem Gelände des Berufsbildungswerk Leipzig zwischen 10 und 20 Uhr eine Vielzahl an Sportarten an.

Mit dabei sind unter anderem Rollstuhlrugby, Tischtennis, Sitzvolleyball und Hockey. Beim 2. BBW-Kicker-Cup, der im Rahmen des Sportfestes ausgetragen wird, können Menschen mit und ohne Handicap gemeinsam Fußball spielen.

Coming Soon – Ausbildung zum Co-Trainer für Menschen mit geistiger Behinderung

Der Sächsische Behinderten- und Rehabilitationssportverband e. V. wird im I. Quartal 2024 eine Ausbildung zum Co-Trainer*innen/Assistenztrainer*innen für Menschen mit Geistiger Behinderung anbieten.

Ziel der Ausbildung ist die Entstehung von Trainertandems bestehend aus Menschen mit und ohne Behinderung (Übungsleiter plus Co-Trainer) in den Sportvereinen. Die Co-Trainer*innen werden im Rahmen der Ausbildung befähigt, den Übungsleiter*innen während der Stunde zu unterstützen oder sogar einzelne Stundenteile anzuleiten. Weitere Informationen folgen.

Bei Interesse meldet euch bei uns.

„SportWoche für Alle“: Sei stolz, zeig Deine Angebote!

Dein Verein hat ein regelmäßiges inklusives oder behindertensportspezifisches Training oder ihr plant Angebote wie Schnuppertage, Vereinsportfeste oder Sportabzeichen-Aktionstage vom 22. bis 29. September 2023?

Dann bis zum 30. Juni 2023 zur „SportWoche für Alle“ vom DBS anmelden (HIER).

Vorteil für Deinen Verein: deutschlandweite Werbung für Euer Angebot!

Weitere Informationen: HIER.



SPORTS UNITED in Chemnitz 8. bis 10. September 2023

Ob zu Fuß, per Rad oder auf Rollen: In diversen Sportarten werden Touren angeboten. So sind beim Rollilauf alle Rollstuhlfahrer*innen eingeladen, an einer gemeinsamen Rundfahrt durch Chemnitz teilzunehmen. „Entspannt Vorwärts Inklusiv“ ist die Tour für alle Fahrrad-enthusiasten. Hier geht es um das gemeinsame Radfahren, unabhängig vom Radtyp: Egal, ob Rennrad, Klappfahrrad oder Handbike. Mitmachen können alle radbegeisterten Menschen mit und ohne Behinderung.

Alle angebotenen Touren haben ein gemeinsames Ziel: die Chemnitzer Innenstadt. Ziel ist am 10. September ab 15 Uhr.

Weitere Informationen unter www.sports-united-chemnitz.de. Aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl ist eine Anmeldung unter evi@sfz-net.de erforderlich.

Sonderbriefmarken Para Sport

Schick sehen sie aus, die Sonderbriefmarken Rollstuhlbasketball, Para Leichtathletik und Para Ski Alpin. Mit der Serie „Für den Sport“ unterstützt das Bundesministerium der Finanzen (BMF) die Stiftung Deutsche Sporthilfe seit 1968. Rund 140 Millionen Euro an Fördermitteln sind für die sozialen Belange und Aufgaben im Bereich des Nachwuchs- und Spitzensports durch die Marken mit dem „Plus“ bereitgestellt worden! Im Jahr 2023 stehen die drei Sonderbriefmarken für die paralympischen Sportarten und stellvertretend für die vielen Athlet*innen, die mit ihrer Behinderung Beeindruckendes leisten. Wir sagen Danke.



Sonderbriefmarken Para Sport – Gestaltung des Postwertzeichens: Thomas Serres, Hattingen

In Leipzig kann **am 26. September 2023** das Deutsche Sportabzeichen von Menschen mit und ohne Behinderung abgelegt werden.

Die Prüfungen finden in den vier Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination statt.



Wann: 26. September 2023, 17 bis 19 Uhr

Wo: „Stadion des Friedens“, Max-Liebermann-Straße 83, 04157 Leipzig

Anmeldung: Bis zum 4. September 2023 an Christian Lehmann vom Stadtsportbund Leipzig. (c.lehmann@ssb-leipzig.de | Telefon 0341 30894623)

Disziplinen: u.a. 3.000/800 m Lauf, Medizinball (1/2 kg), Wurfball, Standweitsprung, Laufen, Gehen, Weitsprung, Schleuderball (1 kg), Zielwurf, Rollstuhl-Parcours.

Weitere Informationen sind auf der [SBV-Homepage](http://www.sbv.de) zu finden.

Impressum



Der Landesbehördenrat wird unterstützt durch Sponsoring auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag bewilligten Haushalts.

Herausgeber: Sächsischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e. V. (SBV)
Goyastraße 2d, 04105 Leipzig
Telefon: 0341 2310660
E-Mail: sbv@behindertensport-sachsen.de
Internet: www.behindertensport-sachsen.de

Redaktion: Geschäftsstelle des SBV
Christian Rösler (V.i.S.d.P.),
SBV-Pressestelle Stefan Friedrich
Anzeigenverkauf: SBV, Telefon: 0341 2310660
Layout: www.fenchelino.com

Erscheinungsweise: Vierteljährlich
Redaktionsschluss: 6. Juni 2923
Der Redaktionsschluss der BiS 3 2023 ist der 4. September 2023. Um eine Veröffentlichung fest einplanen zu können, müssen die Beiträge bis zum 16. August 2023 mit der Redaktion abgestimmt sein.

Falls Sie in Zukunft nicht mehr unsere Verbandszeitung erhalten möchten, schreiben Sie uns bitte einfach eine E-Mail an sbv@behindertensport-sachsen.de und wir kümmern uns darum.

Hinweis zur Geschlechterschreibweise:
Der SBV steht für die Gleichberechtigung aller Menschen. Gleichberechtigung wird nicht durch die Änderung einer Schreibweise erzeugt. Aber Schrift und Sprache sind Bestandteil der Kultur und damit auch Bestandteil unseres Umgangs miteinander. Trotzdem wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit der Texte in den BiS-Artikeln oftmals auf die rechtsschreiblich uneindeutige Geschlechterdreifachnennung verzichtet.

Hinweis zu externen Links aus diesem E-Paper:
Unser Angebot enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Die verlinkten Seiten wurden zum Zeitpunkt der Verlinkung auf mögliche Rechtsverstöße überprüft. Rechtswidrige Inhalte waren zum Zeitpunkt der Verlinkung nicht erkennbar. Eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten ist jedoch ohne konkrete Anhaltspunkte einer Rechtsverletzung nicht zumutbar. Bei Bekanntwerden von Rechtsverletzungen werden wir derartige Links umgehend entfernen.

Erreichbarkeit der Geschäftsstelle:
Die Geschäftsstelle des SBV hat ihre Geschäftszeiten angepasst und ist wie folgt zu erreichen:

Montag: 12:00 – 16:30 Uhr
Dienstag: 08:00 – 16:30 Uhr
Mittwoch: 07:30 – 16:30 Uhr
Donnerstag: 08:00 – 16:30 Uhr
Freitag: 07:30 – 16:30 Uhr

In dieser Zeit ist die Geschäftsstelle grundsätzlich besetzt, darüber hinaus nach Absprache. Krankheits- oder urlaubsbedingt kann es zu Abweichungen kommen. Daher ist es empfehlenswert, als erstes Kontakt via Telefon oder E-Mail aufzunehmen. Die Erreichbarkeit der Mitarbeiter*innen ist unter folgendem Link zu finden: [Kontakt Mitarbeiter*innen](#). Weitere Informationen HIER: [Kontaktinformationen](#).

Termine im 3. Quartal 2023

Aus- und Fortbildungsangebote (Auswahl)

Ausbildungen 2023

LG-Nr.	Termin	Bezeichnung	Ort
A 10/30P-09	01./02.09.	Kompaktausbildung Orthopädie für	Leipzig
	14.-16.09.	Physiotherapeut*innen	
	29./30.09.	(Block 10/30)	
A 80-09W	18.-23.09.	Profil Psychiatrie (Block 80)	Werdau

Fortbildungen 2023

LG-Nr.	Termin	Bezeichnung	Ort
F 32-09	16.09.	Trommel Dich fit mit Pezzibällen und Drumsticks für Kinder und Jugendliche	Leipzig
I 03-09	22.+ 26.09.	Wie öffne ich meinen Verein für Menschen mit Behinderung? – Die inklusive Vereinsarbeit	Online
F 34-09	23.09.	Refresher Herzsport	Leipzig
F 35-10	21.10.	Kleine Tänze und Bewegung nach Musik	Leipzig
F 36-10	21.10.	Stressmanagement	Markkleeberg
I 04-10	28.10.	Yoga inklusiv und barrierefrei gestalten	Leipzig

Auf der Homepage des SBV (www.behindertensport-sachsen.de) können Sie sich über alle Angebote informieren und direkt die Online-Buchung vornehmen.

Para Sport – Leistungssport

SBV-Veranstaltungen

23.09.2023 LM Goalball Leipzig

DBS/DRS/DBSJ-Veranstaltungen

14.-16.07.2023 DM Kegeln Classic Weinheim
28./29.07.2023 DM Para Boccia Halle Wiesbaden
02.09.2023 2. BL Goalball, 1. Spieltag Dresden
02.09.2023 DM Para Bogensport Bergkamen
07.-10.09.2023 IDM Para Segeln Geierswalde

Internationale Veranstaltungen

08.-20.08.2023 European Para Championships Rotterdam
20.-27.08.2023 Goalball World Games Birmingham
04.-10.09.2023 Para Dressursport: EM Riesenbeck-Hörstel (NRW)

Neue Vereine im SBV

► SBV-Nr. 475

Schwimmsport- und Wasserballverein TuR Dresden e. V.
Freiberger Straße 31
01067 Dresden

TalentTage

im Behindertensport gefördert durch J.P. Morgan

10.-12. NOVEMBER 2023

SPORTPARK RABENBERG



Para Leichtathletik
Para Schwimmen
Klettern
Kegeln
Para Tischtennis

**KOMM VORBEI
UND FINDE
DEINEN SPORT !**

Die TalentTage bieten jungen Menschen den Einstieg in den Behindertensport.

Diejenigen, die bisher noch keinen Kontakt zum organisierten Sport hatten, können bei den TalentTagen erste Erfahrungen und Eindrücke sammeln. Sportlerinnen und Sportler, die bereits eine Sportart betreiben, können vertiefende Erfahrungen in dieser sammeln, zum Beispiel durch Workshops und Lehrgänge.

Die TalentTage werden durch Spenden aus dem jährlichen Firmenlauf J.P. Morgan Corporate Challenge ermöglicht.

Anmeldung erforderlich bis: 10. 07. 2023
Projektleiter: Lars Wittchen
Telefon: 0341/23106613 lars.wittchen@behindertensport-sachsen.de
Weitere Infos zur Anmeldung: www.dbsj.de



Gemeinsam beim Sport. Damit alle gewinnen.

Du willst Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung zusammenbringen? Oder hast neue Ideen für ein sportliches Miteinander? Dann fördern wir dein Projekt! Damit aus einem „Dabei sein ist alles“ ein „Dabeisein für alle“ wird.? www.aktion-mensch.de

DAS WIR GEWINNT

**Aktion
MENSCH**

→ Sei dabei unter www.aktion-mensch.de