

# DJK

im Bistum Trier

## SPORT

Journal

### DJK-Bundesjugendtag

„Schweigen ist Feige“ -  
erkennen, entscheiden, einmischen

### DJK-Übungsleitertag

Vielfältiges Angebot und hohe  
Teilnahme

### DJK-Lehrbeilage

Fit wie ein Weltmeister in der  
Fußball-Fernsehpause



## „Singe und gehe deinen Weg“ Gedanken zur Osterzeit

von Pfr. Otmar Fechler, geistlicher Beirat des DJK-Diözesanverbandes Trier

„In der österlichen Bußzeit erinnert die Kirche daran, dass unser ganzes Leben ein Weg ist, der auf Ostern hinzielt. Jesus führt uns durch seinen Tod und seine Auferstehung zum wahren Leben, zur Begegnung mit Gott. Dieser Lebensweg ist nicht frei von Schwierigkeiten und Prüfungen und vergleichbar mit einer Durchquerung der Wüste.

Ebendort, in der Wüste, hat das Volk Israel auf seinem Weg in das verheißene Land für einen Augenblick seinen Gott verlassen und das Goldene Kalb angebetet.

Jesus hat ebenfalls einen Weg durch die Wüste zurückgelegt. Auch er wurde vom Satan versucht, den Erfolg und die Macht anzubeten. Doch er verweigerte sich jeder Verlockung durch das Böse und wandte sich entschieden seinem einzigen Gott zu: „Vor dem Herrn, deinem Gott, sollst du dich niederwerfen und ihm allein dienen.“ (Mt 4,10)

Bei der Übergabe eines Neubaus erhält der Hausherr vom Architekten den Schlüssel als letztes Symbol für die Fertigstellung. Der Schlüssel hat viel mit uns Menschen zu tun. Was tun wir alles mit einem Schlüssel? Aufschließen und Zuschließen! Diese beiden gegensätzlichen Funktionen können unsere Phantasie anregen.

Etwas aufschließen! Ein Haus, eine Wohnung, ein Zimmer, einen Schrank, eine Schublade – das erfüllt uns mit Hoffnungen: nach Hause zu kommen, wieder da zu sein, etwas finden, sich der Dinge zu bemächtigen, die einem gehören, aufschließen bedeutet ankommen.

Zuzuschließen aber heißt: etwas sichern für die Zeit meiner Abwesenheit. Bei jedem Abschließen wendet man dem Verschlussenen den Rücken zu, man wendet sich um, man wendet sich ab, man distanziert sich, nimmt Abschied, man geht weg.

Und da wir oft etwas aufschließen oder abschließen, begleitet der Schlüssel unseren Alltag und unser

Leben als ein Symbol von Kommen und Gehen, von Ankunft und Abschied.

Das erste Wort in der Bibel, das Gott zu Abraham spricht, heißt „Zieh weg von deinem Land, von deiner Verwandtschaft und aus deinem Vaterhaus in das Land, das ich dir zeigen werde“ (Gen 12,1), also „brich auf, geh fort!“ Das letzte Wort der Bibel in der Geheimen Offenbarung des Johannes lautet: „Der Geist und die Braut sagen: Komm! Wer hört, rufe: Komm! Wer durstig ist, der komme, wer will, empfangen umsonst das Wasser des Lebens.“ (Offb 22,17).... „Er, der dies bezeugt, spricht: Ja, ich komme bald. – Amen. Komm, Herr Jesus! Maranatha!“ (Offb 22,20).

In diesem Spannungsbogen von Aufbruch und Ankunft vollzieht sich die Offenbarung Gottes gegenüber uns Menschen. Es ist die Schlüsselfrage unseres Glaubens, die Schlüsselfrage und das Schlüsselverständnis von unserem Glauben und dem Geheimnis

der Verkündigung von Ostern, der Gekreuzigte ist auferstanden, er lebt, er geht uns voraus, er ist unser aller Weg. Es sind nicht mehr alle Türen verschlossen, in die Dunkelheit der Nacht ist ein Tor aufgebrochen.

Der heilige Bischof Augustinus fordert uns auf, als österliche Menschen zu leben „Canta et ambula!“ Singe und gehe deinen Weg! Singe und wandere, Gott steht am Ende aller Straßen, Gott steht am Ende aller Wege, auch am Ende deines Weges.

Du kannst mit dem Beter des Psalms 57 einstimmen: „Gott, ich will dir singen und spielen!“ oder wie es am Ende des Epheserbriefes heißt (Eph 5,19 f): „Lasst in unserer Mitte Psalmen, Hymnen und Lieder, wie sie der Geist eingibt, erklingen! Singt und jubelt aus vollem Herzen zum Lob des Herrn! Sagt dem Vater jeder Zeit dank für alles im Namen unseres Herrn Jesus Christus.“

### Eine bewegte Osterzeit wünscht Ihnen

*Otmar Fechler*  
Geistlicher Beirat

*Rosemarie Stow*  
Vorsitzende



# DJK in Bewegung!

## Verlässlicher Partner in Kirche, Sport und Gesellschaft

von Rainald Kauer, Jugend- und Bildungsreferent



**Es ist wieder so weit, die Freiluftsaison hat begonnen! Jährlicher Startschuss für viele den Sport für sich zu entdecken! Da werden die Laufschuhe geschnürt, die Inlineskates gereinigt und geölt, die Walkingstöcke auf ihre Tauglichkeit geprüft, Helfer gesucht, um die Tennisplätze wieder herzurichten und die Luft auf die Fahrräder gepumpt. Der Frühling und die täglich kräftiger scheinende Sonne motivieren zur Bewegung, zum Sport in der Natur. Gut so! Motive gibt es viele, sich auf den Weg zumachen, es ist halt wichtig, sich auf den Weg zu machen!**

Stellt sich die Frage:  
Wohin bewegt sich die DJK im Bistum Trier?

Die Mitgliederzahlen in den Vereinen steigen. Immer mehr Menschen kommen in die DJK-Sportvereine, um aktiv Sport zu treiben und damit die Programme und Inhalte mit zu bestimmen. Sie suchen passende Angebote! Sie wollen sich wohlfühlen, als Mensch wahrgenommen werden.

Die Qualität der Verantwortlichen im Sport wird zunehmend gesteigert. Quali-

fizierte Übungsleiter sind gefragt und sichern ein exzellentes Freizeitangebot ab. Die Nachfrage nach Bildungsangeboten ist groß.

Die Profilbildung in den DJK-Vereinen rückt immer stärker ins Interesse. Was macht uns aus? Wo liegen unsere Stärken? Was unterscheidet uns von Mitbewerbern? Wie können wir unsere Alleinstellungsmerkmale herausbilden? Die Zukunft wird in den Blick genommen!

Ist die DJK als Gesprächspartner in Kirche, Sport und Gesellschaft gefragt?

Der Trier Bischof Dr. Stephan Ackermann machte den Delegierten des DJK-Bundesjugendtages deutlich, dass der Sport in der Lage ist Kinder und Jugendliche stark zu machen, wenn sie dann die Gemeinschaft von Christen erleben und ihnen hier Lebensräume angeboten werden, dann steht einer guten Entwicklung nichts im Wege.

DDR-Dopingopfer Prof. Ines Geipel und Olympiaforscher Prof. Norbert Müller haben vor wenigen Tagen für ihr Engagement den DJK-Ethik Preis des Sports erhalten. Beide stehen für Fair Play in Sport und Gesellschaft und sind hervorragende Botschafter für einen an christlichen Werten orientierten Sport.

Die DJK-Sportjugend griff als eine der ersten Organisationen im Sport das Thema „sexualisierte Gewalt im Sport“ auf. Mittlerweile ein im Sport stark nachgefragtes Thema, das in Übungsleiteraus- und Fortbildungen einfließt und bearbeitet wird. Auch Vereinsvorstände wissen zwischenzeitlich, dass sie ihre Hausaufgaben zu dieser Herausforderung machen müssen, richten Anlaufstellen ein und klären bei Fragen auf.

Das Jahr hat für die DJK im Bistum Trier rasant begonnen. Vieles ist in Bewegung, um Klarheit und Hilfe in Kirche, Sport und Gesellschaft zu schaffen. Die DJK ein verlässlicher Partner und Begleiter auf dem Weg!

### Inhalt:

<b>DJK-Bundesjugendtag in Oberwesel</b>	<b>4</b>
<b>9. DJK-Sportkonferenz</b>	<b>8</b>
<b>DJK-Lehrbeilage</b>	<b>9</b>
<b>DJK-Übungsleitertag in Ochtendung</b>	<b>13</b>
<b>DJK-Übungsleiterausbildung in Seibersbach</b>	<b>14</b>
<b>DJK-Sportjugend aktuell</b>	<b>15</b>
<b>DJK-Landesverbandstag Rheinland-Pfalz</b>	<b>16</b>
<b>DJK-Landesverband Saarland</b>	<b>17</b>
<b>DJK on Tour</b>	<b>18</b>
<b>Meldungen</b>	<b>19</b>

### Impressum:

#### Herausgeber:

DJK-Sportverband  
Diözesanverband Trier e.V.  
Herzogenbuscher Str. 56  
54292 Trier  
Telefon: 0651-24040  
Telefax: 0651-22329  
E-Mail: info@djk-dv-trier.de  
www.djk-dv-trier.de

#### Verantwortlich für den Inhalt:

Rosemarie Schorr,  
Diözesanvorsitzende

#### Redaktion:

Rebecca Boller, Marc Heinzen,  
Rainald Kauer, Mario Truetsch

Bestellung und Auslieferung über Herausgeber. Der Bezugspreis von Euro 1,- zzgl. Porto ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.



#### Titelbild:

Bischof im Dialog. Während dem Gespräch beim DJK-Bundesjugendtag in Oberwesel mit DJK-Jugend- und Bildungsreferent Rainald Kauer zeigte sich Bischof Dr. Stephan Ackermann interessiert, authentisch und offen.

## DJK-Bundesjugendtag 2011 in Oberwesel

„Schweigen ist Feige – erkennen, entscheiden, einmischen“

**„Schweigen ist Feige“, so lautete das Motto des diesjährigen DJK-Bundesjugendtages in Oberwesel. Dieses Thema sollte ein Aufruf an die Verantwortlichen der DJK-Sportjugend sein, um sich einmal mit Fragen, Themen und Problemen auf allen Ebenen auseinander zusetzen. Nahezu alles wurde an- und ausgesprochen. Dabei half eine neue Arbeitsweise, die „Open-Space“-Methode, um mit Personen auf neuen Wegen ins Gespräch zu kommen.**

Nachdem die Delegierten eingeeckelt hatten und mit einem alkoholfreien Begrüßungscocktail der Kampagne „alkoholfrei Sport genießen“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) empfangen wurden, hatten sie die Möglichkeit durch Speed-Dating (schnelles Kennen-lernen) sich erstmals zu begegnen. Hierbei saßen sich immer zwei Teilnehmer gegenüber, die sich einander Fragen stellten. Dabei hatten sie Möglichkeit auf sehr amüsante Fragen zurück zu greifen oder sich eigene Fragen auszudenken. Nach fünf Minuten rückte jeweils eine Person einen Stuhl weiter, um möglichst viele Konferenzteilnehmer kennen zu lernen. Nach dieser doch sehr außergewöhnlichen Einstiegsphase stimmte

Bundesjugendleiter Michael Leyendecker (DJK Selbach/DV Trier) mit einem Impuls auf die bevorstehende Tagung ein. Er erläuterte in seinen Ausführungen kurz das Motto des diesjährigen DJK-Bundesjugendtages und wies auch darauf hin, dass die vielen ans Tageslicht gekommenen Missbrauchsfälle mit ein Grund dafür gewesen sind, warum sich die Bundesjugendleitung für dieses Motto entschieden hat.

Die DJK-Sportjugend, ist einer der ersten Sportverbände gewesen, die mit selbsterarbeiteten Handreichungen auf diese Fälle reagiert hat.

Im Weiteren berichtete die Bundesjugendleitung über die verschiedenen Aktionen, die im vergangenen Jahr gelaufen



*Aufmerksam und konzentriert.*

*Aus allen Diözesen Deutschlands sind Delegierte zum DJK-Bundesjugendtag nach Oberwesel angereist, um über die Zukunft der DJK-Sportjugend zu diskutieren.*

sind. So referierte z.B. Milko Mikosch (Beisitzer) über den Ökumenischen Kirchentag 2010 in München, Wolfgang Rölver (Wahlausschuss) über das DJK-Bundessportfest in Krefeld und Michael Leyendecker vom FICEP-Camp in Melk, dem internationalen Zusammenschluss der katholischen Sportverbände. Vorge stellt wurde auch die Weiterentwicklung der Aktion „Kinder stark machen“ der BzG A. Die Vereine sollen zukünftig bei nachhaltigen Aktivitäten zur Suchtprävention für Kinder und Jugendliche im Verein, ein Qualitätssiegel erhalten.

### Tagesausklang

Als Tagesausklang hatte die Diözesanjugendleitung Trier gemeinsam mit der DJK-Sportjugend Oberwesel ein Friedensgebet vorbereitet, das in historischer Kulisse rund um das Jugendgästehaus und die Schönburg verlief. Die Teilnehmer durchliefen drei Stationen bei denen das Thema „Feuer“ das zentrale Anliegen darstellte. Begleitet mit Saxophon wurden Gebet und Impulse vorgetragen. Im Anschluss wurden Wünsche der Teilnehmer an das Wochenende notiert und den Flammen eines Lagerfeuers übergeben. Das Lied „Einer hat uns angesteckt“ beendete diesen stimmungsvollen Tagesausklang.



*Speed-Dating.*

*Ziel dieser Kennenlern-Methode war es, dass die Teilnehmer sich untereinander besser und schnell kennen lernen und somit die Lust auf weitere Gespräche geweckt wurde.*



Die Weinhex verzauberte. Ihren Charme versprühte Weinhex' Anna aus Oberwesel im Kreis der Ehrengäste, v.l. Weihbischof Jörg Michael Peters, DJK-Bundesjugendleiter Michael Leyendecker, Stadtbürgermeister Jürgen Port und DJK-Präsident Volker Monnerjahn.

### Fortführung der Konferenz

Bevor es am Samstagmorgen mit der Konferenz weiter ging führte die Bundesjugendleitung durch einen Bewegungsimpuls mit dem Thema Körperwahrnehmung in den Tag ein. Alice Waldeit (DV Essen) wurde anschließend in offener Wahl von den 61 Delegierten einstimmig gewählt. Die 21-jährige tritt damit, nach einem Jahr Vakanz, die Nachfolge von Astrid Markmann als Bundesjugendleiterin an. Ebenfalls einstimmig wurde Lena Jansen (DV Aachen) zu ihrer Stellvertreterin gewählt. Mit diesen Ergänzungswahlen wurde die geschäftsführende Bundesjugendleitung, zu denen noch der Bundesjugendleiter Michael Leyendecker (DV Trier) und sein Stellvertreter Daniel Schnack (DJK Ochtendung/DV Trier) gehören, komplettiert. Jette Menzel (DV Limburg) wurde als Beisitzerin hinzu gewählt. Damit besteht die DJK-Bundesjugendleitung nun aus sieben gewählten und zwei beratenden Mitgliedern.

Inhaltlich arbeitete die Versammlung am Thema „Demografischer Wandel - Chancen und Gefahren! Was die demografische Entwicklung für den Sport so alles mit sich bringt“ gemeinsam mit Prof. Dr. Peter-Ulrich Wendt, der Mitglied der DJK Kolping Northeim und Diözesanjugendleiter des DV Hildesheim ist. Anschließend wurden mit Hilfe der „Open Space“-Methode, mottogetreu offene Räume geschaffen und mit Diskussionsrunden gefüllt. Dabei wurden die Themen durch die Delegierten eingebracht: Fragen des ehrenamtlichen Engagements, Schwierigkeiten bei den Anmeldungen zu Maßnahmen, das neue KSM-Verfahren waren einige der gewählten Themen.

### Oberwesel entdecken

Nach dieser doch sehr intensiven Arbeitsphase konnten die Teilnehmer Oberwesel entdecken und kennen lernen. In der Liebfrauenkirche bestaunten sie den prachtvollen Goldaltar und lauschten anschließend den Klängen der Orgel, bevor sie in der Turnhalle ihre Teamfähigkeit an vielen Kooperationsspielen ausprobierten, über eine Slackline balancierten oder Übungen mit dem Flexibar erlebten. Natürlich standen auch die Sehenswürdigkeiten von Oberwesel im Mittelpunkt,



In Bewegung.

Auch der Sport kam beim DJK-Bundesjugendtag nicht zu kurz. Weihbischof Jörg Michael Peters nahm mit Begeisterung an den vielen Sportangeboten teil. Die Übungen mit dem Flexibar (Schwingstab) bereiteten ihm sichtlich Freude.

die den Teilnehmern durch Stadtführer nahe gebracht wurden. So ging es zum Kloster, zum Hufeisen auf dem Marktplatz, zum Roten Turm und über die begehbbare Stadtmauer.

### Gottesdienst mit Bischof Dr. Stephan Ackermann

Nach einer kleinen Stärkung mit Kaffee und leckerem Kuchen fanden sich die Teilnehmer wieder in der Liebfrauenkirche ein, um mit dem Trierer Bischof Dr. Stephan Ackermann und Weihbischof Jörg Michael Peters gemeinsam einen Jugendgottesdienst zu feiern. Es war ein wirklich schöner Gottesdienst in dem sich alles um das Motto des DJK-Bundesjugendtages „Schweigen ist Feige – erkennen, entscheiden, einmischen“ drehte. Die DJK-Sportjugend aus Oberwesel führte hierzu ein Anspiel vor, in dem ein Junge ausgegrenzt und diskriminiert wurde und zwei Mädchen endlich den Mut hatten einzuschreiten und mit dem Jungen gemeinsam zu spielen, um ihn in ihre Clique aufzunehmen. Bischof Stephan griff den Gedanken auf und machte der Gemeinde Mut hinzuschauen und in brenzligen Situationen einzugreifen und nicht wegzuschauen

oder einfach zu schweigen. Zwei Bewegungsimpulse mit dem Fallschirm und die musikalische Begleitung durch den Jungen Chor „Carduelis“, unter der Leitung des Regionalkantors Lukas Stollhof (Oberwesel), lockerten den Gottesdienst auf.

Doch damit nicht genug, das eigentliche Highlight des dreitägigen DJK-Bundesjugendtages war das Festbuffet und das anschließende Gespräch mit Bischof Dr. Stephan Ackermann. Sympathisch, glaubwürdig und offen präsentierte sich der Bischof im direkten

Kontakt mit den Delegierten. Sichtlich angetan von der guten Atmosphäre verabschiedete er sich zu später Abendstunde mit guten Gedanken und Erinnerungen Richtung Trier.

### Abschluss

Der abschließende Konferenztag war geprägt durch die Zusammenfassung der Ergebnisse der Open-Space-Phase sowie der Reflektion des Wochenendes. Natürlich kam der Dank an die ausrichtende DJK-Sportjugend Oberwesel und an die DJK-Diözesanjugendleitung Trier nicht zu kurz, denn schließlich wurde mit großem Aufwand und Engagement sowie viel Herz ein besonderer DJK-Bundesjugendtag umgesetzt. Mit der herzlichen Einladung für den DJK-Bundesjugendtag 2012 nach Passau endeten die drei herrlichen Tage in Oberwesel.



*Schweigen ist Feige.*

*Die DJK-Sportjugend Oberwesel führte mit einem Anspiel die Gottesdienstbesucher in das diesjährige Motto des DJK-Bundesjugendtages ein.*

## „Mut zum Hinschauen und Stimme erheben“ Bischof Dr. Stephan Ackermann im Dialog mit den Delegierten des DJK-Bundesjugendtages

Er zeigte sich offen und interessiert, der Bischof von Trier Dr. Stephan Ackermann. Behutsam und vorsichtig näherte er sich dem Thema Sport an. Im Rahmen des DJK-Bundesjugendtages in Oberwesel stellte er sich für ein Gespräch mit Rainald Kauer, dem Jugend- und Bildungsreferenten der DJK im Bistum Trier zur Verfügung. Dabei wurde das jugendliche Publikum in den Dialog eingebunden und Fragen gerne aufgegriffen. Eine Stunde erlebten die Anwesenden einen Bischof, der aufmerksam zuhörte und ein hohes Maß von Glaubwürdigkeit und Authentizität mit seinen Antworten ausstrahlte. Bei einem trockenen Mittelrheinriesling, erzählte er von seinen Siegen und Niederlagen im Sport, die gerade beim Fußball nicht von Erfolg beschieden waren. Natürlich auch davon, dass er gerne einen Wein trinkt und dies nunmehr als Weingutsbesitzer, die Bischöflichen Weingüter in Trier sind Vorzeigemanufakturen auf die er stolz ist.

Gerade aus Israel von einer Dienstreise zurück gekehrt, wusste er über besondere Erlebnisse bei den Gesprächen mit den Christen in Israel und Palästina zu berichten und die Brücke zum Mittelrheintal nach Oberwesel zu schlagen, wo im Mittelalter die ersten großen Judenverfolgungen ausgingen. Im Bewusstsein dieser belastenden Geschichte ist es eine besondere Bürde, aber auch Herausforderung für den Frieden diesen wichtigen Dialog zu begleiten und zu fördern. Toleranz vor Augen, um eine gemeinsame friedliche Zukunft zu schaffen, das sind die Perspektiven.

Besonders interessiert zeigte sich Bischof Stephan am Thema des DJK-Bundesjugendtages „Schweigen ist feige – erkennen, entscheiden, einmischen“, das er bereits im Vorfeld bei der Bischofsmesse in der Liebfrauenkirche aufgegriffen hatte. Er machte den Delegierten Mut hinzuschauen und die



*Dank des Bischofs.*

*Bischof Dr. Stephan Ackermann bedankte sich bei den Stadtsoldaten, einer Tanzformation der Kolpingfamilie und der DJK Rheinwacht Oberwesel.*



*Bischof im Dialog.*

*Interessiert, authentisch und offen zeigte sich Bischof Dr. Stephan Ackermann im Gespräch mit DJK-Jugend- und Bildungsreferent Rainald Kauer.*

Stimme zu erheben, aber auch feinfühlig Situationen zu erkennen, wo es besser ist einmal zu schweigen. Dabei hilft Gemeinschaft und Kommunikation, damit Situationen nicht entstehen und eskalieren, die wir alle nicht wünschen. Der Sport ist in der Lage Kinder und Jugendliche stark zu machen, wenn sie dann noch die Gemeinschaft von Christen erleben und ihnen hier Lebensräume angeboten werden, dann steht einer guten Entwicklung nichts im Wege. In diesem Zusammenhang erlebte Bischof Stephan die Vorführung einer Video-Clip-Dance-Gruppe der DJK Rheinwacht Oberwesel, die ihm ihr Engagement im Tanzen eindrucksvoll demonstrierte. Dass die DJK für die Kirche die Chance eröffnet Menschen zu erreichen, die scheinbar weit entfernt von Kirche stehen, das unterstrich er. „Wir müssen für Seiteneinsteiger offen sein und diese integrieren“, da kann die DJK in ihren 85 DJK-Sportvereinen im Bistum Trier einiges leisten, auch wenn man die Ergebnisse nicht so konkret

beschreiben kann. „Ich weiß nicht, ob eine Mitgliedschaft in der DJK mich nachhaltiger in das Bischofsamt geführt hätte“.

Im Sport bewegen sich die verantwortlichen Übungsleiter und Trainer immer in einer besonderen Situation. Es gibt Sportarten, wie das Turnen und Rhönradturnen, wo ohne Hilfestellung und Zupacken Bewegungsabläufe nicht erlernt werden können. Grenzbereiche, die sehr schnell im Rahmen von sexuellem Missbrauch diskutiert werden. Seit annähernd einem Jahr ist Bischof Stephan der verantwortliche Beauftragte der deutschen Bischofskonferenz zu diesem wichtigen, aber auch schwierigen Thema. Er empfahl für das Thema zu sensibilisieren, dieses in Ausbildungsgänge zu integrieren und zu beobachten wie damit umgegangen wird. Der Dialog und der Austausch unter den Übungsleitern und Trainern ist hierbei wesentlich und wichtig. Einem geforderten erweiterten persönlichen Führungszeugnis für

ehrenamtlich Tätige erteilte der Bischof eine deutliche und klare Absage und erntete für diese Klarstellung von den zahlreichen anwesenden Übungsleitern und Jugendbetreuern eine große Zustimmung. „Wir werden die Justizministerin noch von unserem Ansatz überzeugen“, so Bischof Stephan. Der Schutz der Verantwortlichen, aber auch gerade der Kinder und Jugendlichen müssen im Vordergrund stehen.

Bischof Stephan zeigte sich froh und dankbar, dass mit Weihbischof Peters ein Mann die DJK begleitet, der das Thema Sport in der Kirche vorbildlich platziert. Inwieweit es für die Aufwertung des Themas einen „Sportbischof“ braucht, wollte er nicht abschließend bewerten. Über Strukturen und Konzepte müsste gesprochen werden, allerdings lässt sich eine personelle Ausweitung bei der derzeitigen Finanzlage nicht umsetzen.

Eine Tanzdarbietung der Stadtsoldaten aus Oberwesel, eine Tanzformation junger Frauen der Kolpingfamilie und der DJK, entführte Dr. Stephan Ackermann nochmals an die Wurzeln der Arbeit in den DJK-Sportvereinen. Sichtlich gut gelaunt und angetan von seinen Begegnungen in Oberwesel versprühte er ein Bild eines Bischofs, das sich viele Anwesende wünschen: ein offenes Ohr für die Menschen, eine Wertschätzung, die Sympathie und Dialog auslöst und eine Glaubwürdigkeit, die Verständnis füreinander bewirkt. Bischof Stephan hat überzeugt und seine Aussage „Bischöfe sollten sich nicht zu wichtig nehmen“, machte ihn sympathisch.

**Der nächste Bundesjugendtag wird vom Diözesanverband Passau ausgerichtet und findet vom 20. bis 22. Januar 2012 statt.**

## 9. DJK-Sportkonferenz

### Angebote für Ältere – Strategien für DJK-Vereine

**Am 12. März 2011 trafen sich die Sportverantwortlichen der DJK-Sportvereine aus dem Bistum Trier und die Fachwarte des Diözesanverbandes in der katholischen Akademie in Trier, um sich einmal intensiv mit dem Thema „Sport für Ältere“ auseinander zu setzen. Warum ist Seniorensport gerade in der heutigen Zeit wichtig? Wie könnten Angebote aussehen? Wie kann ich das Thema im Verein anpacken?**

Da die Zahl der Senioren in unserer Gesellschaft ständig wächst und diese fit und gesund älter werden möchten, ist es umso wichtiger entsprechende Sportangebote im Verein anzubieten. Jedoch reicht es nicht aus nur Sportangebote zu haben. Wichtig ist es auch ein geselliges Umfeld zu schaffen. Dabei sollte auf die verschiedenen Zielgruppen eingegangen werden. Auch sollte man über eine Differenzierung in verschiedene Leistungs- und Altersgruppen nachdenken. Gerade die DJK als wertorientierter Sportverband sollte daher ein vielfältiges Sportangebot für Senioren anbieten. Die DJK-Geschäftsstelle Trier bietet Hilfe zur Entwicklung entsprechender Angebote an und unterstützt die Vereine selbstverständlich auch bei Fragen zu diesem Thema.



*Austauschrunde.*

*Vereinsvertreter aus 16 DJK-Sportvereinen im Bistum Trier steuerten ihre Erfahrungen für den Prozess im Bereich Seniorensport bei.*

Dies alles sind Ergebnisse einer sehr intensiven Diskussionsrunde. Ein Beispiel wie man das Thema in einem Verein strategisch anpacken und umsetzen kann stellte Diözesan-Sportwart Aloysius Mester den Teil-

nehmer/innen vor. Unter dem Motto „Aktive Senioren“ hat die DJK Betzdorf ein vorbildliches Projekt zum Thema „Sport für Ältere“ geschaffen. Durch diese anregungsreiche und informative Präsentation fand das Thema der 9. DJK-Sportkonferenz einen würdigen Ausklang.

Natürlich darf bei einer solchen Veranstaltung neben dem Austausch auch die Information nicht fehlen, in dem über noch anstehende Projekte und Fortbildungsangebote berichtet wurde. Zum Abschluss konnten die Vereine ihre Anliegen an den Diözesanverband ansprechen. Für das ehemalige Vorstandsmitglied Bernd Morgen hielt die Sportkonferenz noch eine Überraschung bereit. Er wurde für sein langjähriges Engagement in der DJK mit dem DJK-Ehrenzeichen in Gold geehrt.



*Ergebnisse.*

*Interessante und vielfältige Antworten auf Zukunftsfragen zum Thema „Sport für Ältere“ wurden zusammen getragen.*

**Die 10. DJK-Sportkonferenz findet am 03. März 2012 in der Katholischen Akademie in Trier statt.**

## Fit wie ein Weltmeister in der Fußball-Fernsehpause

**Kennen Sie das? Bei jeder Weltmeisterschaft, egal in welcher Sportart hoffen wir, dass die Menschen in aller Welt nicht nur im Sport ein wenig näher zusammenrücken und achtsam miteinander umgehen, sondern auch, wenn der Alltag wieder eingekehrt ist. Vielleicht kann der folgende Impulstext ein kleiner Wegweiser hierzu sein.**

### Die Welt in Ordnung bringen:

Ein kleiner Junge kam zu seinem Vater und wollte mit ihm spielen. Der aber hatte keine Zeit für den Jungen und auch keine Lust zum Spiel. Also überlegte er, womit er den Knaben beschäftigen könnte. Er fand in einer Zeitschrift eine komplizierte und detailreiche Abbildung der Erde. Dieses Bild riss er aus und zerschnipselte es dann in viele kleine Teile. Das gab er dem Jungen und dachte, dass der nun mit diesem schwierigen Puzzle wohl eine ganze Zeit beschäftigt sei. Der Junge zog sich in eine Ecke zurück und begann mit dem Puzzle. Nach wenigen Minuten kam er zum Vater und zeigte ihm das fertig zusammengesetzte Bild. Der Vater konnte es kaum glauben und fragte seinen Sohn, wie er das geschafft habe. Das Kind sagte: „Ach, auf der Rückseite war ein Mensch abgebildet. Den habe ich richtig zusammengesetzt. Und als der Mensch in Ordnung war, war es auch die Welt.“  
(Verfasser unbekannt)

In meiner Tageszeitung fand ich heute dazu dieses Zitat von Karlheinz Böhm als Spruch des Tages: „Ich weiß, dass ich die Welt nicht verändern kann, aber ich kann einen Menschen verändern, nämlich mich selbst.“

Damit wir nicht nur vor dem Fernseher kleben bleiben und fit werden, damit wir auch auf andere Menschen zugehen können, folgt hier ein Vorschlag zu einem vielseitigen Training für die Halbzeitpause oder die Zeit zwischen den Spielen.



Foto: Gerd Altmann, pixelio

## Jeder Sport beginnt mit dem Aufwärmen:

### Kleine Ballakrobatik

Wer blickt nicht neidvoll auf die tolle Ballakrobatik, die uns die Fußballerinnen oft vorführen. Machen wir es ihnen in Zeitlupe nach. Nehmen Sie einen Luftballon (das schont die Nerven und die Möbel) und halten ihn in der Luft, indem Sie ihn immer wieder mit einem anderen Körperteil in die Luft „kicken“. Dabei sollte der Ballon kein Körperteil zweimal hintereinander berühren. So können Sie sogar einen kleinen Familienwettbewerb daraus machen: Wer schafft es, so den Ballon am längsten in der Luft zu halten, ohne dass er den Boden berührt?



### Dribbeltraining

Wenn Sie ein Minitrampolin besitzen bietet sich folgende spaßige Übung an: Legen Sie einen Ball auf das Trampolin und bewegen sich so, dass der Ball Ihre Füße nicht berührt.

### Fußballchoreografie

Wer es lieber musikalisch mag kann hier schon einmal den Siegertanz oder die Pauseneinlage für das Finalspiel einstudieren. Legen Sie den aktuellen Weltmeisterschaftshit auf und bewegen sich nach folgender Choreografie:

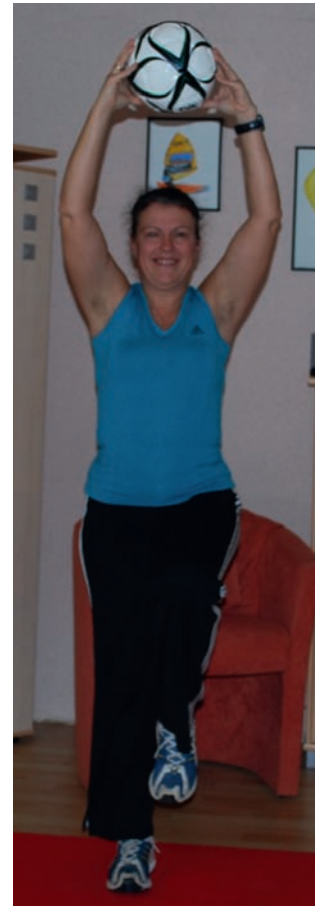
- Tippen Sie im Wechsel rechts und links mit der Zehenspitze oder der

Ferse auf den auf dem Boden liegenden Ball

- Gehen Sie um den Ball herum
- Nehmen Sie den Ball in die Hände und strecken die Arme im Wechsel nach vorne und oben aus, während Sie zur Musik marschieren.
- Heben Sie im Wechsel die Knie und kicken den Ball leicht nach oben. Fangen Sie den Ball mit den Händen wieder auf.
- Machen Sie Seitwärtsschritte und prellen den Ball dabei auf den Boden. Sie können sich den Ball dabei aber auch gegenseitig zuwerfen. Versuchen Sie es auch mit zwei oder vier Schritten zur Seite (je nach Größe des Wohnzimmers)



So aufgewärmt kann es zur Funktionsgymnastik gehen. Dabei rücken wir den Problemzonen: Bauch, Beine- Po zu Leibe.



### Kampf dem Sixspeck, kleines Bauchmuskeltraining

- Legen Sie sich auf den Rücken. Stellen Sie Ihre Beine an. Nehmen Sie den Ball in die Hände und tippen damit im Wechsel auf Ihre Knie bzw. links und rechts außen an Ihre Knie. Ziehen Sie die ganze Zeit dabei den Bauch ein, als hätten Sie eine zu enge Hose an. Atmen Sie aus, wenn Sie den Ball anheben, atmen Sie ein, wenn Sie in die Ausgangsstellung zurück kehren.





- Legen Sie sich auf den Rücken. Ziehen Sie den Bauch ein und lassen einen winzigen Tunnel unter Ihrer Lendenwirbelsäule zu. Dieser sollte während der ganzen Übung unverändert bleiben, also weder größer noch kleiner werden. Nehmen Sie den Ball zwischen Ihre Füße und halten ihn so fest. Ziehen Sie die Knie zum Bauch und atmen dabei aus, atmen Sie ein, während sie die Beine wieder wegstrecken. Strecken Sie die Beine nur so weit in Richtung Fußende, wie sie in der Lage sind, den Tunnel unter Ihrer Wirbelsäule stabil zu halten.

#### Zwei Übungen für schlanke Hüften

- Legen Sie sich auf die Seite und beugen Sie die Beine leicht an. Der oben liegende Oberschenkel bildet dabei die Verlängerung des Rumpfes. Strecken Sie nun das Bein und rollen mit dem Ball mit leichtem Druck an der Außenseite des Oberschenkels entlang. Der Oberkörper bleibt dabei liegen.
- Legen Sie sich auf die Seite. Das unten liegende Bein bleibt gestreckt. Das oben liegende Bein wird rechtwinklig angebeugt, Der Knöchel ruht auf dem Ball. Achtmal das Knie anheben und wieder absenken. Nach jeweils einer kleinen Pause noch zweimal wiederholen.



## Fit wie ein Weltmeister!



#### So bekommt man einen knackigen Po:

- Stellen Sie sich vor Ihren Fernsehsessel. Legen Sie den Ball auf den Boden. Setzen Sie eine Ferse auf den Ball. Das Standbein ist dabei leicht gebeugt. Der Ball sollte dabei nicht als Stütze dienen. Viel mehr stellen Sie sich vor, Der Ball wäre ein rohes Ei und Sie wollen es nicht zerdrücken. Setzen Sie sich ganz langsam auf den Sessel und stehen sie wieder auf. Wie oben wird die Übung achtmal ausgeführt und das Ganze dreimal wiederholt.

### Für eine schlanke Taille und kräftige seitliche Rumpfmuskeln

- Legen Sie sich auf die Seite. Ihre Beine und Ihr Rumpf bilden eine Linie. Nehmen Sie den Ball zwischen Ihre Füße. Ihr Kopf ruht auf dem liegenden Arm. Heben Sie nun mit gestreckten Beinen den Ball an und senken ihn langsam wieder ab. Wiederholen Sie die Übung für drei Sätze à acht Wiederholungen.
- Legen Sie sich auf die Seite. Ihre Beine und Ihr Rumpf bilden eine Linie. Rollen Sie den Ball langsam an der Außenseite Ihres Beines entlang und heben dabei den Oberkörper leicht an. Auch diese Übung wird auf jeder Seite für drei Sätze mit acht Wiederholungen ausgeführt.



### Kleines Koordinationstraining

- Stellen Sie sich auf ein weiches Sofakissen oder eine mehrfach gefaltete Woldecke. Ihre Füße stehen dicht geschlossen. Geben Sie den Ball kreisend um ihren Rumpf weiter.
- Marschieren Sie dabei auf der weichen Unterlage auf der Stelle
- Heben sie Ihre Knie dabei an und lassen den Ball wie eine Acht unter den angehobenen Beinen kreisen.

Dieses kleine Fitnessprogramm bietet ausreichend Übungen für die Halbzeitpause. Sie können die Übungen ja auch auf verschiedene Pausen verteilen. Natürlich hält es Sie auch über die Fußball-Weltmeisterschaft hinaus fit. Es muss ja auch nicht unbedingt ein Fußball zum Üben sein. Das ganze funktioniert auch mit einem Luftballon oder einem Tennisball.

Das Wichtigste ist, dass Sie dabei Spaß haben. Auch ist dieses Programm nicht frauenspezifisch zu sehen und schon gar nicht an ein Mindest- oder Höchstalter gebunden.

## Wir wünschen Ihnen viel Spaß dabei und bleiben Sie fit.



Carmen Weidmann, Physiotherapeutin und Sportwartin im DV Aachen

# DJK-Übungsleitertag in Ochtendung

## Vielfältiges Angebot und hohe Teilnehmerzahl

**Am Samstag, dem 19. März 2011 fand zum ersten Mal ein DJK-Übungsleitertag in der Region Rhein/Vordereifel statt. Aloysius Mester, stv. Vorsitzender und Sportwart, begrüßte die Teilnehmer und Teilnehmerinnen und war sichtlich erfreut über die große Teilnehmerresonanz.**



Annähernd 50 Teilnehmer/innen besuchten diese Veranstaltung. Nicht nur lizenzierte Übungsleiter, sondern auch Trainer und Betreuer aus den DJK-Vereinen, aber auch aus anderen Vereinen der Umgebung nahmen an dem Übungsleitertag teil. Jeder Teilnehmer hatte die Möglichkeit zwei der sechs angebotenen Workshops zu belegen, da jeweils am Vor- und Nachmittag drei Workshops stattfanden. Vormittags konnten sie sich zwischen „Training für den Rücken“, „Latin Aerobics“ und „Koordinative Fähigkeiten für Kinder zwischen 4 und 12 Jahren“ entscheiden und am Nachmittag zwischen „Pilates“, „Grundlagen der Leichtathletik spielerisch vermitteln“ und „Präventives Training zur Stressbewältigung und Förderung der Entspannungsfähigkeit durch Boule/Pétanque“. Im Rahmen des Übungsleitertages hatten die Teilnehmer/innen auch die Möglichkeit sich untereinander auszutauschen und sich wertvolle Tipps und Anregungen für ihre Arbeit anzueignen.

Der Tag begann mit einer kurzen Einstimmung und Vorstellungsrunde der Referenten in der Sporthalle

Ochtendung. Um den Kontakt und eine Vertrauensbasis der Teilnehmer untereinander zu schaffen, lud Jugend- und Bildungsreferent Rainald Kauer zu einem Kennenlern-Impuls ein. Hierbei musste man unter dem Motto „Einander Wärme schenken – die Handfläche“ (aus „Zweite Ideensammlung für den DJK-Sport“) Berührungängste abbauen und miteinander kommunizieren.

Im Anschluss daran teilten sich die Übungsleiter in ihre Workshops auf. Referent Michael Leyendecker (Selbach) zeigte seinen Teilnehmer/innen ein vielseitiges und anregungsreiches Programm zu dem Thema Rückentraining. Direkt neben an auf der Bühne der Sporthalle führte Felicitas Doff-Sotta-Bengel (Koblenz) in ihrem Workshop „Latin Aerobics“ in eine neue Form der Aerobic ein. Marc Heinzen und Mario Truetsch (beide Trier) gaben ihren Teilnehmern viele Impulse und Praxisbeispiele zum Thema „Koordinative Fähigkeiten für Kinder“. Danach kamen die Anwesenden bei einem leckeren Mittagessen zu ihrer verdienten Pause. Während der Mittagspause wurde das Thema „Sexualisierte Gewalt im Sport“ konkretisiert. Die Devise lautet, man muss sich als Übungsleiter und Verein mit diesem Thema auseinandersetzen und Notfallinstrumente erarbeiten.

Gleich darauf wurden die Workshops fortgeführt. Unter der Leitung von Michael Röder (Ochtendung) ging ein

Großteil der Teilnehmer/innen ins örtliche Stadion. Dort zeigte er verschiedene Wege auf, wie man Grundlagen der Leichtathletik spielerisch vermitteln kann. Nur wenige Gehminuten von der Sporthalle entfernt versammelte sich eine kleine Gruppe auf dem schönen Bouleplatz in Ochtendung. Hier brachte Rainald Kauer den Teilnehmern das Thema „Präventives Training zur Stressbewältigung und Förderung der Entspannungsfähigkeit durch Boule/Pétanque“ näher. Während dessen führte Felicitas Doff-Sotta-Bengel die Teilnehmer/innen in der Sporthalle durch die Welt des Joseph Pilates.

Zum Abschluss ließ man den Tag nochmals reflektieren und die Teilnehmer/innen waren begeistert von dem gut strukturierten und informativen Übungsleitertag. Besonders herzlich bedankten sie sich bei den Referenten sowie beim ausrichtenden Verein, der DJK Ochtendung und der DJK-Geschäftsstelle Trier.

**Auch in der Region Westerwald/Sieg wird dieses Jahr wieder ein Übungsleitertag stattfinden. Die TuS DJK Herdorf wird diesen Übungsleitertag am 18. Juni 2011 ausrichten.**



*Pilates.*

*Mit Felicitas Doff-Sotta-Bengel präsentierte eine erfahrene Dozentin das Thema Pilates, bei großem Interesse der Teilnehmer/innen.*

## DJK-Übungsleiterausbildung 2010 in Seibersbach

25 motivierte Übungsleiter/innen ausgebildet



*Geschafft.*

*25 neue DJK-Übungsleiter werden ihren Vereinsmitgliedern viel Freude bereiten.*

**In den letzten Herbstferien standen Lehrproben im Tennis, in der Leichtathletik, im Rhönradturnen, im Abenteuersport, im Badminton, im Handball, in Pilates, in der rhythmischen Sportgymnastik und erstmals im Fechten auf der Tagesordnung, so dass die angehenden DJK-Übungsleiter/innen besondere Tage im Sport- und Freizeitzentrum in Seibersbach erleben durften. „Das hätte ich nie gedacht, dass wir hier bei der DJK so viele unterschiedliche Sportarten kennenlernen und so umfassend über den Menschen im Sport etwas lernen konnten“, so die Aussage vieler Absolventen, der neunten C-Lizenz-Übungsleiterausbildung.**

Es war ein gelungener Lehrgang, der am Rande des Hunsrücks, 25 DJK-Übungsleiter aus sieben Diözesanverbänden (Speyer, Mainz, Limburg, Trier, Fulda, Freiburg und Aachen) zusammen führte. Dabei hatten sich die DJK-Referenten Michael Gosebrink (Freiburg), Joachim Sattler (Limburg), Rainer Mäker (Speyer), Marc Heinzen (Trier), Michael Leyendecker (Wissen) und Rainald Kauer (Trier) wieder etwas besonderes einfallen lassen, um den Teilnehmern die DJK so richtig erlebbar zu machen. So wurde der Dienstagabend zu einem geselligen Abend umfunktioniert, der Zeit für viele persönliche Gespräche über den sportlichen Tellerrand hinaus bot. Die Teilnehmer/innen waren

begeistert und insgesamt glücklich über eine Ausbildung, die sowohl fachlich, wie menschlich tolle Momente bereit hielt. Der Abschlussabend dokumentierte dies eindrucksvoll mit einem mehrstündigen Programm, dem auch die Jugendleiterin aus Freiburg, Theresa Luer sowie der stellvertretende Diözesanvorsitzende aus Trier, Aloysius Mester und der geistliche Beirat des Diözesanverbandes Limburg, Pfarrer Klaus Waldeck beiwohnten. Auch sie durften teilhaben an einer beeindruckenden Stimmung in der Ausbildungsgruppe.

Das Kennenlernen, insbesondere durch Elemente der Erlebnispädagogik, aber auch Spiritualität und Besinnliches sowie pädagogische Grundlagen standen im Mittelpunkt des Einstiegswochenendes im September. Etliche Hausaufgaben wurden verteilt und der anstehende Ausbildungsblock in den Herbstferien besprochen, so dass sich die Teilnehmer/innen bestens auf die Inhalte vorbereiten konnten.



An der Ausbildung nahmen teil: Seline Bublies (DJK Oberwesel), Tabea Eileen Werder (DJK Betzdorf), Sandra Schmiedel (DJK Betzdorf), Jessica Schmidt (DJK Betzdorf), Chantalle Boerebach (DJK Betzdorf), Jasmin Globas (DJK Selbach), Lisa Schmitt (DJK Selbach), Inken Thomas (DJK Herdorf), Kathrin Rauber (DJK Oberthal), Jessica Frank (DJK Bensheim), Jennifer Hofmann (DJK Bensheim), Oliver Schwerdt (DJK Bensheim), Horst Mann (DJK Dieburg), Daniel Marscholke (DJK Mainz), Walter Fendel (DJK Bensheim), Michael Schmidt (DJK Mainz), Mona Maier-Rotter (DJK Freigericht), Leonie Sinsel (DJK Freigericht), Andrea Rotter (DJK Freigericht), Simon Hör (DJK



*Herausforderung. Gemeinsam Aufgaben lösen und Ideen entwickeln, ein entscheidender Ansatz der Ausbildung.*

Rastatt), Dominik Häfner (DJK Neckarhausen), Bernadette Bauer (DJK Au am Rhein), Uta Schubert-Weigand (DJK Mannheim-Wallstadt), Susanne Jaeger (DJK Forstwald) und Michael Leimbach (DJK Ludwigshafen)

In den zehn Tagen der Herbstferien wechselten sich Theorie- und Praxiseinheiten sinnvoll ab und erleichterten so das Lernen. Insgesamt müssen bei der C-Lizenz-Ausbildung 120 Lerneinheiten von den Teilnehmer/innen absolviert werden. Die Ausbildung endete mit einem theoretischen Prüfungsparcours, bei dem in Gruppen das Wissen nochmals abgerufen und vertieft wird. So wie den obligatorischen Lehrproben, die den Teilnehmer/innen die Chance eröffnen, ihr pädagogisches Geschick zu präsentieren und unterschiedliche Sportarten kennen zu lernen.

Am Ende stand dann die Übergabe der Lizenzen, doch zuvor feierte Pfarrer Klaus Waldeck gemeinsam mit den



Mut.  
Sich auf unbekanntes  
Terrain begeben und  
erfolgreich sein.

Teilnehmern/innen in der Sporthalle einen schönen Gottesdienst, der die Tage in Seibersbach nochmals nachhaltig bündelte.

Ein Dank und Lob gebührt Renate und Tina, die beiden zuverlässigen und eifrigen Frauen im Hintergrund, die für das tägliche leibliche Wohl sorgten.

Der Termin für die nächstjährige Ausbildung steht fest, so dass Anmeldungen über die zuständigen DJK-Geschäftsstellen der Diözesanverbände noch bis zum 15. April erfolgen können. Das Vorbereitungswochenende findet vom 16. bis 18. September und der Ausbildungsblock vom 08. bis 16. Oktober 2011 statt.

## Rekordteilnehmerzahl bei Kletter-Schnuppertag der DJK-Sportjugend im Kletterwald Bendorf/Sayn

Die DJK-Sportjugend des Diözesanverbandes Trier hat nunmehr bereits im dritten Jahr nacheinander in den Herbstferien einen Schnupperkurs im Klettern in der Region Eifel/Mittelrhein anbieten können. Der Einladung folgten insgesamt 54 begeisterte Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus den Reihen der DJK Oberwesel, der DJK Ochtendung und der DJK Asterstein. Damit konnte die Teilnehmerzahl aus

dem vergangenen Jahr mit mehr als 40 noch einmal übertroffen werden.

Nach einem kurzen Fußmarsch durch das Brexbachtal standen die Teilnehmer/innen inmitten einer wunderschönen Waldlandschaft. Das Wetter spielte glücklicherweise mit, der angekündigte Regen blieb Gott sei Dank, aus. Zunächst erfolgte die fachliche Einweisung in den Kletterpark. Nach

der Einweisung und der Aufteilung in kleine Gruppen ging es auch schon los. Die Teilnehmer/innen konnten insgesamt dreizehn Parcours (Taunus, Eifel, Hunsrück, Pyrenäen, Fichtelgebirge, Erzgebirge, Takka-Tukka-Land, Kilimanjaro, Rocky Mountains, Alpen, Vogesen, Anden und Himalaya) mit bis zu 22 m Höhe und verschiedenen Schwierigkeitsgraden überwinden. Die Höhe der Plattformen sagte dabei noch nichts über den Schwierigkeitsgrad aus. Die Parcours stellten teilweise hohe Anforderungen an Kraft und Koordination. In den Gruppen entwickelte sich eine Gruppendynamik, die Teilnehmer/innen spornten sich gegenseitig an, um Ängste zu überwinden und besonders schwierige Stationen zu meistern. Viele konnten durch die Bewältigung der Parcours ihr Selbstbewusstsein stärken und steigern.



Nach vier Stunden im Waldhochseilgarten freuten sich die Teilnehmer/innen über frisch gebackenen Kuchen. Nach kurzem Aufwärmen im Zelt folgte leider für alle schon die Heimfahrt. Viele freuen sich schon jetzt auf die nächste Aktion der DJK-Sportjugend des Diözesanverbandes.

## Landesverbandstag des DJK-Sportverbandes in Mainz

### Britta Jappsen neue Präsidentin des DJK-Landesverbandes Rheinland-Pfalz – Rainer Fabian und Bernd Schlosser verabschiedet

**Britta Jappsen (Oberwesel) ist die neue Präsidentin des DJK-Sportverbandes Landesverband Rheinland-Pfalz. Die Delegierten der Mitgliedsverbände wählten sie in Mainz einstimmig zur Nachfolgerin von Rainer Fabian (Ludwigshafen), der gemeinsam mit dem Schatzmeister Bernd Schlosser (Betzdorf) verabschiedet wurde. Volker Monnerjahn, der Präsident des DJK-Sportverbandes mit Sitz in Düsseldorf, unterstrich die Bedeutung des DJK-Netzwerks in Kirche und Sport. Die Landesregierung Rheinland-Pfalz mit dem Ministerium des Innern und für Sport vertrat Gunter Fischer, der der DJK als werteorientiertem Sportverband dankte. Dieter Noppenberger überbrachte die Grüße des Landesportbundes Rheinland-Pfalz.**



*Gewählt.*

*Das neu gewählte Präsidium an der Spitze mit Präsidentin Britta Jappsen (Mitte).*

*v.l. Rüdiger Betz, Monika Kaiser, Karl Ludwig Ehrlich, Daniel Marscholke, Norbert Page, Britta Jappsen, Aloysius Mester, Rainer Fabian, Michael Kühn, Wolfgang Friedsam.*

Die neue Präsidentin dankte nach ihrer Wahl den Delegierten: „Ich darf Ihnen versichern, dass ich wie mein Vorgänger auch die vorhandenen Dinge, die sich als gut erwiesen haben, konservieren werde, sensibel sein werde für neue Entwicklungen in Sport und Kirche und als Teamplayerin gleichberechtigt und konstruktiv mit den Kollegen und Kolleginnen die Zukunft unseres christlichen DJK-Sportverbandes gestalten werde. Einer meiner Wahlsprüche lautet: „Verstehen kann man das Leben rückwärts, leben muss man es aber vorwärts“, so der dänische Theologe und Philosoph Sören Kierkegaard. Gehen wir gemeinsam kreativ und konstruktiv die Zukunft an.“

In seiner Begrüßung verdeutlichte Fabian, dass in den vier Jahren seit dem letzten Landesverbandstag in Oberwesel

2006 die Mitgliederzahl geringfügig zurück ging. Angesichts insgesamt statistisch gesehen rückläufiger Bevölkerungszahlen ist dies jedoch insgesamt positiv zu werten. „Dies ist ein Zeichen, dass wir weiterhin attraktiv sind als christlicher Sportverband“. Fabian, der nach neun Jahren als Präsident und vorher als Vizepräsident aktiv war, fasste die zurückliegende Zeit zusammen: „Für mich war das eine Zeit, die mir auf Grund des freundschaftlichen Umgangs im Landesverbandspräsidium viel Freude gemacht hat.“ Er dankte allen für den gemeinsam zurückgelegten Weg.

Mit besonderer Freude begrüßte Rainer Fabian unter den Ehrengästen in

Vertretung des Sportministers Gunter Fischer, Dieter Noppenberger als Vizepräsident des Landessportbundes Rheinland-Pfalz und Präsident des Sportbundes Pfalz, von der Landtagsfraktion der FDP, Landtagsabgeordneter Walter Strutz, sowie den Präsidenten des DJK-Bundesverbandes und Festredner Volker Monnerjahn.

„Seht, da ist der Mensch!“. Unter diesen Satz des Pilatus stellte der Geistliche Beirat des DJK-Landesverbandes, Pfarrer Michael Kühn (Landstuhl), sein Geistliches Wort. Der Mensch sei ein liebenswerter Gedanke Gottes und dieser Kultur entsprechend gelte es auch den Sport zu prägen. Deshalb seien in der DJK auch alle Willkommen: Alt und Jung, Gesunde und Kranke, Freizeitsportler und Wettkämpferinnen.

Der Präsident des DJK-Sportverbandes Volker Monnerjahn sprach zum Thema „Netzwerk DJK“. Er nutzte das Bild des Spinnennetzes, um Strukturen und Anknüpfungspunkte zu erläutern. Insbesondere die Mittlerfunktion des DJK-Sportverbandes zwischen Kirche und Sport erwähnte er, stelle die DJK doch den Knotenpunkt beider Organisationen da.

Walter Strutz unterstrich die positive Wirkung von Netzwerken, wies aber auch auf die rechtlichen Implikationen mit Blick auf den Datenschutz hin. Und Gunter Fischer aus dem Sportministerium überbrachte die Grüße des Sportministers Bruch. Er dankte der DJK für das breite ehrenamtliche Engagement im Sport und unterstrich die soziale Bedeutung. „Ehrenamtliche Arbeit ist ein



Eckpfeiler unserer staatlichen Ordnung.“

Dieter Noppenberger überbrachte die Grüße des Landessportbundes und der drei Sportbünde. Für ihn verdeutliche die DJK die besondere Verknüpfung von Bewegung und Christ sein als Einheit. Hier könne Partnerschaft und Gemeinschaft im Sport und im Gottesdienst erlebt werden. Besonders dankte er dem scheidenden Präsidenten für die gute und konstruktive Zusammenarbeit.

In der Plenarsitzung wählten die Delegierten Britta Jappsen zur Präsidentin. Ihr Stellvertreter ist Norbert Page (Limburgerhof), Geistlicher Beirat Pfarrer Michael Kühn (Landstuhl), Sportwart Wolfgang Friedsam (Oberwesel), Jugendleiter Daniel Marschollek

(Mainz), Schatzmeister Aloysius Mester (Betzdorf). Karl-Ludwig Ehrlich (St. Sebastian) ist der gewählte Vertreter des Bundes der historischen Deutschen Schützenbruderschaften.

Jappsen verabschiedete Fabian und Schlosser: Zwei Personen, die im letzten Jahrzehnt, ja bereits vorher die Arbeit im DJK-Landesverband Rheinland-Pfalz als christlichem Sportverband prägten und deren Handschrift deutlich zu lesen ist. „Euer Mitdenken und Mitgestalten prägte den Verband“, so Jappsen. Auch dankte sie dem



Ansprache.  
DJK-Präsident Volker Monnerjahn bei seinem Festreferat.

Geschäftsführer Rainer Mäker für die geleistete Arbeit im vergangenen Jahrzehnt.

## Ministerin stand Rede und Antwort

### Intensiver Meinungsaustausch mit Sportministerin und angehender Ministerpräsidentin Kramp-Karrenbauer



Mittelpunkt.  
Die angehende Ministerpräsidentin Annegret Kramp-Karrenbauer mitten im Kreis der DJK-Vertreter/innen.

Der DJK-Landesverband Saarland hatte die Vorsitzenden seiner 38 DJK-Sportvereine sowie die beiden DJK-Diözesanverbände Trier und Speyer zu einem interessanten Gespräch mit Ministerin Annegret Kramp-Karrenbauer nach Saarbrücken eingeladen. Sehr aufmerksam, konzentriert und routiniert gestaltete sich das Gespräch, das die Ministerin für Arbeit, Familie, Prävention, Soziales und Sport mit den anwesenden 25 DJK-Vertreter/innen führte. Dabei wurden sehr unterschiedliche Themenkomplexe angesprochen und fachlich versiert von Annegret Kramp-Karrenbauer beantwortet.

So ging es bei den Anfragen und Ausführungen um die Öffnung von Sporthallen während der Ferienzeit, die Thematik Ganztagschule und Verein, die Monopolstellung von Saartoto, die Förderung des Ehrenamts, die demografische Entwicklung im Saarland, die Haftungsrisiken von ehrenamtlichen Vorständen, den Sanierungsbedarf von Sportstätten, die anfallenden Kosten für die Sportstättennutzung

und die Fördermittel von Integrationsprojekten. Dass die Frau Ministerin dicht an den Themen der Vereine ist, wurde an diesem Abend deutlich. So signalisierte sie Hilfe und Unterstützung und fixierte sich etliche Punkte, um diese weiter zu recherchieren und Ziel führend zu beantworten.

Unter der Moderation des Präsidenten des DJK-Landesverbandes Saarland Alexander Funk (MdB) entwickelte sich ein informativer, kurzweiliger Abend im historischen Sitzungssaal des Ministeriums. Alle Anwesenden kamen zu Wort und nutzten diese Chance. Die

Vorsitzenden spürten, dass Ministerin Kramp-Karrenbauer sich der vielfältigen Anregungen und Wünsche annimmt und die Anliegen bei ihr gut aufgehoben sind.

Mit der Überreichung einer DJK-Kerze des Dankes durch die Vizepräsidentin Rosemarie Schorr endete ein intensiver Dialog. Der DJK-Landesverband Saarland versucht jährlich seine Vereinsverantwortlichen mit verantwortlichen Vertreter/innen aus Sport und Politik in den Dialog zu bringen, um die Rolle der DJK als wertorientierter Sportverband deutlich zu machen. Dieses Gesprächskonzept trägt Früchte und ist an diesem Abend positiv zum Tragen gekommen.



Kerze.  
Ausgestattet mit einer DJK-Kerze bedankten sich Präsident Alexander Funk (MdB) und Vizepräsidentin Rosemarie Schorr bei Ministerin Kramp-Karrenbauer.

## DJK on Tour eröffnet den Dialog

Profil zeigen! Was macht uns als DJK unverwechselbar vor Ort?

Alleinstellungsmerkmale der DJK auf dem Prüfstand!



Profil.

Alleinstellungsmerkmale der DJK herausarbeiten, dass Thema bei „DJK on Tour“.

„Profil zeigen! Was macht uns als DJK unverwechselbar vor Ort? Alleinstellungsmerkmale der DJK auf dem Prüfstand!“ so lautet das Motto der diesjährigen „DJK on Tour“-Veranstaltungen im Diözesanverband Trier. Der Diözesanverband lud nun schon zum

zwölften Mal die Vereine zu einem regionalen Treffen ein, um ihnen die Möglichkeit der Kontaktaufnahme und des Erfahrungsaustausches mit benachbarten Vereinen zu ermöglichen.

Unter der Leitung der Vorsitzenden Rosemarie Schorr sowie den stellvertretenden Vorsitzenden Alyosius Mester, Manfred Butter und Sebastian Jochum arbeiteten die teilnehmenden Vereine zuerst die Alleinstellungsmerkmale der Marke „DJK“ heraus und schauten sich dann anschließend an wie diese Merkmale in dem wohl

bekanntesten Medium, der Homepage, angepriesen werden. Die Vereine bei denen diese Merkmale und das Leitbild der DJK auf deren Homepage noch nicht ausgereift sind erhielten viele wertvolle Tipps und Bausteine um dies ansprechend zu gestalten.

Natürlich darf bei einer solchen Veranstaltung neben dem Austausch auch die Information nicht fehlen, in dem über bereits durchgeführte Veranstaltungen und über noch anstehende Projekte berichtet wurde.

„DJK on Tour“-Veranstaltungen haben in drei Regionen, Westerwald/Sieg, Rhein/Vordereifel und im Saarland mit insgesamt mehr als 70 Teilnehmern stattgefunden.

**Die Termine für die diesjährigen „DJK on Tour“-Veranstaltungen stehen bereits schon fest:**

- 27. September 2011 für die Region Westerwald in Wissen
- 19. Oktober 2011 für das Saarland in Ottweiler
- 25. Oktober 2011 für die Region Rhein/Vordereifel in Königfeld
- 26. Oktober 2011 für die Eifel Region

## Sexualisierte Gewalt im Sport

**Margret Steinborn-Heinrich DJK-Ansprechpartnerin für den Bereich der sexualisierten Gewalt**

Der geschäftsführende Vorstand des DJK-Sportverbandes Diözesanverband Trier hat bereits in seiner Sitzung vom 20. August die ehemalige pädagogische Leiterin eines Jugendhilfezentrums, Margret Steinborn-Heinrich (Trier), zur Ansprechpartnerin für den Bereich der sexualisierten Gewalt berufen. Die 59jährige Diplom-Psychologin verfügt über ausgezeichnete Kenntnisse und Erfahrungen im Umgang mit jugendlichen Opfern von

sexuellem Missbrauch. Sie steht den DJK-Sportvereinen, den Führungskräften, den Übungsleitern, Trainern und Betreuern sowie den Eltern und Jugendlichen, als Ansprechpartnerin zur Verfügung. In ihrer beruflichen Vita konnte sie insbesondere Mädchen zwischen 10 und 22 Jahren bei sexuellen Übergriffen wertvolle Hilfen bieten und begleiten. Sie ist zu erreichen unter der E-Mail-Anschrift M.Steinborn-Heinrich(at)djk-dv-trier.de.

Die Verantwortlichen der DJK im Bistum Trier sind froh und dankbar, dass sie mit Margret Steinborn-Heinrich ihren Vereinen eine sehr erfahrene und geschulte Mitarbeiterin empfehlen können. Margret Steinborn-Heinrich gehört nicht der DJK an und ist damit eine ideale außenstehende Begleiterin der DJK-Bewegung.

**Handreichungen zum Thema „Sexualisierte Gewalt“**

Handreichungen zu dem Thema „sexualisierte Gewalt“ finden Sie auf unserer Homepage [www.djk-dv-trier.de](http://www.djk-dv-trier.de) unter dem Punkt „Service“. Auch der Landessportbund (LSB) Rheinland-Pfalz hat sich mit diesem Thema auseinandergesetzt und ein Faltblatt dazu veröffentlicht. Dieses Faltblatt kann entweder von der Homepage [www.lsb-rlp.de](http://www.lsb-rlp.de) heruntergeladen werden oder beim LSB bestellt werden. Die ARD hat einen Film zu dem Thema „Sexualisierte Gewalt im Sport“ herausgebracht. Der Film „Der Trainer war der Täter“ handelt von einem Jungen der mit 12 Jahren Opfer eines Sexualtäters, der sein Trainer war, wurde. Unter [www.ardmediathek.de](http://www.ardmediathek.de) kann man sich diesen Film anschauen.

tergeladen werden oder beim LSB bestellt werden. Die ARD hat einen Film zu dem Thema „Sexualisierte Gewalt im Sport“ herausgebracht. Der Film „Der Trainer war der Täter“ handelt von einem Jungen der mit 12 Jahren Opfer eines Sexualtäters, der sein Trainer war, wurde. Unter [www.ardmediathek.de](http://www.ardmediathek.de) kann man sich diesen Film anschauen.



## Die zweite Ideensammlung ist erschienen

Nach den guten Erfahrungen des ersten Bandes „Ideensammlung für den DJK-Sport“ (Mai 2007), hat der DJK-Sportverband Trier eine Fortschreibung der Ideensammlung erstellt. Diese Fortschreibung knüpft bewusst und gezielt an der Interessenlage vieler Übungsleiter, Betreuer, Trainer, aber auch den Sportinteressierten und Vereinsverantwortlichen in den DJK-Sportvereinen an.

Die Ideensammlungen sind kostenlos erhältlich. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die DJK-Geschäftsstelle in Trier.



## Neuer DJK-Imageflyer

Ab sofort ist auf der Geschäftsstelle Trier der neue DJK-Imageflyer erhältlich. In diesem Flyer stellt sich die DJK vor. Ideal geeignet auch für den Einsatz im Verein. Gerne werden Exemplare kostenlos für Mitgliederwerbung zur Verfügung gestellt. Der DJK-Imageflyer macht die DJK bekannt.



## DJK-Übungsleiterfortbildung in Mainz

Für alle lizenzierten Übungsleiter findet am 18./19. November 2011 eine Übungsleiterfortbildung in Mainz statt. Inhalt dieser Fortbildung wird die Heidelberger Ballschule sein. Ziel der Heidelberger Ballschule ist die Vermittlung spielübergreifender Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem Ball.

Zu einem späteren Zeitpunkt finden Sie genauere Informationen zu dieser Fortbildung auf unserer Homepage und in unserem Newsletter.

## DJK-Ethik-Preis 2011

Der diesjährige DJK-Ethik-Preis des Sportes geht an die Professorin Ines Geipel (Berlin) sowie an den Mainzer Professor Norbert Müller.

Die ehemalige DDR-Leichtathletin Ines Geipel ist anerkanntes Doping-Opfer und erhält die Auszeichnung für ihr kompromissloses Eintreten für einen sauberen Sport. In die Schlagzeilen geriet die Ex-Sprinterin unter anderem, als sie um die Streichung ihres Namens aus den Rekordlisten des Deutschen Leichtathletik-Verbandes bat.

Mit dem Mainzer Sportwissenschaftler Norbert Müller würdigt der DJK-Sportverband einen international anerkannten Sportethiker, der sich auch als Präsident des Internationalen Coubertin-Komitees gegen Grenzüberschreitung einsetzt. Er ist Mitglied des päpstlichen Laienrates und dort zuständig für den Sport. Seit über dreißig Jahren engagiert sich der ehemalige Leichtathlet im Arbeitskreis „Kirche und Sport“, seine Forschungsschwerpunkte liegen in der olympischen Geschichte, dem Fair Play sowie dem Behindertensport.

Der mit insgesamt 5.000 Euro dotierte Preis wird am 11. April 2011 in Berlin verliehen.

## Familienwallfahrt 2011 des Bistums Trier

Das Bistum Trier lädt am Sonntag, dem 29. Mai 2011 herzlich zur Familienwallfahrt nach Maria Laach ein. Alle zwei Jahre veranstalten die Bistümer Aachen, Köln, Limburg und Trier gemeinsam eine solche Wallfahrt. Es gibt unterschiedlich lange Pilgerstrecken und am Zielort in Maria Laach warten familienbezogene Angebote, Workshops und Informationsstände auf die Teilnehmer bevor dort am Nachmittag ein Familiengottesdienst mit Bischof Dr. Stephan Ackermann stattfindet. Der DJK-Diözesanverband Trier wird sich an dieser Wallfahrt auch mit kleinen sportlichen Angeboten beteiligen. Die Ausschreibung mit näheren Informationen zur Familienwallfahrt finden Sie auf unserer Homepage.

## Bernd Morgen geehrt.

Am 12. März 2011 wurde Bernd Morgen mit dem Ehrenzeichen in Gold für seine jahrelangen Verdienste im Verein und Verband ausgezeichnet. Bernd Morgen ist Mitglied der DJK Pluwig-Gusterath und fand bereits in der Ära von Diözesanvorsitzendem Karl Metzger den Weg in den Vorstand des DJK-Diözesanverbandes. Von 1984 bis 2008 entwickelte er die DJK im Bistum Trier entscheidend mit und führte sie in eine erfolgreiche Zukunft. Als Mitarbeiter mit besonderer Funktion kümmerte er sich von Beginn an um die Öffentlichkeitsarbeit und die inhaltliche Ausrichtung des Verbandes. Parallel zu diesem Wirken engagierte er sich leidenschaftlich im Katholikenrat des Bistums Trier.



*Ehrung.*

*Franz Dirr, stv. Vorsitzender (r.) und Alyosius Mester, Sportwart (Mitte) ehrten Bernd Morgen mit dem DJK-Ehrenzeichen in Gold.*

## 3. DJK-Diözesanmeisterschaft im Pétanque

Am Sonntag, dem 14. August 2011 findet auf der Bouleanlage der DJK Betzdorf die 3. Offene DJK-Triplette-Meisterschaft im Pétanque statt. Nähere Informationen sowie die Ausschreibung zu diesem Turnier finden Sie zu einem späteren Zeitpunkt auf unserer Homepage und im Newsletter.

## Kreisheimattag des Landkreises Altenkirchen

Der Landkreis Altenkirchen veranstaltet am 08. Mai 2011 einen Kreisheimattag in Betzdorf. Die DJK-Vereine aus diesem Landkreis haben sich zusammengeschlossen und werden gemeinsam mit einem Stand sowie einer Showbühne an dem Kreisheimattag teilnehmen.

## Termine 2011

08. Mai  
Kreisheimattag in Betzdorf
20. - 22. Mai  
DJK-Jugendevent in Oberthal
29. Mai  
Radtour des Kreisverbandes Trier-Saarburg von Zerf nach Trier
29. Mai  
Familienwallfahrt des Bistums Trier
18. Juni  
DJK-Übungsleitertag in Herdorf
14. August  
3. Offene DJK-Triplette-Meisterschaft in Betzdorf
16. - 18. September und 08. - 16. Oktober  
DJK-Übungsleiter-C-Ausbildung in der Sportschule Seibersbach
27. September  
„DJK on Tour“ in Selbach
19. Oktober  
„DJK on Tour“ in Ottweiler
25. Oktober  
„DJK on Tour“ in Königfeld
26. Oktober  
„DJK on Tour“ in der Eifel
18. - 19. November  
Übungsleiter-Fortbildung in Mainz

## Termine 2012

03. März  
DJK-Sportkonferenz in Trier
- 24./25. März  
Jubiläum: 60 Jahre DJK-Diözesanverband Trier



## Einladung zum DJK-Jugendevent vom 20. - 22. Mai 2011 im Schullandheim Oberthal (Nordsaarland)

### FREITAG, 20.05.

- 18:00 Ankommen, Aufgabe :Namensschilder (Buttonmaschine), Stoffe, Farben, Basteln, Kennenlernspiele
- 18:00 – 20:00 Buffet und Einführung ins Thema, Spieleabend
- 22:00 Nachimpuls Nightline
- 23:00 Mitternachtssuppe

### SAMSTAG, 21.05.

- 07:45 Morgenimpuls Einstieg ins Thema
- 08:00 Frühstück
- 09:00 Workshops zum Thema „Spielfest im Verein“:
- 1: Bewegungsspiele für Einzelne und in Gruppen
  - 2: Spiele zur Förderung der Kreativität
  - 3: Spiele für die Sinne
- Laufkarte, Medaillen
- 13:00 Mittagessen
- 14:00 Spielfest im Rahmen des Sommersplash der DJK St. Georg Oberthal
- 19:00 Buffet anschließend Disco, open air Party

### SONNTAG, 22.05.

- 09:00 Frühstück
- 10:00 Gottesdienst auf dem Gelände des Schullandheims
- 11:00 Reflexion des Wochenendes, Infos und News anschließend Heimreise

### Weitere Infos und Anmeldung:

[www.djk-dv-trier.de](http://www.djk-dv-trier.de) / Tel.: 0651-24040

Anmeldeschluss : 09. Mai 2011

