



Hamburger Sportbund

# sportwelt hamburg

NR. 2 · MAI 2010 · 6. JAHRGANG · C 3432



## Premiere Sportabzeichen für Menschen mit körperlichen oder seelischen Beeinträchtigungen

Über 90 zufriedene Gesichter bei Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie ihren Betreuenden in der Leichtathletik-Halle

Zum ersten Mal hatten Menschen mit körperlichen oder seelischen Beeinträchtigungen die Möglichkeit, in Hamburg das Deutsche Sportabzeichen abzulegen. Rund 90 Teilnehmerinnen und Teilnehmer kamen auf Einladung des Hamburger Sportbunds (HSB) am 20. April 2010 in die Leichtathletik-Halle Hamburg.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Alter von acht bis 44 Jahren kamen aus dem Eimsbütteler TV, den Schulen Kielkamp, Nymphenweg, Paracelsusstraße sowie aus dem Handwerkerhof fecit. Die anschließenden Rückmeldungen waren, bis auf wenige organisatorische Hinweise, ausnehmend positiv.

Das Projekt stand auch auf der Wunschliste des Bereichs Breitensportentwicklung im HSB weit oben. „Das Sportabzeichen für Menschen mit Beeinträchtigungen wollten wir unbedingt umsetzen. Das Sportabzeichen steht seit langer Zeit für Bewegungsfreude, Gesundheit und Gemeinschaft. Das sind genau die

Ziele, die wir auch im Bereich Integration verfolgen. Wir bauen unser Engagement damit sinnvoll weiter aus“, sagte HSB-Vizepräsident Ehrhard Erichsen.

Den Tag in der Leichtathletik-Halle eröffnete gemeinsam mit Ehrhard Erichsen die Senatskordinatorin für

Fortsetzung auf Seite 6



heimspiel:  
Integrationsprojekt  
des HTB62

Seite 4



netzwerk:  
1. Hamburg Run  
am 10. Juli 2010

Seite 8



netzwerk:  
Kooperation  
Alice und HSB

Seite 9



BARMER GEKInform:  
Ernährungstipps  
für den Sommer

Seite 10

Jetzt aktuell im  
Innenteil dieser  
Ausgabe:  
Der HSB-Jahres-  
bericht 2009  
und  
Bilanz der  
Legislatur  
2006 – 2010



Auch wenn Sie die Entscheidung ärgert.  
**Der Rechtsweg ist leider ausgeschlossen.**



MACHT STARK.



Was auf dem Platz passiert, ist allein Sache der Schiedsrichter und Spieler. Mal geht es ruhig zu und mal weniger. Außerhalb des Platzes kommen wir ins Spiel – Rechtsweg eingeschlossen. Wir sind an Ihrer Seite, auch bevor ein Rechtsstreit vor Gericht endet. Unser Anwalts-Telefon JuraTel® wurde vom TÜV mit einer Spitzennote ausgezeichnet.

**Infos unter:  
(02 11) 98 700 700 oder [www.ARAG.de](http://www.ARAG.de)**





## Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

mit der aktuellen Ausgabe der sportwelt hamburg informieren wir Sie, wie gewohnt, über aktuelle Themen. In diesem Heft finden Sie zusätzlich eine Bilanz der Legislatur 2006 bis 2010 des HSB-Präsidiums und den Jahresbericht 2009. Beide Unterlagen sollen Ihnen zur Vorbereitung der HSB-Mitgliederversammlung am 19. Juni 2010 dienen.

Mit dem Jahresbericht legen wir Rechenschaft über den HSB-Haushalt 2009 ab und erläutern Ihnen mit den Berichten aus den einzelnen Referaten, welche Arbeitsschwerpunkte der HSB im Jahr 2009 gesetzt hat. Die Bilanz der Legislatur liefert eine Übersicht über die strategische Ausrichtung des HSB, die das Präsidium für die ablaufende Legislaturperiode gewählt hat.

Wir im Präsidium ziehen ein positives Fazit der Legislatur. Der HSB ist zum Berater und Dienstleister für seine Mitglieder geworden. Insbesondere ist aber sein politisches Gewicht in der Stadt Hamburg gestiegen. Wir sind mit Abgeordneten und Mandatsträgern aller Parteien gut vernetzt und sitzen bei allen wichtigen Themen des Sports mit am Tisch. Denken Sie zum Beispiel an den Sportentwicklungsplan.

Machen Sie sich mit Hilfe der vorliegenden Unterlagen aber bitte selbst ein Bild. Selbstverständlich stehen Ihnen alle Präsidiumsmitglieder auch für weiterführende Gespräche zur Verfügung.



Ihr Günther Ploß  
HSB-PRÄSIDENT



## Termine Hamburger Sportbund

|       |  |
|-------|--|
| 25.5. | LA Finanzen                                |
| 26.5. | Kuratoriumssitzung Stiftung Leistungssport |
| 31.5. | 3. HSB-Workshop „Integration durch Sport“  |
| 1.6.  | Präsidium                                  |
| 9.6.  | LA Leistungssportentwicklung               |
| 17.6. | Wassersportkommission                      |
| 19.6. | Mitgliederversammlung                      |
| 22.6. | LA Finanzen                                |
| 30.6. | LAG Sport Pro Gesundheit                   |
| 6.7.  | Präsidium                                  |
| 3.8.  | Präsidium                                  |
| 19.8. | Wassersportkommission                      |
| 24.8. | LA Finanzen                                |
| 1.9.  | LA Sportinfrastruktur                      |
| 7.9.  | Präsidium                                  |
| 16.9. | Wassersportkommission                      |

## SPORTVERANSTALTUNGEN IN HAMBURG MAI – SEPTEMBER 2010

|            |   |                |            |   |                |
|------------|---|----------------|------------|---|----------------|
| 22.05.2010 | RV Trave  | Radrennsport   | 02.07.2010 | FIBA U17 Weltmeisterschaft                                  | Basketball     |
| 28.05.2010 | City Nord Sporttage 2010                              | verschiedene   | 02.07.2010 | LV Meisterschaft  | Radrennsport   |
| 29.05.2010 | City-Nord Radrennen                                   | Radrennsport   | 04.07.2010 | Sparkassen-Kids-Cup   | Radrennsport   |
| 29.05.2010 | Qualifikationsturnier der 2. Bundesliga Nord-Ost-West | Dance          | 10.07.2010 | 1. Hamburg Run  | Laufen         |
| 30.05.2010 | 97. Alsterstaffel                                     | Leichtathletik | 10.07.2010 | Women's Run 2010  | Laufen         |
| 30.05.2010 | Qualifikationsturnier der Verbandsliga 1 Nord-Ost     | Dance          | 10.07.2010 | 141. Deutsches Derby  | Galoppsport    |
| 30.05.2010 | Qualifikationsturnier der Oberliga Nord-Ost           | Dance          | 17.07.2010 | Dextro Energy Triathlon Hamburg 2010                        | Triathlon      |
| 04.06.2010 | Deutsche Jugendmeisterschaften im Bohle               | Kegeln         | 24.07.2010 | Internationaler Achtersprint + Ruder-Bundesliga             | Rudern         |
| 05.06.2010 | Internationale DRV-Junioren-Regatta                   | Rudern         | 30.07.2010 | Norddeutsche Kanu-Rennsport Meisterschaft                   | Kanu-Rennsport |
| 06.06.2010 | Kreismeisterschaft Fita, Schützenkreis Hamburg        | Bogenschießen  | 31.07.2010 | EURO-Cup der Sharpies                                       | Segeln         |
| 06.06.2010 | IGA-Race-Day  | Radrennsport   | 07.08.2010 | Internationale Deutsche Meisterschaft                       | Judo           |
| 11.06.2010 | Deutsche Mastersmeisterschaften 2010                  | Schwimmen      | 07.08.2010 | 10. Rykää Frauenlauf Hamburg                                | Laufen         |
| 12.06.2010 | Landesentscheid für Mädchen und Jungen                | Rudern         | 07.08.2010 | Bahn/Jedermann  | Radrennsport   |
| 12.06.2010 | 2. Breitensportturnier                                | Reiten         | 12.08.2010 | Vattenfall YoungClassics                                    | Radrennsport   |
| 12.06.2010 | Hummel-Regatta  | Rudern         | 14.08.2010 | Radrennen um die Binnenalster (5. Vattenfall Cycliclassics) | Radrennsport   |
| 19.06.2010 | Staffelrudern   | Rudern         | 15.08.2010 | Vattenfall Cycliclassics                                    | Radsport       |
| 20.06.2010 | Inline-Skating Alsterrunde                            | Inline Skating | 21.08.2010 | Enter the Dragon  | Drachenboot    |
| 20.06.2010 | Nordcup/Beginners Cup                                 | Radsport       | 22.08.2010 | Men's Health Urbanathlon                                    | Laufen         |
| 25.06.2010 | 2. Hamburger Taiwan Cup Schülercup                    | Drachenboot    | 04.09.2010 | Hamburger Minigolf Open                                     | Bahnngolf      |
| 26.06.2010 | Länderspiele U 21 weiblich u. männlich                | Hockey         | 05.09.2010 | Radrennen Volksdorf   | Radrennsport   |
| 26.06.2010 | 2. Hamburger Taiwan Cup                               | Drachenboot    | 11.09.2010 | Vierlandenfahrt   | Kanu-Sport     |
| 27.06.2010 | 16. hella hamburg halbmarathon                        | verschiedene   | 12.09.2010 | 21. Internationaler Alsterlauf                              | Laufen         |
| 27.06.2010 | Internationales Kyu-Cup Turnier                       |                |            |   |                |
| 01.07.2010 | BDO Hamburg Masters 2010                              | Hockey         |            |   |                |

Nähere Informationen finden Interessierte unter [www.hamburger-sportbund.de](http://www.hamburger-sportbund.de).

## Die mit dem Fahrrad fahren ...

... tanzen zwar nicht mit dem Wolf, doch auch sie überwinden dabei für sich Grenzen und kommen in Kontakt mit anderen Lebensräumen. Die Rede ist von den Teilnehmerinnen an den Kursen „Fahrradfahren lernen für Frauen aller Kulturen und Nationalitäten“. Initiiert werden diese Kurse durch das Programm „Integration durch Sport“ beim Hamburger Sportbund.



*Erfolgreiche Kursvermittlung: sicherer Umgang mit dem Rad.*

Damit die Hemmschwelle für das gesunde und kostengünstige Fortbewegungsmittel nicht allzu groß ist, hat Kursleiter Christian Burmeister eine erfolgreiche Methode entwickelt, mit der er mittlerweile über 1.500 Menschen das Fahrradfahren beigebracht hat. Dabei werden gleich zwei Fliegen mit einer Klappe geschlagen: den Frauen wird in einer stressfreien Atmosphäre und mit viel Spaß der Zugang zu diesem Fortbewegungsmittel verschafft und sie können anschließend mit ihrem Fahrrad den „Aktionsradius“ in ihrem Lebensumfeld vergrößern. Das erhöht so ganz nebenbei die Möglichkeiten der sozialen Kontakte, denn die Einkaufstouren mit dem Fahrrad erweitern sich, der Weg zum nächsten Schwimmbad oder Baggesee kommt in erreichbare Nähe, der Wochenmarkt im anderen Stadtteil ist jetzt eine Alternative zum eigenen. Kurse werden immer wieder bei unterschiedlichen Hamburger Vereinen angeboten. Eine weitere Möglichkeit, sich mit dem Fahrrad anzufreunden, gibt es beim Dauerangebot von „Integration durch Sport“. Seit dem 2. Mai 2010 findet an jedem ersten Sonntag bis zum 3. Oktober 2010 ein solcher Kurs statt.

Wer es einen Tick sportlicher mag, der kann sich die Inline-Skates unter die Füße schnallen. In Kooperation mit der Hamburger Inline-Skating Schule bietet das Programm „Integration durch Sport“ kostenfreie Kurse für Frauen aller Kulturen und Nationalitäten an, bei denen das Inline-Skaten sowohl erlernt als auch verbessert werden kann. Weitere und mehr Informationen erhalten Sie beim Hamburger Sportbund, Kristjana Krawinkel, Tel. 040 / 419 08 - 276, oder Margarita Martinez, Tel. 040 / 439 94 50.

## + + + aktuelles



*Verschiedene Kulturen und Einflüsse werden verstärkt beim HTB62 in das tägliche Sportgeschehen verankert.*

### „INTEGRATION IST KEIN EINMALIGES PROJEKT“

## HTB62 jetzt mit Integrationsbeauftragtem und „Integrations-Euro“

**Dass Integration in Sportvereinen kein Fremdwort ist, unterstreicht ab sofort der Hamburger Turnerbund von 1862 e.V. (HTB62) ganz besonders. Denn angeregt durch einen Vereinsberatungsprozess, der vom Hamburger Sportbund angeboten wurde, hat der HTB62 die Position eines Integrationsbeauftragten geschaffen und fest in seine Satzung aufgenommen.**

Der neu ernannte Integrationsbeauftragte Quasi Sultani wird nun - mit eigenem Etat - beim HTB62 für kulturelle Verständigung sorgen. „Integration ist kein einmaliges Projekt“, so Sultani. „Wir wollen, dass sie gelebte Praxis in unserem Verein ist. So werden künftig verstärkt verschiedene Kulturen und Einflüsse in das tägliche Sportgeschehen für jeden sichtbar und nachvollziehbar verankert.“ Dem Integrationsbeauftragten und der Satzungsänderung vorausgegangen ist die Vereinsberatung zur Integrationsförderung des Hamburger Sportbundes im Rahmen des Programms „Integration durch Sport“. In enger Zusammenarbeit mit dem Referat Vereins- und Verbandsentwicklung im HSB wurde ein Moderations- und Beratungsprozess entwickelt, der seine Mitglieder unterstützen soll, Projekte zu planen und entsprechende Strukturen zur interkulturellen Öffnung des Vereins zu schaffen. Finanziert wurden die Beratungskosten über die zweckgebundenen Mittel zur Integrationsförderung der FHH.

In der Vereinsberatung wurde der HTB62 über einen längeren Zeitraum durch einen Moderator begleitet. Neben verschiedenen Workshops und Arbeitstreffen mit Vorstand und Vereinsmitgliedern wurden auch vereinsinterne und externe Analysen sowie konkrete Projektplanungen zu integrationsfördernden Maßnahmen durchgeführt.

Lange überlegen musste an dieser Stelle die engagierte Gruppe aus verschiedenen sportlichen Bereichen des Vereins nicht. Einen Ansprechpartner für alle Fragen die Integration betreffend, sollte es geben. Aus diesem Gedanken formte sich die Position des Integrationsbeauftragten mit eigenem Etat. Zur Finanzierung dieses Etats wird ein Euro pro Jahr und Mitglied erhoben. Am 18. Februar hat die Hauptversammlung des HTB62 einstimmig die Einführung eines Integrationsbeauftragten und des sogenannten „Integrations-Euros“ beschlossen.

Auch im Jahr 2010 werden erneut mindestens fünf Vereine im HSB die Möglichkeit haben, eine Vereinsberatung zur Integrationsförderung im Rahmen des Programms „Integration durch Sport“ in Anspruch zu nehmen.

### KONTAKT

Kristjana Krawinkel  
Tel. 040 / 419 08-276  
k.krawinkel@hamburger-sportbund.de



**NEUE KONTINGENTSTUNDEN-TAFEL FÜR PRIMARSCHULEN**

# Drei plus x Stunden Sport

**Ab dem 1. August 2010 gilt für die Primarschule eine neue Kontingentstundentafel, mit der die Durchführung von mindestens drei Sportstunden pro Woche weiter ermöglicht wird. In den neuen Kontingentstundentafeln ist die Durchführung von 18 Wochenstunden Sport in den ersten sechs Schuljahren vorgegeben. Die Schulen müssen dabei in einem Schuljahr mindestens zwei Wochenstunden unterrichten. In allen Empfehlungen der Schulbehörde sind aber drei Wochenstunden Sport verzeichnet.**

„Wir gehen davon aus, dass sich die Schulen an die Empfehlungen der Schulbehörde halten und drei Stunden



Sport pro Woche unterrichten. Mit diesen Rahmenbedingungen ist sogar die tägliche Sportstunde möglich“, sagt HSB-Präsident Günter Ploß.

Die Kontingentstundentafel legt für alle Fächer und Lernbereiche Mindeststunden über mehrere Jahrgangsstufen fest, stellt jeder Schule aber weitgehend frei, wie sie die ausgewiesenen Zeitkontingente auf diese Jahrgangsstufen verteilt. Mit einem zusätzlichen flexiblen Stundenkontingent ist es Schulen mit einem sportbezogenen Profil möglich, auch mehr als drei Sportstunden pro Woche einzurichten und ihre Schwerpunktsetzung im Bereich Sport zu vertiefen.

**TENNIS-TURNIER AM ROTHENBAUM**

## Ermäßigte Tickets für HSB-Mitglieder

Vom 17. – 25. Juli 2010 findet wieder Deutschlands wichtigstes und größtes Tennis-Turnier statt. Im Rahmen der ATP World Tour 500 schlägt die Tennis-Weltelite am Rothenbaum auf. Aktive und Ehrenamtliche aus HSB-Mitgliedsvereinen erhalten einen Rabatt von 10% auf alle Tages-Tickets in den Kategorien 1 bis 4. Karten sind telefonisch unter der Ticket-Hotline 040/23 880 4444 oder per E-Mail an [tickets@german-open-hamburg.de](mailto:tickets@german-open-hamburg.de) erhältlich. Bei der Bestellung bitte das Kennwort „HSB“ angeben! Weitere Informationen erhalten Sie auch auf der Internetseite <http://german-open-hamburg.de>.



Centre Court am Rothenbaum

ANZEIGE

# Alles rund um den COMPUTER

- ◆ Hardware
- ◆ Software
- ◆ Netzwerke
- ◆ Schulungen
- ◆ Service



Individuelle Serviceleistungen und faire Preise für Vereine und Verbände

**HCR Hamburg**  
Gustav-Kunst-Straße 2-16 :: D-20539 Hamburg

**Telefon:** +49 (0)40 411 169 30  
**Telefax:** +49 (0)40 411 169 33

**E-Mail:** [info@hcrhamburg.de](mailto:info@hcrhamburg.de)  
**Internet:** [www.hcrhamburg.de](http://www.hcrhamburg.de)

AUSSCHREIBUNG

HSB-Trainerpreis 2010

**Zum vierten Mal verleiht der Hamburger Sportbund in diesem Jahr den HSB-Trainerpreis und ehrt damit erfolgreiche und vorbildliche Hamburger Trainerinnen und Trainer für außergewöhnliche Leistungen im Nachwuchsleistungssport.**



HSB-Vizepräsident Rolf Reincke verlieh den Trainerpreis 2009 an Slavko Tekic

Der Preis ist mit insgesamt 3.500 Euro dotiert. Davon erhält der Preisträger 2.500 Euro und der vorschlagende Verein oder Verband 1.000 Euro. Mit der Aktion unterstützt der Hamburger Sportbund die Traineroffensive des DOSB, mit der die Arbeit der Trainerinnen und Trainer herausgehoben und ihre Leistungen im Sportsystem mehr Anerkennung erfahren sollen. Denn: Ohne Trainer keine Medaillen! Die Auszeichnung steht für herausragende sportliche Leistungen und Erfolge der betreuten Athleten im Nachwuchsbereich sowie für Fachkompetenz und moralische Vorbildfunktion der Kandidaten. Weitere Kriterien sind soziale und pädagogische Kompetenz, überdurchschnittliches Engagement, organisatorisches Geschick und maßgebliche Mitwirkung bei der Erstellung von Konzepten und Strukturen zur Entwicklung leistungsfördernder Rahmenbedingungen in Hamburg. Vorschläge können noch bis zum 31. August 2010 von vertretungsberechtigten Personen eines Vereines oder Verbandes, der Mitglied im Hamburger Sportbund ist, gemacht werden. Eine Jury beurteilt die Vorschläge und wählt den Preisträger bzw. die Preisträgerin aus. Die öffentlichkeitswirksame Ehrung „Des Trainers / der Trainerin des Jahres“ findet im Rahmen des HSB-Jahresempfangs statt.

Weitere Informationen und Anmeldeunterlagen sowie die Möglichkeit, Vorschläge online abzugeben finden Interessierte zum download auf den HSB-Internetseiten im Inside-Bereich/Trainerpreis.

**KONTAKT**

Niclas Hildebrand  
Tel. 040 / 419 08-201  
n.hildebrand@hamburger-sportbund.de

FORTSETZUNG VON SEITE 1

Sportabzeichen für Menschen mit körperlichen oder seelischen Beeinträchtigungen

die Gleichstellung behinderter Menschen, Antje Blumenthal. Sie vertrat die Schirmherrin des Projekts, Sportsenatorin Karin von Welck, die aufgrund von anderweitigen Terminen nicht dabei sein konnte. Die Senatorin bedauerte diese Terminkollision, signalisierte aber ihre Zusage für die Übergabe des Sportabzeichens im Oktober 2010 an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Die Verleihung der Urkunden erfolgt erst im Herbst, da zu den Leistungen für das Sportabzeichen auch für Menschen mit Beeinträchtigungen das Schwimmen gehört. Aus organisatorischen Gründen werden diese Prüfungen dezentral im Sommer abgelegt. Für alle Prüfungen von Menschen mit Beeinträchtigungen liegen bundesweit einheitliche Kriterien des Deutschen Olympischen Sportbundes und des Deutschen Behindertensportverbands vor. Es gibt 11 verschiedene Behinderungsklassen mit entsprechenden Untergruppen, für die insgesamt 32 verschiedene Eingruppierungen existieren. Diese dienen zur Leistungsüberprüfung.

Maßgeblich mitentwickelt hat diese Kriterien der Rehabilitations- und Behinderten-Sportverband Schleswig-Holstein (RBSV Schleswig-Holstein), der bei der Premiere in Hamburg auch die offiziellen Prüfer für die Abnahme des Sportabzeichens stellte. Weiterer Kooperationspartner war der Behinderten- und Rehabilitationssportverband Hamburg (BRS Hamburg).

Die Idee für das Projekt lag bereits seit längerer Zeit im Referat für Breitensportentwicklung vor. Es wurde aber erst im Jahr 2010 möglich, weil die Hamburger Sparkasse (Haspa) mit einer großzügigen Spende die Finanzierung realisierbar machte. Bei einer internen Kundenbefragung hatte das Unternehmen für jedes geführte Kundengespräch einen Euro gespendet. Abschließend rundete die Haspa den Betrag auf 5.700 Euro auf.



Rechts: Hans Hirning (2. Vorsitzender, BRSH), die Senatskoordinatorin für die Gleichstellung behinderter Menschen Antje Blumenthal und HSB-Vizepräsident Ehrhard Erichsen (v.l.) eröffneten die Veranstaltung



Jeder gab sein Bestes – die Teilnehmer und die Betreuer

„Wir freuen uns sehr, mit unserem finanziellen Beitrag zum Gelingen dieses Projektes beigetragen zu haben. Die Förderung des Jugend- und Breitensports in Hamburg hat eine lange Tradition bei der Haspa. Viele Hamburger Sportvereine erhalten jährlich mehrere hunderttausend Euro aus Fördermitteln der Haspa oder durch Ausschüttungen der von der Haspa gegründeten Peter-Mählmann-Stiftung“, sagt Dr. Harald Vogelsang, Vorstandssprecher der Haspa.

Der HSB-Partner Erhard Sport beteiligte sich ebenfalls umfangreich und ermöglichte beispielsweise den Kauf von T-Shirts für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer für diese besondere Veranstaltung. „Unsere Partner haben diesen Tag überhaupt erst erfüllbar gemacht. Wir bedanken uns herzlich für ein Stück gelungene Integrationsarbeit in Hamburg“, so HSB-Vizepräsident Erichsen.

**KONTAKT**

Katrin Gauler  
Tel. 040 / 419 08-225  
k.gauler@hamburger-sportbund.de

Links: Acht bis 44 Jahre alt waren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer





Bald unter freiem Himmel auf dem Rathausmarkt – Spannung beim Rollstuhlbasketball

## BG KLINIKTOUR 2010

# „Bewegung verbindet“ auf dem Hamburger Rathausmarkt

**125 Jahre gesetzliche Unfallversicherung und BG Kliniktour 2010 präsentieren unter dem Motto „Bewegung verbindet“, dass es ganz leicht ist, Menschen mit und ohne Behinderungen für den gemeinsamen Sport zu mobilisieren. Am 25. Juni macht die bundesweite Roadshow unter der Schirmherrschaft von Bundespräsident Horst Köhler Station auf dem Hamburger Rathausmarkt.**

Von 11 bis 15 Uhr wird auf dem Rathausmarkt ein buntes Informations- und Sportprogramm mit einem integrativen Streetball-Turnier und vielen weiteren Aktionen stattfinden. Hamburger Schüler können sich beispielsweise im Vorfeld der U17-Basketball-Weltmeisterschaft mit den Profis im Streetball messen und gegeneinander um tolle Preise spielen.

Gemeinsam mit dem Hamburger Sportbund (HSB), dem BG Unfallkrankenhaus Boberg, den Hamburger Berufsgenossenschaften und Unfallkassen werden zahlreiche Mitmachaktionen vor Ort präsentiert. Mit Taiji Bailong Ball und weiteren Aktivitäten möchte der HSB viele Hamburgerinnen und Hamburger für den Sport in ihrer Stadt begeistern. Aber auch Behinderten- und Rollstuhlsportarten werden präsentiert. Show-Wettkämpfe mit international anerkannten Leistungssportlern sowie Präsentationen der Kliniktour-Partner und regionalen Sportgruppen laden zum Mitmachen ein. So können im Rahmen der Kliniktour Menschen für den Behindertensport sensibilisiert werden, die sich noch nicht näher mit dem Thema befasst haben. Interessierte haben vor Ort die Möglichkeit, selbst einmal auszuprobieren, wie schwierig ein erster Umgang mit dem Rollstuhl sein kann.

Die Kliniktour wird vom Deutschen Rollstuhl-Sportverband e.V. (DRS) im Auftrag der Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) und der Vereinigung Berufsgenossenschaftlicher Kliniken (VBGK) organisiert.

### Sport und Mobilität – entscheidend in der Rehabilitation

Neben den vielseitigen Mitmachangeboten geben Bühnentalks Informationen über den Bewegungsansatz der BG-Kliniken. Paralympische Top-Athleten berichten von ihren eigenen Erfahrungen in der Reha und von ihren persönlichen Wegen zum Sport. Beispiele aus der ambulanten und stationären Mobilitätsförderung beleuchten, welche Bedeutung dem Sport in der Rehabilitation zukommt. Er hält nicht nur in mentaler und physischer Hinsicht fit, er hilft auch, soziale Kontakte aufzubauen. An diesem Punkt setzt auch das ganzheitliche Behandlungskonzept der BG-Kliniken an. Ziel ist eine optimale Rehabilitation der Patienten. Und dies gelingt besonders durch die bewusste Verbindung mit dem Sport nach dem Motto „Bewegung verbindet“.



## AUSSCHREIBUNG

### Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes

**Auch im Jahr 2010 haben Sportvereine und Verbände in Hamburg wieder die Möglichkeit, ihre Ehrenamtlichen für die Verleihung der Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes vorzuschlagen.**

Jedes Jahr zeichnet der Senat der Freien und Hansestadt Hamburg verdiente ehrenamtliche Aktive im Sport mit der 1926 gestifteten Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes aus.

Immer im November kommen die Kandidaten, ihre Freunde aus den Sportvereinen und stolze Familienmitglieder zu einem Senatsempfang in den Kaisersaal des Hamburger Rathauses.



Dort zeichnet Sportsenatorin Karin von Welck gemeinsam mit HSB-Präsident Günter Ploß die Ehrenamtlichen für langjähriges Engagement in ihren Vereinen und Verbänden aus. In würdigem Rahmen halten beide abwechselnd eine individuelle Laudatio auf die Preisträger und überreichen anschließend gemeinsam die Auszeichnung. Seit 1994 kooperiert der Senat mit dem HSB bei der Verleihung der Medaille für treue Arbeit im Dienste des Volkes im Bereich Sport. Vorschläge aus den Vereinen und Verbänden können beim HSB eingereicht werden. Eine aus HSB-Präsidiumsmitgliedern zusammengesetzte Jury bewertet diese Vorschläge und reicht ihre Auswahl an die Stadt weiter. Die Einsendung eines Vorschlags ist ab sofort bis zum 31. Juli 2010 möglich. Auf den Internetseiten [www.hamburger-sportbund.de](http://www.hamburger-sportbund.de) können diese Vorschläge im Inside-Bereich online eingegeben werden. Selbstverständlich steht ein Ansprechpartner für Fragen oder die Zusendung von Unterlagen zur Verfügung.

### KONTAKT

Hamburger Sportbund  
Stefan Schubot  
Tel. 040/419 08-287  
[s.schubot@hamburger-sportbund.de](mailto:s.schubot@hamburger-sportbund.de)

## Impressum

sportwelt hamburg: ISSN 1614-3892

Herausgeber: Hamburger Sportbund e.V.

Redaktion: Thomas Michael (Leitung),  
Andrea Marunde, Stefan Schubot

Redaktionsanschrift: Schäferkampsallee 1,  
20357 Hamburg, Tel.: 040 / 4 19 08-253,  
Fax: 040 / 4 19 08-230,  
E-Mail: [hsb@hamburger-sportbund.de](mailto:hsb@hamburger-sportbund.de),  
Internet: [www.hamburger-sportbund.de](http://www.hamburger-sportbund.de)

Satz & Layout: Agentur PART:M,  
Schellerdamm 2, 21079 Hamburg

Druck & Verlag: Wehmeyer + Heinrich GmbH  
Medien und Logistik, Oliver Maseczick  
Humboldtstraße 1a, 21465 Reinbek

Erscheinungsweise: viermal jährlich

Nächste Ausgabe: September 2010

Fotos: Witters, Fotolia, HSB,  
(c) LSB NRW: Andrea Bowinkelmann

## Auf die Plätze – fertig – run!

Im Juli und August finden für Einsteiger, Freizeitläufer und Fortgeschrittene wieder zwei besondere Leckerbissen statt. Am 10. Juli feiert der 1. Hamburg Run Premiere. Neben dem Startschuss für Frauen beim Ladys Run und Männer beim Lords Run über jeweils 5 und 10 Kilometer durch den Volkspark wird auch zum bundesweit bislang ersten Turf Run eingeladen. Gesucht werden Hamburgs „Turfkönigin“ und „Turfkönig“, die die 1.040 Meter lange Runde der modernisierten TrabArena Bahrenfeld am schnellsten bewältigen.

In Kooperation mit dem Hamburger Sportbund bietet Veranstalter Heldenzentrale Hamburg den HSB-Mitgliedsvereinen das Vereinsangebot 6 + 2: Wenn sich acht Läufer/innen melden, startet die siebte und achte Person gratis.

Und Läuferinnen, die immer noch mögen, können dann am 7. August beim 10. Rykä Frauenlauf Hamburg rund um die Außenalster laufen. Wer sich die Strecke von



7,4 Kilometer noch zutraut: kein Problem, denn für Einsteigerinnen ist auch eine 3,5 Kilometer-Variante dabei. Für die HSB-Mitgliedsvereine besteht außerdem die Möglichkeit, spezielle Werbematerialien und Frauensportangebote im HSB-Info-Zelt zu präsentieren.

### WEITERE INFOS

**1. Hamburg Run:** [www.hamburgrun.de/redaktionssystem/HSB\\_Vereinsangebot.pdf](http://www.hamburgrun.de/redaktionssystem/HSB_Vereinsangebot.pdf)

**Rykä Frauenlauf Hamburg:**  
[www.hamburger-frauenlauf.de](http://www.hamburger-frauenlauf.de)

### KONTAKT

Jörg Esser  
Tel. 040 / 419 08-243  
[j.esser@hamburger-sportbund.de](mailto:j.esser@hamburger-sportbund.de)

ANZEIGE

DEUTSCHER  
SPORTAUSWEIS

DER OFFIZIELLE AUSWEIS DER DEUTSCHEN SPORTVEREINE UND -VERBÄNDE.



Ein Shop voller **Heimvorteile**

Attraktive Angebote...



Bis zu 60%  
**Rabatt**

...für Sie und Ihren Verein

**Wir seh'n uns!**

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



Fährt eine von Ihnen zu einer zukünftigen WM? – Teilnehmerinnen beim Tag des Mädchenfußballs

## 2.000 MÄDCHEN BEIM E.ON HANSE

# „Tag des Mädchenfußballs“ 2010 des HFV

Mädchenfußball macht Spaß, Mädchenfußball ist frech und Mädchenfußball ist erfolgreich. Immer mehr Mädchen wollen in Hamburg Fußball spielen. Seit Jahren gibt es im Frauen- und Mädchenbereich steigende Meldezahlen. Im letzten Jahr kamen mehr als 800 Mädchen zum Tag des Mädchenfußballs in die HFV-Sportschule nach Jenfeld. Am 1. Mai 2010 kam der Mädchenfußball in die Regionen. Zusammen mit dem HFV-Partner E.ON Hanse Vertrieb wurde der Tag des Mädchenfußballs in diesem Jahr in den Vereinen ETV, FC St. Pauli, 1. FFC Wilhelmsburg und sogar über die Stadtgrenzen hinaus beim SV Halstenbek-Rellingen ausgetragen. Diese hatten an den vier Standorten unter dem Motto „FIFA Frauen WM 2011“ ein buntes Programm rund um den Fußball zusammengestellt, bei dem sich alle nach Herzenslust selbst am Ball ausprobieren konnten. Es war ein Fest für die ganze Familie. Schminkstand, Clowns, Gesangsdarbietungen, Hüpfburgen, Moderation, Kuchen und Würstchen erfreuten Jung und Alt. Und das Beste: Der E.ON Hanse Tag des Mädchenfußballs war für alle fußballbegeisterten Mädchen da und die Resonanz von insgesamt 2.000 Mädchen an allen vier Standorten war überwältigend. Hannelore Ratzeburg (Vizepräsidentin des DFB und Vorsitzende des Ausschusses für Frauen- und Mädchenfußball im HFV) ließ es sich nicht nehmen alle vier Vereine zu besuchen, ihr Fazit: „Es war schon toll anzusehen, was die Vereine alles organisiert hatten und die Begeisterungsfähigkeit der vielen Mädchen für den Fußball freute mich ganz besonders. Ein großes Dankeschön an alle ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer und natürlich auch an E.ON Hanse Vertrieb für die Unterstützung und an die vielen Sponsoren in den Vereinen.“

Am Beispiel der Veranstaltung beim 1. FFC Wilhelmsburg sei einmal aufgeführt, was alles auf die Beine gestellt wurde:

E.ON Hanse Tag des Mädchenfußballs 2010 auf der Elbinsel: Schnuppern, Spaß und Freude bei der schönsten Nebensache der Welt, das stand im Mittelpunkt des interkulturellen Familienfestes auf Europas größter Flussinsel.

Nach der Begrüßung der Teilnehmerinnen durch Cordula Naujoks konnten Spielerinnen in zehn verschiedenen Sprachen die Begrüßung übersetzen. Danach bildeten Vertreterinnen des Vereins gemeinsam mit Hannelore Ratzeburg eine symbolische Brücke für das Miteinander der verschiedenen Kulturen.

Alle Mannschaften aus Schulen, Vereinen und Jugendeinrichtungen, die an der Mini-WM teilnahmen, trugen den Namen eines Nationalteams der Endrundenteilnehmer der FIFA-U-20-Frauen-WM in Deutschland (13.07. – 01.08.2010). Am Ende eines interessanten Turniers waren alle Sieger. Jede Teilnehmerin erhielt zur Erinnerung ein T-Shirt von E.ON Hanse. Adidas – Minibälle, verschiedene Fanartikel der FIFA Frauen WM 2011 und Geschenkartikel von SAGA GWG und igs gehörten ebenfalls zu den Preisen für die kickenden Mädchen.

## ENGAGEMENT FÜR DIE HSB-SPORTSUCHE

# Alice und HSB gehen neue gemeinsame Wege

**Alice und der Hamburger Sportbund (HSB) gehen ab sofort neue gemeinsame Wege. Seit langer Zeit ist der HSB zufriedener Kunde im Bereich Telefon und DSL-Internet. Nun werden die Partner die HSB-Sportsuche im Sinne der Vereine und Verbände in Hamburg noch bekannter machen.**



Das HSB-Info-Telefon bietet den Hamburgerinnen und Hamburgern seit 1994 die Möglichkeit, schnell ein passendes Sportangebot in einem Hamburger Verein zu finden. Für jeden Anruf beim Info-Telefon wird Alice 0,50 Euro bis zu einer Gesamtsumme von 2.000 Euro für ein Projekt des HSB spenden. Für das Jahr 2010 sind weitere Maßnahmen in Planung, die auch die Online-Sportsuche auf den HSB-Internetseiten bewerben werden. Insbesondere wird es hier um gemeinsame Auftritte bei Hamburger Sportveranstaltungen gehen. Die Kooperation zwischen Alice und HSB ist Teil einer umfassenden Hamburg-Kampagne.

Vor sechs Jahren startete HanseNet die Marke Alice in Hamburg. Heute ist Alice im gesamten Bundesgebiet verfügbar, hat aber seine Wurzeln nicht vergessen. „Hamburg bleibt unsere Heimat und deswegen möchten wir dieses Jahr den Menschen dieser Stadt etwas zurückgeben“, erklärt Thomas Heise, Direktor Marketing und Sales bei Alice. Die weiteren Partner sind der FC St. Pauli, den Alice rund um sein 100jähriges Jubiläum sponsert. Gemeinsam mit Radio Hamburg startet Alice Ende April „Das längste Telefonat der Welt.“ Das Panini-Heft „Hamburg sammelt Hamburg“ mit Alice als Partner sorgte bereits im letzten Winter für ein Sammelfieber in der Hansestadt. Als einer der Hauptsponsoren des Filmfestes im Herbst zeigt Alice auch für Kinofans Flagge. Außerdem setzt Alice die jahrelange Partnerschaft mit HaspaJoker fort.

### KONTAKT

Miriam Huckschlag  
Tel. 040 / 419 08-179  
m.huckschlag@hamburger-sportbund.de

## sportsmile im Rahmenprogramm der Basketball U17-WM in Hamburg

Vom 2. – 11. Juli 2010 findet in der Sporthalle Hamburg die Premiere der FIBA U17-Weltmeisterschaft der Herren statt. Die besten zwölf Mannschaften werden sich messen, um ihren Weltmeister auszuspielen. Hochspannung und tolle Basketball-Unterhaltung ist durch das imposante Teilnehmerfeld mit Basketball-Nationen wie den USA, Kanada, Argentinien, Spanien und Serbien gegeben. Sportlich abgerundet wird die WM durch die Mitmachangebote der sportsmile, die vom Hamburger Sportbund und Kooperationspartner BARMER GEK organisiert und angeboten wird.



Die sportsmile ist mittlerweile WM- und EM erprobt: So war die sportsmile schon während der Fußball-WM 2006, der Triathlon-WM 2007 und dem EM Fan Fest 2008 eine erfolgreiche Ergänzung der Veranstaltungen. Jedes Mal hat sie bei den Besuchern „bewegende“ Eindrücke hinterlassen. So soll es auch dieses Mal sein, wenn die Besucher z.B. Taiji Bailong Ball, Rudern, Fechten, Golfen oder Klettern ausprobiert haben. So ganz nebenbei erhalten sie dadurch einen kleinen Wink, wie einfach es ist, mit Sport etwas für seine Gesundheit zu tun.

Unterstützen wird der HSB das Organisations-Team der WM ebenfalls in der Vorbereitung und Durchführung des Turniers vor Ort. Außerdem hilft der HSB mit seinen Kontakten in Hamburg, beispielsweise zu den Hamburger Redaktionen der Medien. „Für den HSB ist selbstverständlich, dass wir die FIBA U17-Weltmeisterschaft unterstützen. Die Veranstaltung ist für Hamburg ein wichtiger und spannender Termin im Sportkalender“, sagt HSB-Präsident Günter Ploß.

Interessierte können sich schon heute über das Turnier im Internet unter <http://hamburg2010.fiba.com/> informieren.



**BARMER  
GEK** die gesund  
experten

## Ernährungstipps für den Sommer

**Dass Bewegung die Gesundheit fördert, steht außer Frage. Damit Gesundheit zu einer richtig runden Sache wird, sollte auch auf eine bewusste Ernährung geachtet werden. Daher werden wir hierzu unseren Lesern in den nächsten Ausgaben immer wieder kleine Tipps liefern.**

### TRINKEN...

Gerade in der kommenden warmen Sommerzeit ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr wichtiger Bestandteil einer gesunden ausgewogenen Ernährung. Wasser dient im Körper als Lösungs- und Transportmittel für Nährstoffe und ist ein wichtiges Kühlmittel für den Organismus. Alle lebenswichtigen Organe bestehen aus Wasser, z.B. das Gehirn aus 75% und Herz und Lunge aus sogar 80%. Wasser ist das wichtigste Lebensmittel überhaupt. Ein Flüssigkeitsverlust von 2% des eigenen Körpergewichtes verursacht eine geminderte Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit.

Herzklopfen, Übelkeit, Schwindel, sogar schmerzhafte Muskelkrämpfe können für Sportler und körperlich schwer arbeitende Menschen das Ergebnis einer zu geringen Flüssigkeitszufuhr sein. Die empfohlene Flüssigkeitszufuhr beträgt ca. 1,5 – 2 Liter am Tag. Wenn Sie körperlich schwer arbeiten oder viel Sport treiben erhöht sich die Menge leicht auf über 3 Liter pro Tag.

Mineralwasser, Leitungswasser, Früchtetees oder auch Fruchtschorle sind sehr gute Erfrischungen – nicht nur im Alltag, sondern auch optimal beim Sport. Selbstverständlich ist gegen einen frischen Fruchtsaft nichts einzuwenden, er sollte aber schon aus 100% Frucht bestehen. Denn dann kann man davon ausgehen, dass keine Zusatzstoffe wie Aromen, Zuckerzusätze oder Süßstoffe verwendet wurden. Auch können gern bis zu vier Tassen Kaffee oder schwarzer Tee in die Flüssigkeitsbilanz eines gesunden Erwachsenen mit einbezogen werden. Es gilt mittlerweile als erwiesen, dass sich diese Kaffeemenge pro Tag nicht negativ auf den Organismus auswirkt.

### OBST...

... ist nicht nur gesund, sondern auch eine leckere und einfach zuzubereitende Zwischenmahlzeit, gerade zur Sommerzeit. Welches Obst sollte man bevorzugen? Der Trick liegt in der Mischung. Es gibt keine guten oder schlechten Obstsorten. Der Zuckergehalt ist bei allen Sorten ähnlich und der Vitamingehalt variiert je nach Art und Jahreszeit. Gute Vitamin C-Quellen sind beispielsweise Sanddorn, schwarze Johannisbeeren, Kiwi und Zitrusfrüchte. Das Vitamin C schützt den Körper vor aggressiven sauerstoffhaltigen Verbindungen, den sogenannten freien Radikalen. Auch hemmt dieses Vitamin die Bildung von krebserregenden Nitrosaminen und begünstigt die Eisenaufnahme im Körper.

β-Carotin schützt als Antioxidans mutmaßlich den Körper vor Krebskrankungen, besonders des Atmungs- und Verdauungstraktes. Besonders hohe β-Carotinwerte finden sich in roten, orangen oder gelben Obstsorten wie Aprikosen, Papaya, oder Mango. Die enthaltenen Ballaststoffe erfüllen wichtige Funktionen im Körper als Sattmacher, schützen aber auch vor verschiedenen Erkrankungen wie erhöhten Cholesterinspiegel, Arteriosklerose, Dickdarmkrebs oder auch gegen Übergewicht und Verstopfung. Mit täglich nur zwei Händen voll Obst ist eine gute Versorgung mit Vitaminen und Ballaststoffen gedeckt.

>> Autor: Dirk Ganter, Dipl. oec. Troph.

### KONTAKT

Hamburger Sportbund  
Stefan Schubot  
Tel. 040/419 08-287  
[s.schubot@hamburger-sportbund.de](mailto:s.schubot@hamburger-sportbund.de)



2100 KILOMETER  
IM JAHR  
300 BAHNEN AM TAG  
29 WETTKÄMPF  
WOCHENENDEN  
12 WOCHEN  
STUNDEN IM KRAFTRAUM  
1000 JUBELSCHEIE  
4 MITTELLOHR  
ENTZÜNDUNGEN  
5 VEREINSREKORDE  
2 STOLZE ELTERN

**MIT DOPING IST  
ALLES UMSONST**



# NEUERKATALOG

Schule | Verein | Sport & Freizeit | Event | Therapie | Fitness

anfordern unter 09861 406-92

oder in unserem E-Shop

[www.erhard-sport.de](http://www.erhard-sport.de)



**ERHARD<sup>®</sup> SPORT**  
STARK IN JEDER DISZIPLIN

Wir schenken Ihnen **5 €** für Ihren nächsten  
ONLINE-Einkauf auf [www.erhard-sport.de](http://www.erhard-sport.de)

**E SPORTS**

Gutscheincode (gültig bis 31.12.2010)

**RA10033HSB**

Der Gutschein im Wert von 5 € wird von Ihrer Bestellung abgezogen.  
Keine Barauszahlung möglich · Mindesteinkaufswert 40 €