

SC GW Paderborn Stressabbau mit TaiChi

Paderborn. André Dawson, langjähriger Kampfkunst-Trainer beim SC Grün-Weiß Paderborn, hat an zwei Fortbildungen des Landessportbundes teilgenommen, um sein Repertoire im Bereich des TaiChi und des QiGong zu erweitern. Ende April absolviert er erfolgreich die Seminare „Stressabbau mit TaiChi“ und „QiGong und Faszien“, die beide vom Landessportbund (aufgrund der Pandemie als ganztägiges Online-Training) durchgeführt wurden. „Ich freue mich, in die bereits etablierten Kurse die neuen Erkenntnisse und Übungsformen einfließen lassen zu können. Das Thema Stressabbau hat mehr denn je in diesen Zeiten Relevanz, und unseren Faszien schenken wir generell zu wenig Aufmerksamkeit“, erklärt André Dawson.

Interessierte können die neuen Übungsformen in den zwei laufenden Kursen des medifit Paderborn erlernen, die Kurse laufen momentan montags um 9 Uhr und freitags um 17 Uhr, beide als Zoom-Angebot. Bei Fragen steht das medifit-Team (Telefon 05251-3909670, E-Mail: medifit@gw-pb.de) zur Verfügung. Zur Online-Buchung: <https://www.gw-pb.de/anmeldung.html>

Neulingskurs abgeschlossen

Fußball: 13 neue Referees

Paderborn. In Corona-Zeiten sind auch Schiedsrichter-Neulinge nur online zu gewinnen. Genau das haben sich die Ausbilder Jana Klaaßen, Erich Drotleff und Frank Niggemeier unter Federführung von Carsten Müller gedacht und im März einen entsprechenden Neulingskurs angeboten.

Den 13 Teilnehmern bescheinigte Müller ein gutes Durchhaltevermögen und konnte auch online zum Bestehen gratulieren. Folgende neue Fußball-Referees freuen sich auf den Re-Start: Mattes Sander (SF BW Paderborn), Marc Schmidt (VfL Lichtenau), Gabriel Cicek (Delbrücker SC), Janik Wiens (CSC Paderborn), Noah und Sergei Schäfer (SV Heide), Merle Stollburgs (SC Borcheln), Pauline Luigs (SC Borcheln), Levin Gogalla (FSV Bad Wünnenberg/Leiberg), Gerrit Bernard (FSV Bad Wünnenberg/Leiberg), Maher Khudeda Murad (SC GW Paderborn), Saad Joqi Jerdo (SC GW Paderborn), Barzan Saad Joqi (SC GW Paderborn).

Erster internationaler Auftritt

Dressur: Katharina Hemmer vom RV Altenautal startete mit der Stute Signorina beim Grand Prix und Grand Prix Spezial in Verden und platzierte sich

Von Julia Pongratz

Etteln. Beim internationalen Dressurturnier in Verden am vergangenen Wochenende hat ein junges Paderborner Team auf sich aufmerksam gemacht und eine beachtliche Premiere auf dem höchsten Parkett des Dressursports gefeiert. Die 26-jährige Katharina Hemmer vom RV Altenautal ist mit der Stute Signorina hier erstmalig im internationalen Grand Prix und Grand Prix Spezial an den Start gegangen. Das Paar vom Fleyenhof in Etteln trainiert bereits seit sechs Jahren gemeinsam und hat eine spektakuläre Entwicklung von den ersten Dressurpferdeprüfungen bis jetzt zum Grand Prix hinter sich.

Nach Platz fünf im Grand Prix mit 70,565 Prozent steigerte sich das Paar in seinem ersten Grand Prix Spezial sogar noch einmal. Hier erritt Katharina Hemmer den vierten Platz in der internationalen Konkurrenz mit 70,340 Prozent.

„Das ist wirklich ein tolles Gefühl, dass ich mit Signorina jetzt im Grand Prix und Grand Prix Spezial angekommen bin und wir auch direkt platziert waren.“, berichtet die talentierte Amazone, „ich habe Signorina selbst ausgebildet und wir haben alle Turnierfolge zusammen erarbeitet und erlebt. Daher kennen wir uns gegenseitig in- und auswendig und wissen natürlich auch in der Prüfung immer, was wir riskieren können.“

Die Erfolgsgeschichte von Katharina Hemmer wird dabei maßgeblich durch ihren Chef und Trainer, Hubertus Schmidt, begleitet, der es sich natürlich nicht nehmen ließ, seinen Schützling auch in Verden vor Ort zu unterstützen bei diesem großen Schritt in der sportlichen Entwicklung. „Es gibt natürlich Sicherheit, wenn Hubertus mich in der Vorbereitung unterstützt.“, beschreibt Katharina Hemmer die Wettkampfsituation, „bis-



Katharina Hemmer vom RV Altenautal feierte mit Signorina in Verden ihr internationales Turnierdebüt. FOTO: ANNABEL HANEBRINK

her war ich lediglich in der U25-Tour international am Start und habe daher nur wenig Grand Prix-Erfahrung. Die Platzierungen in Verden haben unsere Erwartungen aber

vollkommen übertroffen.“ Gemeinsam mit Sissy, wie ihre erfolgreiche Stute liebevoll genannt wird, möchte die junge Reiterin in diesem Jahr noch weitere Routine und

Kraft für die höchste Klasse der Dressur sammeln. Mit ihren weiteren Nachwuchspferden wird sie aber schon in dieser Woche beim RV Delbrück an den Start gehen. An-

schließend folgt dann das Turnier in Balve, wo sie ebenfalls mit ihren Nachwuchspferden weitere Punkte für die Qualifikation zum Nürnberger Burgpokalfinale sammeln möchte.

Jugendmeisterschaften abgesagt

Fußball- und Leichtathletikverband Westfalen: Stattdessen werden den Kaderathleten/innen Startmöglichkeiten im Rahmen der Ruhr Games im Juni im Wattenscheider Lohrheidestadion geschaffen

Paderborn. Die im Rahmen der Ruhr Games 2021 geplanten Jugendmeisterschaften des Fußball- und Leichtathletik-Verbandes Westfalen (FLVW) können aufgrund der derzeitigen pandemischen Lage trotz sorgfältiger Abwägung am 5. und 6. Juni nicht im Lohrheidestadion in Bo-

chum-Wattenscheid stattfinden. Darauf einigten sich die Kommission Wettkampfgorganisation und das Ruhr Games-Organisationsteam. „Wir haben mit allen Beteiligten und Entscheidungsgruppen viele und intensive Gespräche geführt. Die aktuellen Vorgaben seitens der Bundesregierung

zwingen uns zu diesem Schritt“, sagte Bernhard Bußmann, Vorsitzender des Verbands-Leichtathletik-Ausschusses (VLA), im Nachgang zur Kommissionssitzung Wettkampfgorganisation am vergangenen Montag. Gern hätten die Beteiligten allen westfälischen Athletinnen und

Athleten eine attraktive Startmöglichkeit geboten. Die Rahmenbedingungen lassen dies aktuell aber leider nicht zu.

Gemeinsam mit den Leistungssportverantwortlichen im FLVW entschied die Kommission Wettkampfgorganisation, zumindest den Kaderathletinnen und -athleten al-

ter Altersklassen eine Chance auf eine Leistungsbestimmung in einem attraktiven Rahmen einzuräumen. Aus diesem Grund ist für den 5. Juni 2021 eine Veranstaltung für Athletinnen und Athleten mit Kaderstatus im Lohrheidestadion im Rahmen der Ruhr Games 2021 geplant.

Per App in die Ergebnisliste

Leichtathletik: Auch die 33. Auflage des Residenz-Abendlaufes in Schloß Neuhaus kann nur in der Solo-Variante absolviert werden. Veranstalter freuen sich über eine Spende

Schloß Neuhaus. Die 33. Auflage des von der Leichtathletik-Abteilung des TSV 1887 Schloß Neuhaus veranstalteten Residenz-Abendlaufes wird anno 2021 ausschließlich als Solo-Lauf durchgeführt, da eine reale Veranstaltung aufgrund der aktuellen Pandemie-Lage nicht möglich ist.

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer können von Donnerstag, 13. Mai, bis einschließlich Pfingstmontag, 24. Mai, die angebotenen Strecken alleine oder maximal mit der den aktuellen Corona-Regeln entsprechenden Personenzahl absolvieren. Neben den üblichen Residenz-Abendlauf Strecken über 5 Ki-

lometer und 10 Kilometer wird diesmal auch eine Strecke über 20 Kilometer angeboten. Die 5- und 10-Kilometer-Strecken sind Rundkurse, die durch den Schloß- und Auenpark führen. Der 10-Kilometer-Lauf beinhaltet zusätzlich eine Umrundung des Lipesees. Für die 20-Kilometer-Strecke sind die 10 Kilometer zweimal zu absolvieren. Die Rundkurse weichen aus Gründen der Verkehrssicherheit von der üblichen Abendlauf-Streckenführung ab.

Der Lauf gehört wie gewohnt zur Hochstift-Cup-Serie. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Solo-Laufes können ihre per App gestoppten Zeiten und Streckenver-

läufe zur Auswertung über einen Link in die Ergebnisliste hochladen.

Die Anmeldung ist auf der bekannten Plattform my.race-

Novum: Ab dem 21. Mai zwei Abendläufe zur gleichen Zeit

result.com bis Montag, 24. Mai, um 16 Uhr möglich. Die Teilnahme ist kostenlos. Der TSV 1887 Schloß Neuhaus freut sich jedoch über freiwillige Spenden der Läuferinnen und Läufer, um die Anschaf-

fung einer Hochsprung-Anlage für die Vereinsjugend auf dem Sportgelände am Merschweg zu unterstützen.

Ein Novum gibt es im Rahmen der Hochstift-Cup-Serie. Noch während der Laufzeit des Residenz-Abendlaufes beginnt bereits am Freitag, 21. Mai, der Bentfelder Abendlauf als Solo-Veranstaltung. Die kurze Distanz zwischen den zwei Orten ermöglicht es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, am selben Tag an zwei Veranstaltungen der beliebten Laufserie teilzunehmen. Weitere Infos zu den Events gibt es auf den bekannten Seiten www.residenzabendlauf.de sowie www.hochstift-cup.de und www.rw-bentfeld.de.

„Wertvoller Teil der Lösung“

Paderborn. Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) fordert die Bundespolitik auf, die Beratungen über das Infektionsschutzgesetz für eine bundesweite Privilegierung des Sports für Kinder und Jugendliche zu nutzen. „Die Gesellschaft, insgesamt und insbesondere die Kinder und Jugendlichen, muss endlich aus der inzwischen mehr als ein Jahr anhaltenden Bewegungslosigkeit befreit werden. Mit Hilfe der bestehenden und bewährten Konzepte des Sports sowie der vielen Engagierten vor Ort können und müssen wir nun zeitnah sicher und verantwortungsvoll wieder starten“, fordert DOSB-Präsident Alfons Hörmann in einem Brief an die Fraktionsvorsitzenden der Regierungskoalition von CDU/CSU und SPD.

Er knüpft damit an den „Hilferuf“ von DOSB-Vizepräsident Andreas Silbersack an, der im Sportausschuss den drohenden Verlust einer ganzen Generation beschrieben hat. Mit Hilfe der bestehenden und bewährten Konzepte des Sports wie DOSB-Leitplanken, Übergangsregeln der Fachverbände oder DOSB-Hygiene-Standards sei der organisierte Sport mit seinen etwa 90.000 Vereinen in der Lage, verantwortungsvoll Bewegungsangebote zu machen.

Der Sport biete die Möglichkeit, die Gesundheit, soziales Miteinander und das Selbstwertgefühl der jungen Menschen zu fördern. Analog zum Szenario der Schulöffnungen sollte für diese Altersgruppe der Sport im Verein in Gruppen bis zehn Personen unter Einhaltung der Hygienekonzepte zugelassen werden. Auch bei privaten Treffen mit mehreren Personen würden Kinder und Jugendliche ja nicht auf die maximale Personenzahl angerechnet.

Unterstützung kommt auch aus der Wissenschaft. Erst kürzlich hatten führende Aerosol-Forscher auf das marginale Risiko von Infektionen unter Freiluftbedingungen hingewiesen. Jüngste Daten sehen nur 0,1 Prozent der Infektionen bei Aktivitäten im Außenbereich. Gleichzeitig zeigen Studien eindeutig, dass regelmäßiges Sporttreiben vor schweren Covid-Verläufen schützt. Auch Ernährungsforscher weisen auf Gesundheitsrisiken für Kinder durch Bewegungsmangel und falscher Ernährung hin. „In unseren Sportvereinen und einem unter klaren Regeln abgehaltenen Sportangebot liegt ein wertvoller Teil der Lösung bei der Bekämpfung der Pandemie“, erklärt Hörmann.



Das Massenstarterlebnis fällt auch beim 33. Residenz-Abendlauf aus. FOTO: TSV SCHLOß NEUHAUS