

Behinderten-Sport-Gruppe Frankfurt-Niederrad e. V.



Ausgabe "Behindertensport in Frankfurt" 2008



Sport
ist Lebensfreude - pur!

www.handicapsports.de

Foto: Ernst Rose

Behinderten-Sport-Gruppe Frankfurt-Niederrad e. V.
Tel: 069 / 210 28 787

“Ein neuer Anfang - Behinderten-Sport“?

In den Behinderten-Sport-Vereinen finden sich Menschen in Gruppen zusammen, deren Behinderungen ähnlich sind. Für sie wird jeweils von den Übungsleitern ein Konzept erarbeitet für sportliche Übungen und Spiele, die bei der jeweiligen Behinderung erfolgreich durchzuführen sind. Dabei wird darauf geachtet, dass die Freude am sportlichen Geschehen im Vordergrund steht.

Da kaum eine Behinderung der anderen gleich ist, gibt es wenig Übungsformen, die für alle Teilnehmer gleich gut geeignet sind. Was der Betreffende dann nicht kann, lässt er einfach aus.

Es gibt aber auch Grenzen der Leistungsfähigkeit, an die der Übungsleiter ganz allmählich heranführt. Dann kommt der Zeitpunkt, wo es einfach noch nicht weitergeht, heute – morgen – und übermorgen geht es doch weiter voran: Die persönlichen Grenzen werden hinausgeschoben.

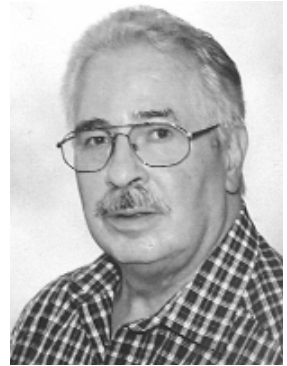
So gelingt es in vielen Fällen, den Sportler über die Anforderungen des Breitensportes zum Leistungssport zu führen. Nie erwartete Leistungen werden dann erreichbar. Welch beglückendes Gefühl das Erreichen einer solchen Leistung für den Betreffenden ist, kann sich jeder ausmalen.

Anreiz für solche individuellen Höchstleistungen können dann der Erwerb des Behindertensport-Abzeichens und z.B. die Teilnahme an nationalen Sportfesten bis hin zur Behindertenolympiade sein.

Horst Hofmann

1. Vorsitzender

Tel. 210 28 787 (privat)



45 Jahre leistet schon die Behinderten-Sportgruppe im Ramen ihrer breiten freizeitleichen Angebote Lebenshilfe für alle Altersgruppen. Kameradschaft, Disziplin, Ausdauer und Körperertüchtigung erleichtert nicht nur Behinderten, sondern auch durch Aufnahme von gesunden Familienangehörigen eine Integration zum Wohle der eigenen Gesundheit.

Am 02. März 1960 fand die Gründung statt und in einer der darauffolgenden Versammlung erfolgte durch Erstellung einer Satzung für die Selbständigkeit.

Dank allen Freunden unserer Sportgruppe, die uns bisher moralisch und mit guten Taten unterstützten und damit unsere erfolgreiche Arbeit mit förderten.

Aus der Bedeutung des Behindertensports geht hervor, welcher großen Aufgabe wir uns gestellt haben. Dafür allen Verantwortlichen, aber auch allen Mitgliedern besonders Anerkennung und Dank.

Diese Broschüre erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Sie soll mit ihren Beiträgen über die Alltagsarbeit informieren und behinderte Menschen motivieren, sich sportlich zu betätigen.

Horst Hofmann

1. Vorsitzender



Robert Klinzing

2. Vorsitzender



Klara Meyer

Kassiererin



Wolfgang Nord

Schriftführer



Rudolf Holz

Prüfer für das Deutsche Sportabzeichen für Behinderte u. Nichtbehinderte Sportler Sportabzeichen in Gold 13 x



Sabine Sauer

Gerätewartin
Boseweg 42
60529 Frankfurt am Main



Lilo Salmen

Seit Jahren ehrenamtliche Übungsleiterin
Gymnastik und Frauensport
Sportabzeichen in Gold 13 x

Unsere Übungsabende finden statt::

■ In der Deutschen-Turnschule / Otto-Fleckschneise
jeden Dienstag ab 19.30 Uhr.

■ Schwimmen mit Gymnastik, jeden Samstag
von 18.00 bis 19.00 Uhr.

■ Kegeln im Wechsel alle 14 Tage Freitags von 20.00 bis 23.00
Uhr in der Turnhalle Schwanheim, Saarbrücker Str. 4, Ffm
Schwanheim.

■ Sportabzeichen Training und Abnahme für Gesunde und Be-
hinderte im Juni, Juli und August immer ab 17.00 in der
Hahnstr., Ffm., Sportanlage der SKG Frankfurt.

“Wir sind nicht nur verantwortlich für das
was wir tun, sondern auch für das,
was wir nicht tun!”

(Molière)

*Wir danken allen Inserenten für ihre freundliche
Unterstützung bei der Herausgabe dieser Broschüre.*

Die Sportabzeichen

Schüler, Jugendliche und Erwachsene (auch Behinderte aller Schadensklassen) können das Sportabzeichen des Deutschen Sportbundes für gute, vielseitige, körperliche Leistungsfähigkeit verliehen bekommen.

Die sportlichen Bedingungen sind in fünf Gruppen aufgeteilt. Die Mindestleistungen sind nach Alter und Geschlecht, bei Behinderten je nach Schädigungsgrad unterschiedlich abgestuft. Aus jeder Gruppe muss nur eine Bedingung im Laufe eines Kalenderjahres erfüllt werden. Maßgebend für die Bestimmungen der Altersklassen ist das Kalenderjahr, in das der Geburtstag fällt.

Wer das Sportabzeichen erwerben will, muss nicht Mitglied in einem Sportverein sein. Jedermann sollte sich jedoch, bevor er die Prüfung ablegen will, planmäßig vorbereiten, um gesundheitliche Schäden zu vermeiden, gewissenhaftes Üben über einen längeren Zeitraum steigert das Leistungsvermögen. Außerdem wird eine sportliche Untersuchung angeraten.

Auskunft erteilt Ihnen die
Behinderten-Sport-Gruppe Frankfurt-Niederrad e. V.
Unter Tel. 069 / 210 28 787

„HandicapSports“ bringt ihre Behindertensport-Broschüren ins Internet! Auch die vor Ihnen liegende Broschüre finden Sie im Internet. ...einfach mal reinschauen unter: **www.handicapsports.de**

Radio4Handicaps startet durch !!



Sendestudio

Ein völlig neues Sendekonzept, viele neue Programmformate, Spezialsendungen mit externen Gesprächspartnern und ein komplett neues Team...- das alles erwartet unsere Hörer ab Januar 2008 bei:

Radio4Handicaps - Deutschlands erstem Internet-Radiosender mit Gesundheits-Themen und Informationen von und für Menschen mit und ohne Handicaps.* Über das Internet weltweit zu empfangen unter www.Radio4Handicaps.de

Neben den Nachrichten aus aller Welt, Wetter, Horoskop, Themensendungen für Menschen mit Handicaps und natürlich toller Musik aller Stilrichtungen wird es Spezialsendungen wie z.B. "Hörer fragen - Experten antworten" geben, in denen Fragen zu

bestimmten Themenbereichen gestellt werden können.

Ärzte, Architekten, Kfz-Umrüster, Reisefachleute u.a.m. werden unseren Hörern dazu Rede und Antwort stehen.

Auch wird es ab Frühjahr 2008 **spezielle Kindersendungen geben** - Schirmherr dieses Projektes ist Kinderliedermacher **Rolf Zukowski** !

Auch etwas ganz besonderes wird das Format **"Ich bin taub - und höre R4H"**. Schirmherr dieses Projektes ist der Musiker **Peter Maffay** !

Und auch der Behindertensport wird ein weiterer Themenschwerpunkt sein, denn dass Radio4Handicaps im Sommer 2008 live aus Beijing von den Paralympics berichten wird, ist eines der Highlights im kommenden Jahr.

Aber auch in den anderen Monaten wird **Radio4Handicaps** sich verstärkt dem Thema **"Behindertensport"** widmen. Alle Verbände und Vereine sind dazu eingeladen, uns ihre Wettkampfdaten, Ergebnisse und anderes mehr zu übermitteln, um diese dann in unseren Sportsendungen ausstrahlen zu lassen.

Das R4H-Team wird auch gerne Interviews mit den Sportlern, Trainern und mit den Verantwortlichen der Vereine führen und ausstrahlen, aber EINES brauchen wir dazu: IHRE Mitarbeit !! Schicken Sie uns Texte und / oder O-Töne gerne zu, damit wir deren Inhalte veröffentlichen können !

Mit Volldampf in den Frühling..!

Das Team von **Radio4Handicaps** wünscht hierzu viel Spaß und gute Unterhaltung - wir freuen uns auf Sie..!

Haben Sie Themenvorschläge für unsere Spezialsendungen, oder möchten Sie evtl. aktiv mitwirken an unserem Programm, oder das Projekt des als gemeinnützig anerkannten Health-Media e. V. unterstützen, in welcher Form auch immer...? Dann freuen wir uns auf Ihre e-Mail an: info@r4h.de

Mit bestem Gruß,
Ihr **Radio4Handicaps**-Team



Unser Motto:

"Nur wer abseits eingefahrter Wege geht,
hinterlässt bleibende Spuren."

Moderation im Rolli



Dr. Bruno Bugarski

ist seit 1984 unser betreuender Arzt.

Leibeserziehung im Behindertensport ist gesetzlich verankert. Aus dieser gesetzlichen Grundlage und deren Erkenntnissen wurden als Folge das Behindertengesetz geschaffen. Das ist die Voraussetzung zur sportlichen Betätigung aller Körperbehinderten.



Die Bewegungstherapie bei Gymnastik, beim Ballspielen, Schwimmen und beim Kegeln ist heute nicht mehr wegzudenken.

Auch dadurch erfolgte eine gute Integration mit gesunden Menschen in der Sportgruppe.



AIDS-AUFKLÄRUNG e.V.
Große Seestraße 31
60486 Frankfurt

Tel 069 / 76 29 33 · Fax 069 / 76 10 55

Internet: www.aids-aufklaerung.de
E-Mail: info@aid-aufklaerung.de

Lust an der Lust? Aber sicher!

HIV und AIDS können wir nur durch Information und Aufklärung begegnen.

AIDS geht Sie nichts an? Haben Sie keinen Sex? Doch? Na also! Dann lohnt es sich auch weiterzulesen...

Für jede Zielgruppe die richtige Sprache, das richtige Medium – das ist der Grundsatz der AIDS-AUFKLÄRUNG e.V., die seit 1986 in Frankfurt und im Rhein-Main-Gebiet in der AIDS-Prävention tätig ist. Für Jugendliche gibt es eine Broschüre, die gemeinsam mit Schülern entwickelt wurde und das Onlinequiz www.Safer-Sexpert.de – mit der Stimme von Andreas Bursche, dem bekannten Radiomoderator von YouFM.

Egal, ob Frauen oder Männer, ob Arbeitnehmer oder Empfänger von ALG II – jeder findet eine für ihn passende Broschüre und erfährt hier wissenswertes zu HIV und AIDS.

Weitere Angebote sind:

- Beratung: anonym, telefonisch, persönlich oder online.
Von montags bis freitags erreichen Sie uns zwischen 9 - 16 Uhr.
Nach Vereinbarung bieten wir Menschen aus Äthiopien und Eritrea eine spezielle muttersprachliche Beratung, schriftliche Infomaterialien in Tigrinja und Amharisch liegen jederzeit vor.
- Anonymer HIV-Antikörper Test
Wir führen den HIV-Test nach Terminvereinbarung durch. Das Testergebnis erhalten Sie bereits nach 15 Minuten. Individuelle ärztliche Beratung und Betreuung sind dabei selbstverständlich. Die Kosten für den Test betragen 25,- Euro.
- Informationsveranstaltungen und Fortbildungsmaßnahmen
Nehmen Sie unser interessantes Angebot für Schulen, Betriebe, Vereine wahr und vereinbaren Sie mit uns die Durchführung einer zielgruppenspezifischen Veranstaltung.

Suchen Sie auf unserer Homepage www.aids-aufklaerung.de die wichtigen Informationen, die Sie brauchen.

Wissen schützt – sprechen Sie uns an!

Sport trotz gesundheitlicher Einschränkung

Sport und Beschwerden

Mit Sport bleiben Sie nicht nur in Form und beugen einer Vielzahl von Krankheiten vor. Gute Erfolge können Sie auch dann noch erzielen, wenn es bereits zwickt und zwackt oder Sie gar von einer ernsthaften Erkrankung betroffen sind. Nicht selten ist Sport ein wichtiger Bestandteil medizinischer Behandlungen.

Bewegung hilft bei fast allen gesundheitlichen Beschwerden, die mit zunehmendem Alter häufiger auftreten. Zum Beispiel bei

- * Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- * Bluthochdruck
- * Diabetes mellitus Typ II
- * Rückenbeschwerden
- * Osteoporose
- * Arthrosen
- * Übergewicht
- * Beschwerden in den Wechseljahren u.a.

Früher forderte man kranke Menschen auf, sich bloß nicht anzustrengen. Inzwischen hat man erkannt, dass lang andauernder Bewegungsmangel außerordentlich gesundheitsschädlich ist und noch kranker machen kann. Körperliche Aktivität kräftigt den gesamten Organismus. Bewegung wirkt sich positiv auf die Durchblutung der Organe aus, sie stärkt das Herz, senkt erhöhten Blutdruck, reguliert die Fett- und Zuckerwerte des Blutes, kräftigt die Skelettmuskulatur, erhöht die Knochendichte, hilft Übergewicht abzubauen und kann einen Großteil der Beschwerden während der Wechseljahre lindern. Nach Operationen oder einer längeren, krankheitsbedingten Bettruhe gehört ein leichtes körperliches Aufbautraining fast immer zur vollständigen Genesung.

Sport ist bei vielen Krankheiten wichtiger Bestandteil medizinischer Behandlungen.

gefördert durch ...

Sponsor-Partner ...

Der schnelle Link ...

Partner der Kampagne...

Der Deutsche Olympische Sportbund unterstützt die Aktion 3000 Schritte extra

© Deutscher Olympischer Sportbund 2007
www.richtigfitab50.de

Fachärztliche Unbedenklichkeitsbescheinigung nach Koronarerkrankung

Seit diesem Jahr gibt es ein Formular "Fachärztliche Unbedenklichkeitsbescheinigung nach Koronarerkrankung", das Betroffene sich vor der Aufnahme des Trainings für das Deutsche Sportabzeichen von Ihrem Facharzt ausfüllen lassen und es anschließend dem Trainer/ Übungsleiter aushändigen. Dies geschieht aus versicherungstechnischen Gründen sowohl für den Trainierenden als auch für den Trainer/ Übungsleiter. Das Formular können Sie unter folgendem Link downloaden: **www.deutsches-sportabzeichen.de**

Formular "Fachärztliche Unbedenklichkeitsbescheinigung nach Koronarerkrankung"

© Deutscher Olympischer Sportbund 2007



Die Entwicklung des Sports und des Sportabzeichens für Behinderte

Vor etwa zwei Millionen Jahren entwickelte sich der Mensch aus seiner zunächst gebeugten Haltung zur aufrechten Gestalt. Eine vergleichsweise kurze Zeitspanne, wenn man das Alter des Universums betrachtet.

Der nunmehr aufrechte Gang unserer Vorfahren zeigt uns an, dass hier auch der Ursprung der Leichtathletik liegt. Warum? Nun, das Gehen und Laufen in verschiedener Form waren zum Überleben erforderlich. Aus dem Kampf ums Dasein entwickelte sich aber auch der Spieltrieb und der Sportgeist.

Aus der Antike weiß man, dass Olympische Spiele bereits seit 776 v. Chr. stattfanden. Die Sieger wurden mit einem Lorbeer- oder Eichenkranz gekrönt. Nur Wettkämpfe der Leichtathletik waren zugelassen und das nur für Männer. Heute ist dies gottlob anders.

Seit 1896 finden im 4-Jahres-Rhythmus die modernen Olympischen Spiele der Neuzeit statt, die sich auf fast nicht mehr zu zählende Sportarten erweitert haben. Gerade in der Leichtathletik verbesserten sich die Leistungen in den vergangenen 100 Jahren zu immer neuen Rekorden; so zum Beispiel im 100 m Lauf von 12.00 Sekunden auf sage und schreibe 9,92 Sekunden im Jahre 1988. Auch in allen anderen Disziplinen wurden erhebliche Fortschritte erzielt.

Den Breitensport pflegen wir dank eines Turnvater Jahn und des großen Förderers der Leichtathletik, Carl Diem, der auch das Deutsche Sportabzeichen eingeführt hat. Dieses Sportabzeichen, das seit nunmehr 40 Jahren besteht, verlangt in fünf Gruppen sportliche Mindestleistungen, die m.E. von jedem zu erfüllen sind, der regelmäßig seinen Sport treibt.

An die Behinderten hat Carl Diem ebenfalls gedacht, den das Versehrten- oder Behindertenabzeichen mit erheblich verminderte Leistungen fordert, von einem trainierten Behindertensportler sicher erworben werden kann.

Die Krönung aller Sportabzeichen, die Sportkanone in Gold mit Brillanten ist allerdings eine Stufe, die von untrainierten oder sportlich weniger begabten wirklich nicht erreicht werden kann. Hier muss der ältere Sportler (Männer ab 60 Jahren, Frauen ab 50 Jahren) die Bedingungen für das Deutsche Sportabzeichen in allen 5 Gruppen mit den Leistungen erfüllen, wie sie ein junger, nicht behinderter Sportler von 18 bis 19 Jahren für das Bronze-Abzeichen erzielen muss.

Was kann aber ein Behindertensportler der Seniorenklasse schöner empfinden, als an den Hessischen- oder gar Deutschen Meisterschaften teilnehmen zu dürfen?! Trotzdem war ich leider für viele Jahre der einzige Vertreter der VSG Frankfurt in diesen Wettkämpfen. Seit 3 Jahren fährt Walter Rösing mit mir gemeinsam zu diesen Meisterschaften, und stets sind wir mit Titeln oder Medaillen für gute Plätze zurückgekehrt.

Ein wenig Training gehört selbverständlich zum Erfolg. Von Mai bis September treffen wir uns jeden Montag zwischen 16.30 und 19.30 Uhr auf dem Sportgelände Rot-Weiß gegenüber unserem Vereinsheim. Dort haben wir die Möglichkeit, in den 5 Sommermonaten alle leichtathletischen Bedingungen zu erfüllen, die das Sportabzeichen verlangt. Im Winter wird in der Halle trainiert.

Wie gut man den Anwärtern für das Sportabzeichen mit gezieltem Training zu besseren Leistungen verhelfen kann, will ich an einem Beispiel erläutern: Willi Betz hat mit seiner Behinderung in seiner Altersklasse seit den 8 Jahren seiner Teilnahme schon zum 8ten Mal das Deutsche Sportabzeichen in Gold für Gesunde abgelegt. Klaus Knies kam völlig untrainiert zur VSG Frankfurt und erreichte anfangs im Weitsprung aus dem Stand ganze 82 cm. Heute, nach jahrelangem Üben unter der Anleitung des Sportwarts, springt dieser Klaus bereits 182 cm weit. Auch sein Behindertenzustand ist m.E. Erheblich verbessert worden, was ihm körperlich und seelisch weiterhilft. Gratulation den beiden Aktiven !

Daher bitte ich jedes Vereinsmitglied: Trainiert und erfüllt die Bedingungen für das Deutsche Sportabzeichen! Tragt es dann auch sichtbar mit ein bisschen Stolz.

Warum Sport ab 50 besonders gesund ist

Älterwerden sportlich nehmen

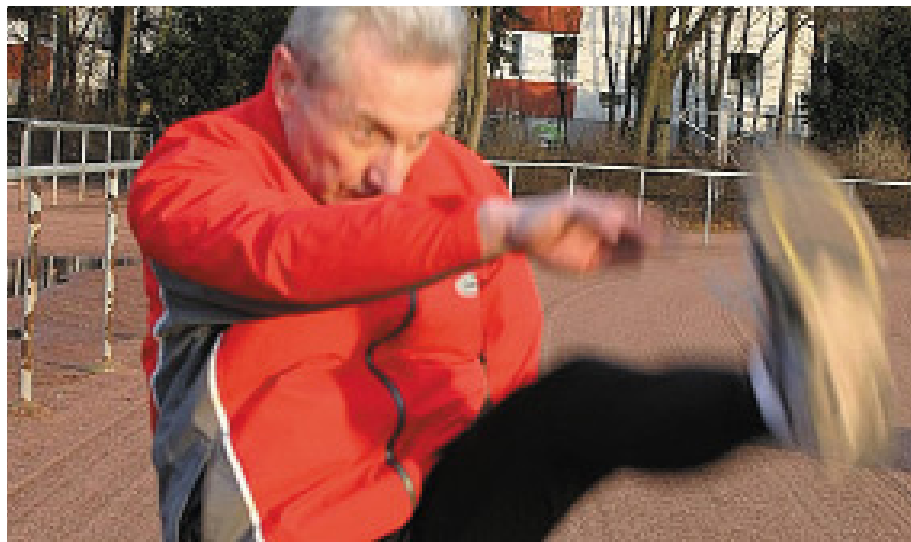


Sport macht Spaß, schenkt Erfolgserlebnisse und bringt mit gleichgesinnten Menschen zusammen. Schwitzen und den Kreislauf auf Trab bringen, überhaupt die ganze Energie des Körpers spüren, all das ist außerordentlich gesund – für den Körper und den Geist.

Hat man die 50 überschritten, plagt einen natürlich das ein oder andere Wehwehchen. Ob man nun bei einem Umzug hilft oder mit Freunden einen feucht-fröhlichen Abend verbringt, dauert es am nächsten Tag einfach länger als noch vor Jahren, bis man wieder fit ist. Das ist ganz normal. Man ist eben keine 20 mehr.

Man sollte das Älterwerden sportlich nehmen und damit die Tatsache akzeptieren, dass man nicht mehr so viel 'wegstecken' kann wie früher. Wichtig ist nun, die altersgemäße Fitness möglichst lange zu erhalten. Genau dafür ist Sport die nachweislich effektivste Methode.

Wenn Sie regelmäßig Sport treiben, verbessern Sie nicht nur Ihre Chancen auf anhaltende Gesundheit. Als gut trainierter Sechzigjähriger werden Sie beispielsweise auch einem Vierzigjährigen, der sportlich nicht aktiv ist, in Sachen körperlicher und geistiger Frische weit überlegen sein. Text u. Foto: © Deutscher Olympischer Sportbund 2007 www.richtigfitab50.de



Wie oft-trainieren?

Für den Behindertensport oder den Integrationssport gilt die gleiche Regel wie für den Sport allgemein: regelmäßiges Training ist wichtig, um anfangs die Sportart richtig zu erlernen und später den optimalen Trainingseffekt und das gewünschte Leistungsziel zu erreichen. Je nach Behinderung wird ein Trainer spezielle Übungsprogramme zusammenstellen, um beispielsweise einen Rollstuhlfahrer und seine Armkraft für die Sportart Tanzen fit zu machen. Gerade diese Sportart eignet sich auch besonders gut für ein Integrationssportprogramm mit einem hohen Leistungsniveau. „Fußgängertänzer/innen“ können mit ihren Tanzpartnern/innen im Rollstuhl selbst so anspruchsvolle Tanzformationen wie den Rock` n Roll bewältigen. Bei den meisten anderen Wettkampf- und Leistungssportarten unterscheidet man häufig verschiedene Klassen nach der Art der Behinderung und ihrer funktionellen Auswirkung auf den beteiligten Sportler. Analog zu den Olympischen Spielen gibt es für Sportler mit körperlichen Behinderungen die „Paralympics“, für Gehörlose werden die „Deaflympics und für geistig Behinderte die „Special Olympics“ organisiert.

Was ist zu beachten?

Wie überall im Breitensport steht im Behindertensport der Spaß an der Bewegung im Vordergrund. Natürlich stellt auch der Behinderten- oder Integrationssport eine gewisse Anforderung an den Körper dar und sollte regelmäßig betrieben werden. Hinzu kommen positive Effekte wie die regelmäßige ärztliche Betreuung und die durch den Sport gestärkte Leistungsfähigkeit. Ganz wichtig zu erwähnen ist ein Aspekt, der gerade bei einer integrativen Sportgruppe zu finden ist: die besondere Erfahrung mit Menschen mit bzw. ohne Behinderung gemeinsam Sport zu treiben und voneinander zu lernen.

Weitere Informationen ...

Deutscher Behindertensportverband e.V.
Friedrich-Alfred-Straße 10
47055 Duisburg
Telefon: (0203) 7174 – 170
Telefax: (0203) 7174 – 178
E-Mail: [dbs\(at\)dbs-npc.de](mailto:dbs(at)dbs-npc.de)
www.dbs-npc.de

Rudolf Holz



Seit 1963 Übungsleiter für Leichtathletik, Schwimmen und Behindertesport.

Seit 1965 Prüfer für das Deutsche Sportabzeichen des Sportkreises 24, Ffm. für Gesunde und Behinderte.

Seit 1976 auch für VSG Frankfurt-Niederrad e. V.

Seit 1976 Beauftragter als Obmann der Prüfer für das Sportabzeichen SK 24

Sportliche Erfolge seit 1960

- 52 mal Bedingungen des deutschen Sportabzeichens in Gold erfüllt.
- 26 mal Bedingungen des Bayrischen Sportabzeichens in Gold erfüllt.
- 7 mal Bedingungen für die Deutsche Sportkrone in Gold mit Billanten erfüllt. Das bedeutet, dass ein Sportler sämtliche Bedingungen der 18-29 jährigen Männer zu erfüllen hat, aber mindestens 60 Jahre alt sein muss, die das Deutsche Sportabzeichen vorgibt.
- 13 mal Internationaler Deutscher Seniorenmeister
- 94 mal Hessischer Meister der Leichtathletik und Schwimmen im Landesverband Hessen.
- 1996 Europasportabzeichen in Gold erhalten. Im selben Jahr Bedingungen für das Weltsportabzeichen in Gold erfüllt.
- 2000 Weltsportabzeichen in Gold im Zehnkampf, darin 2 Weltrekorde in der Punktwertung nach Colmar erhalten.
- 2004 Heinrich Nolte Ehrenurkunde des Sportkreises Frankfurt für: 49 mal goldene Sportabzeichen verliehen, 39 Jahre als Prüfer und 28 Jahre als Prüferobmann im Sportkreis Frankfurt.

Anzumerken ist, dass alle Sportabzeichen gemäß der vorgegebenen Bedingungen für Gesunde und die Meisterschaften stets im Behindertensport erzielt worden sind. Viele Ordner voller eigener Urkunden und hunderte von Medaillen befinden sich in seinem Besitz.

Liebe Frankfurter Bürger / Innen

Lieben Sie Sport?

Lieben Sie Geselligkeit im Kreis von Sportbegeisterten?

Dann informieren Sie sich unter **Tel. 069 / 210 28 787**

Unser Sportangebot für Behinderte und Nichtbehinderte:

**Kegeln, Volleyball,
Bosseln, Tischtennis und Gymnastik**

Ich freue mich über Ihren Anruf, Ihr

Horst Hofmann

1. Vorsitzender der VSG Behinderten-Sport-Gruppe
Frankfurt-Niederrad e. V.

Sport als Ausgleich

Heute ist allgemein anerkannt, dass alle Menschen Sport treiben und Bewegung haben müssen, um den Bewegungsmangel im Beruf, vor dem Bildschirm, im Verkehr usw. ausgleichen zu können. So werden Bewegungsformen empfohlen, die, wie das Jogging zum Beispiel, großen Anklang gefunden haben. Aktives Fußballspiel und Tanzen sind andere Möglichkeiten, Körperschäden zu verhindern.

Aber bei all diesen Aktivitäten müssen viele Behinderte oft abseits stehen, weil es Ihnen ihre Behinderung anscheinend verbietet, mitmachen zu können.

Gerade sie jedoch brauchen Bewegung besonders dringend. Schon vor mehr als 30 Jahren wurde die Möglichkeit eröffnet, dass Behinderte behindertengerecht Sport treiben können.

Rettungsarmband für Sportler

Ein Unfall - jetzt zählt jede Sekunde



Rund 23 Mio. Bundesbürger treiben regelmäßig Sport. Ein aktives Leben zu führen, bedeutet gleichzeitig, sich einem höheren Unfallrisiko auszusetzen. So werden pro Jahr rund zwei Mio. Sportunfälle ärztlich behandelt. Sportunfälle mit dem Fahrrad oder im Ausland (z.B. beim Wandern, Skilaufen, Snowboarden) gehen dabei oftmals nicht in diese Statistiken ein.

Nicht selten werden bewusstlose Sportler in Krankenhäuser eingeliefert, deren Identität nicht bekannt ist. Ist eine Verständigung nicht mehr möglich, entsteht neben der Problematik, Angehörige über den Aufenthaltsort zu informieren, ein weiteres Spannungsfeld. Denn in diesem Fall ist das Unfallopfer für Rettungskräfte und Ärzte ein anonymes, namenloses Wesen. Weder Daten zur Krankengeschichte noch Angaben zu Unverträglichkeiten oder Vorerkrankungen wie Operationen sind bekannt.

Dabei sind in kürzester Zeit oftmals viele lebensnotwendige Entscheidungen bei der Erstbehandlung zu treffen. Das Risiko einer Fehlbehandlung ist folglich immer vorhanden und bleibt in der Verantwortung der Rettungskräfte.

Sportler können zukünftig Verantwortung zeigen. Nicht nur für sich, sondern auch für die Menschen, die einem helfen wollen. Dazu hat die Firma actixx nun ein Rettungsarmband für Sportler entwickelt. Das am Armband befestigte Edelstahlplättchen wird mittels einer hochwertigen Lasergravur individuell beschriftet.

Persönliche Angaben können direkt im Online-Shop von www.actixx.com (Kosten: 14,90 Euro/inkl. Verpackungs- und Versandkosten), eingegeben werden. Dank der elastischen und strapazierfähigen Materialien kann das Armband individuell auf jedes Handgelenk angepasst werden. Die Lieferzeit beträgt ein bis zwei Wochen.

Eine kleine Investition, die Leben retten kann.

Inh. Holger Lüning

::: www.actixx.com ::: post@actixx.com ::: 06104.409871

Was versteht man unter Behindertensport?

Erfahrungsgemäß ist Sport eine der besten Möglichkeiten, gerade für Behinderte, um Lebensfreude und Lebensqualität wieder zu gewinnen.

Was versteht man unter „Behindertensport“?

Behindertensport ist zunächst einmal ein Sport wie jeder andere auch. Er ist im eigentlichen Sinn keine besondere Sportart, denn viele der üblichen Sportarten sind Gegenstand des Behindertensports. Im Vordergrund steht die körperliche Ertüchtigung. Nicht Rekordsucht, sondern Erhaltung und Förderung der verbliebenen Körperfunktionen ist seine Aufgabe.

Diese Angebot dient auch der Rehabilitation (Rückführung von Behinderten zur groß-möglichen Leistungsfähigkeit) und ist als solches durch Gesetze als Rehabilitationsmittel anerkannt. Der Behindertensport ist als Bewegungstherapie ein hervorragendes Mittel zur Rehabilitation.

Oberster Grundsatz bleibt immer die Gesundheit und Förderung des behinderten Menschen.

Der behinderte Mensch lernt mit seiner Behinderung fertig zu werden, sie zu überwinden. Er findet Anerkennung zunächst in der engeren Sportgruppe, dann über den Verein hinaus, wenn er an Wettkämpfen und Spielen aller Art teilnimmt, bis hin zu paralympischen Spielen.

Der Behindertensport ist als Fachverband Mitglied des Deutschen Sportbundes. Beim Behindertensport haben wir es im Grunde mit einer zusätzlichen Unterteilung im Sport zu tun.

Es gibt besondere Wettkämpfe für Kinder; Jugendliche und Erwachsene, nach Altersklassen, Behinderungen (Schadensklassen) und Geschlecht unterteilt. Der Breitensport hat Wettkampfordnungen erstellt, die den jeweiligen Behinderungen gerecht werden sollen.

Sport für Behinderte bringt den Betroffenen Freude an der Bewegung, am Wettkampf und der Begegnung mit Menschen in der Gemeinschaft.

Deshalb sind auch Angehörige, Freunde, Bekannte in unseren Sportgruppen willkommen.

Die Behinderten-Sport-Gruppe Niederrad hat fachgerecht ausgebildete Übungsleiter, die durch jährliche Aus- und Fortbildungslehrgänge unseres Landes-Fachverbandes (BSNW) ihre fachlichen Kenntnisse erweitern und vertiefen.

Die VSG Niederrad ist durch Förderung der öffentlichen Gesundheitspflege und des Behindertensportes durch Freistellungsbescheid Steuer Nr. 45250 5474 3 – K 37 vom 11.03. 1991 vom Finanzamt Börse als gemeinnützige Körperschaft von der Körperschaftssteuer, Vermögenssteuer und von der Gewerbesteuer befreit.

Postgirokonto – Ffm. VSG – Niederrad e. V.
60311 Frankfurt / Main Kto.-Nr. 224 226-601, BLZ 500 100 60

Beitrittserklärung



VSG Behinderten-Sport-gruppe Frankfurt-Niederrad e. V.
Tel. 069 / 210 28 787

Ich bin an einer Mitgliedschaft

- als aktives Mitglied,
 als förderdes Mitglied interessiert

(Zutreffendes bitte ankreuzen)

Name: Vorname

geb. am:

Anschrift:

Telefon-Nr:

eingetreten am:

Unterschrift: