

erleben+bewegen

Das Magazin für alle, die das Leben christlich-sportlich nehmen

Weitere Themen dieser Ausgabe

- Mund auf: Potentielle Lebensretter in Lowick
- Zunge raus: Großes Bilderkleben in Twisteden
- Daumen hoch: Begeistert von Olympia in Nottuln



Fahrtwindige Zeiten Pedalritter in Action



Stephanie
Seidel

Liebe Sportfreunde,

wenn ich morgens auf meinem Fahrrad zur Arbeit radele, hellt sich meine Laune mit jedem gefahrenen Kilometer weiter auf. Klar, wenn ich im Büro ankomme, bin ich leicht verschwitzt – aber glücklich! Ich habe schon eine sportliche Einheit hinter mir, etwas für meine Gesundheit und definitiv für meine Psyche getan. Ein gutes Gefühl! Die Radsportler in unserem Diözesanverband wissen schon, warum sie so gern aufs Fahrrad steigen, egal ob sie schnell und weit oder lieber genießerisch in der Landschaft unterwegs sind. Da zeigen unsere Vereine ihre ganze Diversität, über die wir für Sie im Titelthema berichten.

In Kürze werden richtungsweisende Entscheidungen gefällt: Im April stehen beim Diözesanverbandstag in Bocholt-Lowick Vorstandswahlen an. Darüber lesen Sie gleich auf der nächsten Seite.

Und haben Sie es bemerkt? Die *erleben+bewegen* ist ‚schlanker‘ geworden. Nein, mit der Fastenzeit hat das nichts zu tun. Insgesamt haben wir die Seitenzahl etwas ‚ingedampft‘, wichtige Inhalte bleiben Ihnen aber auf jeden Fall erhalten. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Stephanie Seidel

Stephanie Seidel

Referentin für Presse und Öffentlichkeitsarbeit

*P.S. Das Redaktionsteam freut sich übrigens sehr über Feedback zur *erleben+bewegen*! Mailen Sie Ihre Meinung an info@djk-dv-muenster.de. Vielen Dank schon mal!*



06

Volle Fahrt voraus!

Von gemütlich bis halsbrecherisch

inhalte



© DJK Eintracht Coesfeld | Ulli Hönenmann

05

Hintern hoch! *Athleten auf dem Sprung*

11

DJK macht Ferien. Mit dir!

Urlaubs-Action im DV



© SC DJK Everswinkel

Gut eingeschwungen

ÜL-Assis im Einsatz



© DJK DV Münster

16

Intern

- 04 Diözesantag 2016
- 05 Dies & Das

Titelthema

- 06 Tritt in die Pedale!
Radfahren im DV Münster

Wissenswert

- ➔ **Ferien mit der DJK**
- 11 Die schönste Zeit im Jahr
- 12 Ferienlager
- 14 Ferienbetreuung
- 14 Fit für die Ferienfreizeit

Sportsgeist

- 15 Auszeit:
Bitte wenden!

Wir in der Region

- 16 Aus der Sportjugend
- 18 Aus den Vereinen
- 23 Aus dem Diözesanverband
- 24 Impressum

Diözesantag 2016

DJK SPITZENTREFFEN AUF DIÖZESANEBENE

Sportverband tagt in Bocholt

Am 9. April treffen sich DJK'ler aus dem gesamten DJK-Sportverband Diözesanverband (DV) Münster in Bocholt. Die Delegierten aus 79 DJK-Vereinen kommen beim 37. Diözesanverbandstag zusammen und treffen Entscheidungen auf höchster Ebene.

Der Diözesantag tagt alle zwei Jahre. Er ist das höchste Organ des DJK Sportverbandes Diözesanverband Münster. Er entscheidet unter anderem, wer den Verband für den Zeitraum der folgenden zwei Jahren führt. In diesem Jahr findet das Spitzentreffen in Bocholt statt. Der gastgebende Verein, die DJK Sportfreunde 97/30 Lowick, lädt in die Thonhausenschule im Bocholter Ortsteil Lowick ein.

Sechs Wochen vor der Versammlung haben rund 220 Delegierte ihre Einladung erhalten. Dazu zählen – entsprechend der Zusammensetzung des Verbandsorgans – die Mitglieder des jetzigen Erweiterten Diözesanvorstandes, die Diözesanleitung der DJK Sportjugend, die Diözesanfachwarte, Ehrenmitglieder, je 4 Mitglieder der Kreis-

vorstände bzw. der Bezirksvorstände (darunter möglichst ein Vertreter der Jugend und eine Vertreterin des Frauensports) und die Delegierten aus den Vereinsvorständen. Außerdem sind einige Teilnehmer ohne Stimmrecht geladen: der Vorsitzende des DJK Bildungs- und Sportzentrums, die Vorsitzende des BDKJ Diözesanvorstandes, ein Mitglied des Vorstandes der Historischen Deutschen Schützenbruderschaften und ein Mitglied des Kolping-Diözesanvorstandes.

Für die stimmberechtigten Mitglieder des Organs stehen Wahlen an. Als wichtiger Tagesordnungspunkt gilt dabei die Wahl des Diözesan-Vorstands. Vor zwei Jahren war Horst Hemkemeyer (Coesfeld) zum Vorsitzenden gewählt worden, legte sein Amt aber etwa ein Jahr später nieder. Seit April



© DJK-DV Münster / Peter Lessmann

Wahlen beim Diözesantag:
Delegierte geben ihre Stimme ab.

2015 ist daher die Position des Vorsitzenden vakant und die Aufgaben auf die Stellvertreter Wolfgang Tettenborn (Drensteinfurt) und Franz-Josef-Kalmer (Münster) sowie die Sportjugendleiter übertragen.

Um die diesjährigen Wahlen vorzubereiten, hatte sich frühzeitig eine so genannte Findungskommission gebildet. Zunächst richtete sich ihr Blick auf die Organisationsstrukturen des Verbandes. Die Erkenntnisse, zu denen die Kommission nach der Beurteilung der internen Strukturen und im Zuge ihrer Beratungen gelangte, sind in einem Eckpunktpapier formuliert, das die Umsetzung einer neuen Vorstandsstruktur empfiehlt. Vor diesem Hintergrund erarbeitete die Findungskommission für die ehrenamtlich zu besetzenden Wahlämter Stellenbeschreibungen mit detaillierten Aufgaben- und Kompetenzbeschreibungen. Die Ausarbeitungen der Kommission werden den Delegierten beim Diözesantag vorgestellt. <



© DJK-DV Münster

Flagge zeigen: Die Vereine ziehen mit ihren Bannern in den Gottesdienst ein.



© DJK-DV Münster

Wiedersehen: Die Teilnehmer des Diözesantags haben Gelegenheit, sich untereinander auszutauschen.

Dies & Das

➔ Über den Dächern von Coesfeld

Im Mai fliegen sie wieder: die Stabhochspringer von Coesfeld. Die DJK Eintracht Coesfeld-VBRS veranstaltet zum 3. Mal ein Stabhochsprung-Meeting auf dem Marktplatz. Dazu baut der Verein eine komplette Stabhochsprunganlage mitten in der City auf. Und dann setzen international erfahrene Stabhochspringer wie auch Neueinsteiger zum Höhenflug an. In zwei Wettkämpfen, dem Anfänger- und dem Hauptspringen, geht es um jeden Zentimeter. Auch Athleten aus anderen DJK-Vereinen, wie z. B. aus Ibbenbüren, nehmen am Marktplatzspringen teil, das 2012 zum ersten Mal stattfand und seitdem alle zwei Jahre viele Zuschauer in Staunen versetzt.

➤ 22. Mai 2016 ab 11 Uhr: 3. Coesfelder Marktplatzspringen

➔ Sporthelferausbildung an Ahleener Schule

Der DJK-Diözesanverband (DV) Münster beglückwünscht 20 Jugendliche in Ahaus zur erfolgreich abgeschlossenen Sporthelferausbildung. Zum ersten Mal hat der DV im Februar dabei Schüler während ihrer Schulzeit und einem zweitägigen Aufenthalt an der DJK Sportschule in Münster qualifiziert. Bisher wird die DV-Schulung, die 40 theoretische und praktische Übungseinheiten umfasst, in den Ferien als Blockveranstaltung in Hinsbeck/Nettetal angeboten. Die Ausbildung an einer Schule wurde in Zusammenarbeit mit einer Bischöflichen Schule und einem Gymnasium in Ahaus durchgeführt. Schüler der 7. bis 10. Klasse nahmen teil. <



© Jimmy Heisterborg

Carsten Niehoff (6.v.r.), Ausbildungsleiter und Gymnasiallehrer, freut sich auf sportliche Helfer an seiner Schule. Die Schüler dürfen nun z. B. AG's planen und Übungsstunden leiten. Anja Plogmaker (l.), Sport- und Bildungsreferentin des DV Münster, unterstützte in der Ausbildung.

➔ **Ehrungen und Vereinsjubiläen 2015:** Als Anerkennung für Ehrenamtliche, die sich in besonderer Weise in ihrem Verein engagiert und verdient gemacht haben, sind im vergangenen Jahr zahlreiche Ehrungen vorgenommen worden. Außerdem feierten viele Vereine Jubiläum. Alle Geehrten und Jubilare nennen wir Ihnen auf unserer Homepage im Bereich Service/Ehrungen 2015. ➔ www.djk-dv-muenster.de



© DJK-DV Münster | Seidel

Vereinsförderung 2015 erhalten: U16-Leichtathleten der DJK Arminia Ibbenbüren haben an den Westfälischen Jugendmeisterschaften teilgenommen.

➔ Vereinsförderung 2015

Zum dritten Mal hat der DJK-Sportverband Diözesanverband (DV) Münster seinen Mitgliedsvereinen einen Fördertopf mit einem Gesamtbetrag von 2000 € bereitgestellt. Dieses Mal wurde insgesamt 15 Vereinen eine Bezuschussung zugesprochen. Gefördert werden Vereine, deren Sportler z. B. an Meisterschaften teilgenommen haben. Aber auch repräsentative Veranstaltungen, wie ein Tag der offenen Tür, unterstützt der DV. Entsprechend breit war die Palette der geförderten Maßnahmen. Mit dabei waren z. B. die DJK TuS Esserden, deren Völkerballerinnen beim DTB-Pokal in Voerde teilnahmen, bis hin zur DJK TTC Langern, die einen ‚Tag der DJK‘ veranstaltete. Alle geförderten Vereine finden Sie auf unserer Homepage im Bereich Service / Dokumente.

➔ www.djk-dv-muenster.de

Wer einmal Fahrradfahren kann, verlernt es nicht mehr. Aufsteigen und losradeln, so einfach ist das. Während die einen das Fahrrad lediglich als Fortbewegungsmittel betrachten, nutzen die anderen es als Sportgerät. Wir haben Ihnen Beispiele zusammengestellt, auf welche unterschiedliche Weise das Fahrrad in unseren Vereinen im Diözesanverband Münster zum Einsatz kommt.

Am liebsten mit

PEDALRITTER IM DV MÜNSTER

Rückiken

wind!

Mir fehlt etwas, wenn ich nicht Fahrrad fahre“, sagt Walter Albers von der **DJK Vorwärts Lette**. Und weil er sowieso fährt, nimmt der 59-Jährige andere Radler gleich mit. Seit 16 Jahren bietet er in der Freiluft-Saison jeden Mittwoch und bei jedem Wetter Radtouren an, für jeden, der Lust auf eine gemütliche Tour nach Feierabend hat. „Es geht nicht darum, uns zu trimmen. Das Motto lautet Spaß und Bewegung“, erklärt Albers. Aus diesem Grund fahren die DJK'ler im Alter zwischen 35 und 70 mit. Meistens sind nach einer Abendrunde durch das Letter Umland 30 Kilometer mehr auf dem Tacho. E-Bikes sind mittlerweile ein großes Thema, meint Albers. Ganz vorn fährt jedoch immer ein Fahrrad ohne Hilfsmotor. Albers: „Danach richten die anderen ihre Geschwindigkeit, so bleiben wir als Gruppe zusammen.“ Dreimal im Jahr geht es für die Radwangergruppe auf längere Fahrt. Dann wird in einer anderen Region ein Rundkurs von etwa 60 km geradelt. >

Radwandern

z. B. auch hier:

DJK Arminia Ibbenbüren
DJK Olympia Drensteinfurt
SC DJK Everswinkel
DJK Rhede

Aufsteigen und losradeln

Von Verein zu Verein

Eine Zweitagesfahrt von insgesamt etwa 70 Kilometern steht bei der DJK on Radtour auf dem Programm, die der **DJK-DV Münster** veranstaltet. Dazu kann sich jeder am 16./17. April auf seinen Drahtesel schwingen und ab Münster Hauptbahnhof durch den Kreisverband Münster mitradeln. Es sei eine Art Wochenend-Besuchstour unter Freunden, sagt DV-Fachwart Karl Stelthove, der die schöne Tour durchs Münsterland ausgearbeitet hat: „Wir fahren von DJK-Verein zu DJK-Verein, wo jeweils ein Aufenthalt von etwa einer Stunde geplant ist und jeder Verein sich und seine Sportaktivitäten vorstellt.“ Ob das mit einem sportlichen Mitmach-Programm oder einer spektakulären Vorführung geschieht, bleibt den 7 Gastgebern überlassen, die an den beiden Tagen zwischen Start in Münster und Zielort Milte besucht werden. Karl Stelthove hofft, dass die DJK on Radtour Anregung für weitere Fahrten ist: „Es wäre ja schön, wenn wir auch in einem anderen Kreis- oder Bezirksverband mal alle zusammen eine Radtour machen.“

**DJK
on Radtour**
Fahren Sie mit!
Infos & Anmeldung
www.djk-dv-muenster.de

© Biletsky Evgeniy - Fotolia.com



MTB
z. B. auch hier:
**DJK Eintracht
Coesfeld-VBRS**

Über Stock und Stein

Mit Nervenkitzel und Adrenalinausschüben fahren die **DJK'ler der Sportfreunde Dülmen Rad**. Sie sind auf dicken Profireifen und draußen unterwegs: mit dem Mountainbike, kurz MTB. „Genau das Richtige zum Auspowern“, meint Dr. Jürgen Holtkamp, Leiter der Abteilung Radsport, die seit Jahren eine Fahrt nach Kleve anbietet, wo sich dann alle im Reichswald, dem größten Waldgebiet NRW's so richtig verausgaben können – und zwar im Januar. „Wir haben dieses Jahr mit 20 Teilnehmern einen neuen Rekord aufgestellt. Der Sport wird immer beliebter“, so Holtkamp. Zu den Trainingsterminen am Wochenende kommen bis zu 40 Mountainbiker. Holtkamp stellt fest, dass viele, die im Sommer Rennrad fahren, im Winter gerne aufs MTB umsteigen. Manchen geht es einfach mal um ein anderes Fahrgefühl. „Wer aber auf einem Trail im Wald über Baumstämme und Wurzeln fahren will, der muss die Technik beherrschen, sonst sind Stürze vorprogrammiert“, so Holtkamp. Deshalb üben Einsteiger zunächst die Grundtechniken. Wer auch die nötige Portion Mut aufbringt, kann bald Treppenstufen oder Abhänge im Wald runterbetreten. Im Sommer wie im Winter.

© Alécheva - Fotolia.com





Indoor Cycling
 z. B. auch hier:
 DIK Eintracht Coesfeld-VBRS
 DIK Eintracht Stadtlohn
 DIK GW Albersloh

© DIK RW Alverskirchen

Auf der Stelle treten

Zusammen und so richtig in die Pedale getreten sind die DJK'ler in Alverskirchen. Allerdings haben sie sich dabei keinen Zentimeter von der Stelle bewegt. Anfang März veranstaltete der Verein zum 50. Vereinsjubiläum einen Indoor Cycling-Marathon. 50 stationäre Fahrräder waren in der Turnhalle aufgereiht. Das ambitionierte Ziel: bis zu vier Stunden strampeln. „Der Marathon ist ein Highlight. Der Reiz für jeden einzelnen ist, mal nicht nur eine, sondern zwei, drei oder sogar vier Stunden permanent in die Pedale zu treten. Das ist etwas Besonderes, woran sich viele beteiligen“, erklärt Übungsleiter Patrick van der Kooy. Sonst trainieren die Indoor Cykler der **DJK RW Alverskirchen** eine Stunde lang – und sind ausgepowert. Um länger durchzuhalten, wird die übliche Trainings-Intensität heruntergeschraubt, außerdem treibt laute Musik immer wieder zum Durchhalten an. Der Marathon war ein voller Erfolg: die 50 Räder waren in den ersten beiden Stunden komplett besetzt, entsprechend dem jeweiligen Leistungsniveau hat jeder alles gegeben. Genau das gefällt van der Kooy an diesem Sport: „Trotz unterschiedlicher Fitnesslevels treibt man gemeinsam Sport. Ein schönes Gruppenerlebnis.“



© Sportgraf

Gib Kette!

Im Winter hilft Indoor Cycling, um in Form zu bleiben. Doch Thomas Vahrst braucht frischen Fahrtwind um die Nase. Der Radsport-Abteilungsleiter der **DJK GW Albersloh** muss mit seinen Vereinskollegen raus an die Luft, auch wenn der Kalender Januar oder Februar zeigt. Viele Mitglieder nehmen an den Vereinsmeisterschaften, dem Giro Münsterland (Foto I.) und anderen Jedermann-Rennen teil. Unser Titelfoto z. B. zeigt Ludger Kraienhemke und Andrea Ischner-Vahrst bei der Zieleinfahrt des ‚Rund um Köln‘-Rennens. Regelmäßiges Training ist also obligatorisch, in Albersloh entweder bei den Frauen, den Einsteiger/Hobby-Fahrern oder in der Schnellen Gruppe, die mit einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 27–32 km/h unterwegs ist. Ein bisschen Übung gehört schon dazu und auch das Auf- und Absteigen mit den speziellen Pedalen und das Fahren in der Gruppe will gelernt sein. Doch wer erst mal in Fahrt kommt, hört so schnell nicht wieder auf. Die **DJK SF Dülmen** z. B. plant für ihre Rennradsportler dieses Jahr einen speziellen Marathon. Sogar nach dem Start weiß niemand, wohin die Ausfahrt führen wird. „Wir richten uns nach dem Wind“, sagt Dr. Jürgen Holtkamp, Abteilungsleiter Radsport. „Wir fahren immer in die Richtung, in der wir Rückenwind haben, etwa 300 km weit. Und mit dem Zug geht es zurück.“ Ausdauertraining der angenehmen Art. >

Renntag
 z. B. auch hier:
 DIK Adler Buldern
 DIK Twisteden

Silhouetten © Jan Stopka - Fotolia.com; Fahrradrad © seb101 - vecteezy.com

* achso!

Geniale Erfindung!

Vor 200 Jahren fing alles an. 1817 erfand Karl Freiherr von Drais aus Karlsruhe seine ‚Draisine‘: ein hölzernes einspuriges Zweirad mit Sitz, auf dem sich der Fahrer mit den Füßen abstieß. Ähnlich den heutigen Laufrädern für Kleinkinder, nur lange nicht so bequem, denn luftgefüllte Gummireifen gab es erst ab 1870. Hochräder, die zu der Zeit aufkamen, mit Vorderrädern bis zu 1,5 m Durchmesser, waren viel zu gefährlich. So entwickelte sich das ‚Niederrad‘, mit Fahrradkette, Zahnradern und Tretkurbel – die Vorstufe des modernen Fahrrads.



Eine Welt ohne Fahrräder? Unvorstellbar!

- ➔ Laut einer Umfrage liegt das Fahrrad auf Platz 11 der 50 größten Erfindungen
- ➔ Pro Jahr werden in Deutschland 4 Mio. Fahrräder verkauft
- ➔ In Münster gibt es doppelt so viele Fahrräder wie Einwohner

Immer schön strampeln!

- ➔ täglich ½ Stunde Radfahren kann das Fitnessprogramm ersetzen
- ➔ stärkt z. B. Herz und Kreislauf, kann bei Knieproblemen helfen
- ➔ spart Benzinkosten und möbelt die eigene Ökobilanz auf

Aufsteigen und losradeln

Akrobaten auf zwei Reifen

Wind von vorne oder hinten, das ist Carolin egal. Sie nimmt Speed auf, tritt ordentlich in die Pedale. Dann lösen sich ihre Füße, ihr Gewicht verlagert sich, ihre Beine schieben sich Stück für Stück weiter nach oben und dann ragen sie kerzengerade in die Luft. Carolin steht im Kopfstand, auf dem Sattel ihres Fahrrads – und dreht ihre Kreise durch die Turnhalle ...

Radfahren, klar, das kennt jeder und kann jeder. Doch Carolin Riers von der **DJK Eintracht Stadtlohn** fährt Kunstrad. Diese Randsportart kennt kaum jemand und die allerwenigsten können sie. „Kunstradfahren, das ist wie Turnen auf einem Spezialrad“, meint Carolin. Was die 16-jährige nicht sagt, dem Zuschauenden aber sofort klar wird: Der Sport ist hochkomplex, verlangt Geschicklichkeit, Gleichgewichtsgefühl und Mut. Unterschiedlichste Übungen werden im Sitzen, im Liegen oder im Stehen ausgeführt. Teils fahren die Sportler auch noch freihändig, vorwärts oder rückwärts. Man kann alleine oder zu zweit auf so ein Spezialrad steigen, woraus sich die Bezeichnungen Einer oder Zweier ergeben. Zu viert oder sechst bildet man eine Mannschaft und fährt, jeder auf seinem Rad, gemeinsam Übungen und Formationen.

Bei der DJK Eintracht Stadtlohn hat die Sportart Tradition und im Laufe der Zeit zig Erfolge auf Landes- und Bundesebene sowie bei Europa- bis Weltmeisterschaften gesammelt. Hochkarätig schon die Gründerin der Abteilung: Die aus Bocholt stammende Kunstradfahrerin Hildegard Laigre, zwischen 1964 und 1973 fünfmal Weltmeisterin im Einer und Zweier, rief die Abteilung 1968 ins Leben. In den 80iger Jahren gewann unter anderem Maria Lansing, bis Sommer 2015 als Trainerin der Stadtlohner DJK'ler im Einsatz, zwei Weltmeistertitel. Zurzeit gibt es knapp 30 aktive und weiterhin sehr erfolgreiche Kunstradfahrer in



Lieblingsbeschäftigung: Carolin Riers trainiert oft und gern

Stadtlohn. Kira Lansing z. B. fährt seit acht Jahren im NRW-Kader und Carolin Riers wurde für dieses Jahr ganz frisch in die deutsche Jugend-Nationalmannschaft berufen. Dreimal die Woche trainiert die Schülerin gut zwei Stunden lang im Verein, und zwar unter Anleitung ihrer Mutter Birgit, denn die ist Trainerin der Einer- und Zweier-Kunstradfahrer. Die Mannschaften üben separat mit der zweiten Trainerin des Vereins, Christina Höing.

„Der Verein ist im Umkreis von 50 Kilometern der einzige mit Kunstradsportlern und seit einigen Jahren Landesleistungsstützpunkt“, so Birgit Riers, die auch dieses Training betreut. Für Tochter Carolin kommt noch das Nationalkader-Training in Frankfurt oder Saarbrücken hinzu. Ihr Terminkalender ist voll, aber kein Problem für Carolin: „Ich würde am liebsten jeden Tag trainieren. Es macht mir riesigen Spaß.“ ◀

Ferien mit der DJK

DV-FERIENFREIZEITEN

mit der Sportjugend Münster

* PFINGSTWOCHELENDE

Sport- und Spielfest auf der Jugendburg Gemen

* HERBSTFERIEN

Abenteuer-Erlebniswoche in Hinsbeck/Nettetal

→ www.djk-dv-muenster.de



Die schönste Zeit im Jahr

Egal in welcher Jahreszeit – auf Ferien freuen sich Kids eigentlich immer. Keine Schule, keine Hausaufgaben, stattdessen stehen ganz andere Dinge auf dem Plan. Viele Vereine im Diözesanverband (DV) Münster halten in den Ferien ein spezielles Angebot für Kinder und Jugendliche bereit, von Ferienbetreuung bis Ferienlager.

So schön 13 Wochen Ferien im Jahr auch sind, für Eltern, die arbeiten, stellen sie teils eine ziemliche Herausforderung dar. Der Jahresurlaub reicht nicht aus, es bleiben Zeiten, in denen die Kinder anderweitig versorgt sein müssen. Die Angebote des DV Münster und der DJK-Vereine in den Ferien sind da oft eine enorme Hilfe, die Eltern wie Kinder gerne annehmen. Bei der Ferienbetreuung wartet von morgens bis nachmittags jede Menge Spaß auf die Kids, abends ist jeder wieder zu Hause; ein Vorteil, wenn evtl. Heimweh ein Thema ist. Andere DJK-Vereine bieten die Möglichkeit, mit dem Verein zu verreisen.

Ferien mit der DJK



Bizepstraining in der Wildnis



Chillen und grillen auf skandinavisch

FERIENLAGER

Auf großer Fahrt

Verreisen mit dem Verein und ohne Eltern ins Ferienlager – das riecht nach einem ganz besonderen Abenteuer.

Ganz ohne Eltern und weit weg, das fand ich immer sehr spannend“, sagt Simon Kruse. Der 22-Jährige fährt dieses Jahr zum vierten Mal mit dem **SC DJK Everswinkel** nach Schweden, zwei Mal war er als Kind als Teilnehmer dabei, jetzt gehört er zum 2. Mal zum Betreuersteam. „Die Ferienfreizeit ist ein großes Abenteuer, ein bisschen Survival-Tour und ein einmaliges Naturerlebnis“, schwärmt Simon. In den ersten Tagen steht eine 5-tägige Kanu-Paddeltour auf dem Programm. An die können sich immer alle gut erinnern, sagt Karl Stelthove vom SC DJK Everswinkel, der seit über 20 Jahren mit Jugendgruppen aus dem Verein in Östergötland unterwegs ist. „Übernachtet wird im Zelt, das abends irgendwo auf einer Waldlichtung aufgeschlagen wird. Die Mahlzeiten sind einfach und auf dem Gaskocher zubereitet, waschen kann sich jeder im Fluss oder See und wer zur Toilette muss, nimmt den Klappspaten mit in den Wald. Die Möglichkeiten sind bescheiden, doch das stört niemanden, eher im Gegenteil“,

so Stelthove. Die zweite Woche der Freizeit wohnen die Teilnehmer im Alter von 13 bis 17 Jahren in einem Vereinsheim.

Die **DJK Rhenania Kleve** macht seit über 50 Jahren Ferien auf der niederländischen Insel Ameland. Das Ferienlager ist jedes Jahr wieder der Renner. Auch direkt ans Meer fährt die **DJK GW Amelsbüren**. Die einwöchige Sommerfreizeit nach Scharbeutz an der Lübecker Bucht war ruckzuck ausgebucht. 40 Kinder von 8-14 Jahren übernach-

ten in Zelten an der Jugendherberge, direkt am Strand. Aktionen wie Strandolympiade und schwimmen sind also gesetzt, eine Fahrt in den Freizeit-Hansa Park ist auch geplant. Handys, Nintendos und andere elektronische Spielzeuge bleiben übrigens zu Hause. „Das ist so festgelegt und die Kinder respektieren das“, sagt Betreuerin Steffi Liemann. „Wir haben sehr gute Erfahrungen mit dieser Regelung gemacht, es tut der Gemeinschaft und jedem einzelnen gut.“

Meer ist schön, doch auch Berge machen Laune. Einige Vereine im DV fahren seit Jahren ins Sauerland, mit Unterkunft in einer Schützenhalle. Die **DJK TuS Liedern** fährt diesen Sommer für 12 Tage nach Elleringhausen/Olsberg, die **DJK RW Milte** verbringt 2 Wochen in Nordenau und die **DJK Twisteden** 2½ Wochen in Assinghausen/Olsberg. Nun sind Schützenhallen nicht gerade als Ferienwohnung für Großgruppen konzipiert. Bei der DJK Twisteden haben sich über 80 Kinder angemeldet, es wird also improvisiert. Mit Folien sind Schlafräume für Mädchen und Jungen vom Rest der Halle abgetrennt, der Thekenbereich wird zum Vorratsraum, doch das alles hat seinen Reiz. Für die Programmgestaltung bieten die Schützenhallen inklusive Außenbereich viele Möglichkeiten, von Basketball in der Turnhalle, Wasserschlacht auf der Wiese bis hin zu Ausflügen in die Umgebung wie ein Besuch der Karl-May-Festspiele in Elspe. Tagsüber ist ständig was los, die Betreuer lassen sich immer etwas Neues



Cooler Eifel-Rallyes



Schwedischer Hüttenzauber



Mega Sport-Events

einfallen: Ballspiele, Bastelstunde, Geländeerallyes, Disco, Lagerfeuer mit Stockbrot, Mototshows u.s.w. gehören fest ins Programm, übrigens auch das Erledigen von Pflichten, die das Leben in der Gemeinschaft mit sich bringt: jeder hat mal Küchendienst oder fegt die Halle aus.

Seit vielen Jahren bietet die **DJK Lenkerbeck** Ferien in Schloß Holte-Stukenbrock an. Zwei Wochen im Haus Marienmünster vergehen für die 10-16 jährigen Kinder und Jugendlichen immer wie im Flug. Ausflüge zum Hermannsdenkmal oder Safaripark und Badespaß im hauseigenen Pool gehören fest zum Programm. Dieses Jahr kann diese Freizeit nicht stattfinden, da Flüchtlinge in dem Haus untergebracht sind. Die Enttäuschung der etwa 30 Kinder ist verständlich, der

Vereinsvorsitzende Uwe Wegener tröstet: „Nächstes Jahr wird es wieder eine Ferienfahrt geben.“ Ob auch die **DJK SV Borussia Münster** dann wieder eine Osterfreizeit anbieten kann, ist noch unklar, da in ihrer Unterkunft am Baldeneysee im Ruhrgebiet nun auch Flüchtlinge wohnen. Wie Tobias Thier aus der Abteilung Jugendreisen erklärt, ist der Verein um ein anderes Haus als Unterkunft bemüht, eine Alternative ist aber noch nicht in Sicht.

Die **DJK Eintracht Stadtlohn** fährt seit über 50 Jahren ganz klassisch ins Zeltlager. Um die 100 Teilnehmer zwischen 8 und 15 Jahren campen auch in diesem Jahr wieder in Hönningen/Ahr in der Eifel. Seit 2012 ist die inklusive Ferienfreizeit durch die Aktion



Gamescom an der Ahr

Mensch anerkannt und gefördert. Für die DJK'ler eine Anerkennung dessen, was für sie selbstverständlich und ganz normal ist: körperlich und geistig behinderte Menschen haben schon immer teilgenommen. „Wir kennen es gar nicht anders – und wollen es nur so“, sagt Marc Klein-Günnewick aus der Lagerleitung. Eine Rollstuhlfahrerin wird nun im Sommer zum ersten Mal dabei sein. „Warum denn nicht?“, meint Lagerleiter Norbert Vos. „Wir werden alles tun, damit sich das 12-jährige Mädchen im Rolli an den gemeinsamen Aktionen beteiligen kann. Das ist unsere Philosophie, wir alle zusammen leben Gemeinschaft.“

Am Ende ist es genau das, was eine Ferienfreizeit unvergesslich macht: die Menschen und die gemeinsame Zeit, die wir mit ihnen verbracht haben.



Hönningener Partymeile

Ferien mit der DJK

© DJK BW Greven



FERIENBETREUUNG

Halligalli von morgens bis abends

Eine Ferienbetreuung über Tag kann hilfreich sein, wenn Eltern arbeiten. Anstatt einen langweiligen Tag zu Hause zu verbringen, können Kinder Ferien-Action mit Gleichaltrigen erleben.

Die **DJK Vorwärts Lette** bietet so ein Ferienprogramm an. Kinder im Alter von 6–12 sind tagsüber auf den Sportplatz zu einem Spiel-, Sport-, Spaßprogramm eingeladen. Speziell für Fußballfans im Grundschulalter bietet die **DJK Wacker Mecklenbeck** in den Osterferien ein Fußballcamp an, bei der **DJK BW Greven** kommen in der ersten Woche der Sommerferien um die 70 Kinder zusammen, darunter etwa 20

Mädchen. Von morgens bis abends Fußball, mit lizenzierten Trainern – die Kids finden's einfach nur klasse. „Das Highlight ist für viele unsere Tagesfahrt zu einem Bundesligisten in NRW. Wir schauen beim Training zu, besichtigen das Stadion und mit etwas Glück bringen wir Spielerautogramme mit nach Hause“, so Jan Policnik, Bereichsleiter der E-F-Fußballjugend. Die Ferienbetreuung für Grundschüler in Münster-Nienberge

läuft als Kooperation der örtlichen Kirchengemeinde mit der **DJK SC Nienberge**. „Wir ergänzen uns sehr gut, inhaltlich wie praktisch“, sind sich Tobias Holtmann, Sozialpädagoge der St. Sebastian-Gemeinde und DJK-Vereinsvorsitzende Astrid Markmann einig. Basteln, werkeln, Rallyes, Stationsläufe, Tagesausflüge und natürlich viel sportliche Bewegung stehen auf dem zweiwöchigen Sommerferienprogramm. <

➔ Fit für Ferienfreizeiten

Viele junge Leute setzen sich ehrenamtlich als Freizeitleiter oder Betreuer ein. Damit alles gut läuft und jeder gut vorbereitet in die Ferienfreizeit startet, werden z. B. diese Qualifizierungen angeboten:

DJK-DV Münster:

- ➔ Ausbildung zum ‚Gruppenhelfer-/Übungsleiterassistent‘ im Sport 7.–14.10.2016 in Hinsbeck / Nettetal www.djk-dv-muenster.de

Bistum Münster/Regionalbüros Ost, Mitte, West:

- ➔ Grundkurse Gruppenleitung – z. B. in Dülmen, Borken, Haltern
- ➔ Mach mal Pause – Freie Zeiten in der Ferienfreizeit gut nutzen – 12.5.2016 in Münster
- ➔ Slackline – Get on line in der Ferienfreizeit – 4.6.2016 in Dülmen



➔ Sonderurlaub

Arbeitnehmer, die ehrenamtlich in der Jugendhilfe tätig sind, können unbezahlten Sonderurlaub bei ihrem Arbeitgeber beantragen. Für die leitende und helfende Tätigkeit, die bei Freizeit- und Sportveranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen (z. B. Ferienfreizeiten) ausgeübt wird, besteht in NRW ein Anspruch auf bis zu 8 Arbeitstage pro Kalenderjahr, in Niedersachsen bis zu 12 Tage.

Alle Infos und der Antrag auf Erstattung des Dienstausfalls unter www.sportjugend-nrw.de/service/sonderurlaub/

Auszeit

© Trueffelix - Fotolia.com



DIE GEISTLICHE BEGLEITUNG DES DV MÜNSTER UND IHR NAVI

Umkehr bewegt – „Bitte wenden Sie!“

Es kommt nicht so häufig vor, dass mein Navi mir im Auto den Rat „Bitte wenden!“ gibt. Aber wenn doch, dann bin ich froh über den Hinweis. Manchmal ahne ich zwar schon etwas, habe aber dieses Gefühl, sprich mein inneres Navi, ignoriert – bis die Stimme sagt: „Bitte wenden!“

Im Alltag nehmen wir feine Warnhinweise oft nicht wahr. Auf unser inneres Navi können wir uns jedoch meistens verlassen. Es weist uns rechtzeitig auf eine nötige Veränderung, eine Kehrtwende, hin. Manches Mal ist es auch bequem, mich von anderen Menschen leiten zu lassen. Doch ich will auch selbstbestimmt sein. Dazu brauche in eine innere Ausrichtung, eine Sinnperspektive für mein Leben.

Das Kirchenjahr schenkt mir mit der Fastenzeit einen Raum, den bewussten Umgang mit der ganz eigenen, inneren Stimme wieder mehr zu üben. Diese Zeit vor Ostern wird oft mit Verzicht verbunden. Führen soll uns dieser Verzicht letztendlich in eine größere Sensibilität mit uns selbst, aber auch anderen gegenüber. Es kann sich etwas umkehren in mir, ich kann ‚vor meiner eigenen Türe kehren‘, schauen, was in meinem Leben gerade nicht so gut läuft. Habe ich meine Sinnperspektive im Blick?

Am Ostermontag hören wir die Emmausgeschichte (Lk 24,13-35) in den Gottesdiensten. Die Jünger Jesu haben ihre Sinnperspektive verloren. Ihr Freund Jesus wurde gekreuzigt. Ihre Wahrnehmung ist getrübt durch ihre Trauer. Sie sind auf dem Weg von Jerusalem nach Emmaus, um den Menschen dort von dem Ereignis zu erzählen.

Da gesellt sich jemand zu ihnen. Er eröffnet ihnen einen neuen Blickwinkel. Als er mit ihnen das Brot teilt, erkennen sie IHN. Die Jünger brechen auf und kehren um nach Jerusalem. Man könnte sagen: Sie haben sich auf ihrem Weg nach Emmaus eine neue Sinnperspektive erwandert.

Umkehr erfahren wir als Sportler ganz konkret in verschiedenen Sportarten: z. B. beim Schwimmen, da wird das aquadynamische Abstoßen von der Wand geübt, bei Ballsportarten, wo ich mich immer wieder in

Richtung Ball wende, um gemeinsam mit der Mannschaft ein Tor zu machen. Jede und jeder braucht eine gute Wahrnehmung des eigenen Körpers, um bewusst da zu sein. Nur so kann ich meiner eigenen inneren Ausrichtung und dem Weg der Gemeinschaft dienen.

Wir können es den Jüngern nachmachen und Platz für Jesus in unserer Mitte lassen. Auf sein Navigationssystem ist immer Verlass. <

Eure Maria Schotte



© Sergey Novikov - Fotolia.com

VORMERKEN!
 ÜL-Assi
 Ausbildung
 für 13 bis 17-Jährige
 7.-14.10.2016

LERNEN FÜRS LEBEN

Waltroper ÜL-Assis im Einsatz

Von wegen und in den Ferien einfach nur ‚chillen‘. 28 Jugendliche waren letztes Jahr in ihren Herbstferien mit der DJK Sportjugend Münster in Hinsbeck und haben sich zu Gruppenerhelfer-/Übungsleiterassistenten, kurz: ÜL-Assis, ausbilden lassen. Drei von ihnen haben wir in diesem Frühjahr wiedergetroffen.



Lena absolvierte in Hinsbeck ihre ÜL-Assi-Ausbildung.



Waltroper U10-Leichtathleten: Anna-Lena (m.) und Clara (r.) unterstützen Trainer Christian Bensch (l.).

Anna-Lenas Terminkalender ist proppevoll. Die 17-Jährige steckt in den Abitur-Vorbereitungen, spielt Klavier, ist dreimal die Woche selbst beim Leichtathletik-Training bei der DJK Teutonia Waltrop aktiv und unterstützt dazu noch einmal die Woche das Training der U10-Gruppe. „Sport ist mir wichtig“, sagt sie, „damit kann man eine Menge an Stress und Belastung ausgleichen.“

Seit letztem Jahr hat Anna-Lena Bensch ihren ÜL-Assi Schein. „Der Verein hat mir zu der Ausbildung, in der Grundlagen für Gruppenleitung vermittelt werden, geraten. Für meine Arbeit mit den Kindern ist das natürlich sehr sinnvoll.“ Anna-Lena kennt sich schon aus, sie hilft bereits seit Längerem bei den U10-Leichtathletik-Kindern. So wie ihre Freundinnen Clara Weitzmann und Lena Dressel. Auch sie haben

seit Herbst ihren ÜL-Assi-Schein. Clara hat sogar die Kinder-Bibel-Woche in ihrer Kirchengemeinde, bei der sie als Gruppenleiterin hilft, abgesagt, um in Hinsbeck dabei sein zu können. Doch sie ist froh, die ÜL-Assi-Ausbildung gemacht zu haben. „Wir haben jetzt eine größere Bandbreite an Möglichkeiten, wie man die Kids motivieren kann, kennen mehr Spiele zum Aufwärmen oder für zwischendurch, wissen, was wir im Fall einer Verletzung machen und wie eine Übungsstunde aufgebaut werden kann“, sagt Clara. Die Freundinnen wechseln sich beim Training sowie bei der Wettkampf-Betreuung der kleinen Leichtathleten immer ab. „Das läuft sehr gut, auf diese Weise wird es niemandem zu viel.“

Wenn Not am Mann ist, unterstützt Anna-Lena nun auch schon mal in der U14-Trainingsgruppe. „Ich helfe, wo ich kann“, sagt sie und traut sich die Mitarbeit in der älteren Gruppe durchaus zu. „Durch die Ausbildung haben wir an Sicherheit im Umgang mit den Kids gewonnen, können uns besser durchsetzen. Was wir da gelernt haben, hilft uns nicht nur im Sport, sondern im Leben.“ <



➔ **DJK on tour pausiert.** Die DJK Sportjugend Münster feilt am Konzept von ‚DJK on tour‘. Deshalb kann das Angebot, bei dem bisher je zwei ehrenamtliche Mitarbeiter der Sportjugend Münster DJK-Vereinsfeste und Veranstaltungen mit Spiel- und Sportmaterialien unterstützt haben, zurzeit nicht gebucht werden. Voraussichtlich ab 2017 wird DJK on tour mit überarbeitetem Konzept wieder frisch am Start sein. <

Sportjugend



Starke Bilder:
Das Video ‚Meine DJK‘
kommt ganz ohne ge-
sprochene Worte aus.



Coesfelder Video / © behnam7 - Fotolia.com

So ist ‚Meine DJK‘ AUSGEZEICHNETES VIDEO WECKT EMOTIONEN

© DJK-Eintracht Coesfeld-VBKS



Beim bundesweiten Videowettbewerb ‚Meine DJK‘ erreichte die Sportjugend Coesfeld den zweiten Platz. Die Siegerehrung fand Ende Januar im Rahmen des Bundesjugendtages in Hamburg statt. DJK-Präsidentin Elsbeth Beha überreichte den Preis an Felix Hölscher, der den Gutschein im Wert von 150 € stellvertretend für alle Beteiligten seines Vereins entgegennahm.

Kreative Köpfe: Felix Hölscher (l.) und ein Teil des Sportjugendausschusses.

Als Felix im vergangenen Jahr von dem Videowettbewerb erfuhr, war für ihn sofort klar: Da machen wir mit! Im 14-köpfigen Team des Sportjugend-Ausschusses, dem Felix angehört, kam der Vorschlag super an. Ein kurzes Video von maximal 60 Sekunden sollte gedreht werden. Thema: ‚Meine DJK‘. Eigene Erfahrungen und Erlebnisse sollten in den Film einfließen und zeigen, was einem in der DJK gefällt. Den Coesfelder Jugendlichen fiel da eine Menge ein.

Ein herausragendes Merkmal ist für sie die Vielfalt, die ihr Heimat-DJK-Verein mit 20

Abteilungen, zusätzlichen Kursangeboten und Events bietet. Und dann ist da noch die eine Sache, ohne die alles nichts wäre: „Wir sind ein Verein und Gemeinschaft steht im Vordergrund. Das begeistert uns selbst immer wieder neu“, sagt Felix, der zurzeit ein Freiwilliges Soziales Jahr im Verein absolviert.

Für das Video besuchte das 8-köpfige Dreh-Team die verschiedenen Abteilungen des Vereins, sah sich beim Handball um, drehte beim Leichtathletik-Training, sichtete Aufnahmen vom Sparkassen-Marathon und fing Bilder beim Gesundheitssport

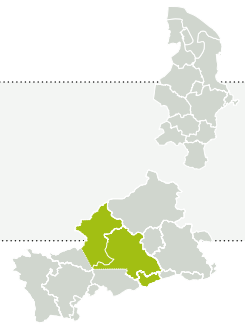
ein. „Es waren ein paar sehr intensive Wochen“, erinnert sich Felix, der am Ende die Schnittbearbeitung des Videos übernahm. „Gleich nach der Schule ging es mit der Kamera los. Bei Hallensportarten lief meistens alles wie geplant, doch wenn wir draußen drehen wollten, mussten wir spontan reagieren. Beim Kanu zum Beispiel haben wir extra auf ein Wochenende mit schönem Wetter gewartet.“ Es hat sich gelohnt. Wie der ganze ‚intensive‘ Einsatz sich gelohnt hat. Davon kann sich jeder selbst überzeugen: [Das Video ist auf der Facebook-Seite der Coesfelder Sportjugend zu sehen.](#) <



➔ **Die DJK Sportjugend hat ein neues Logo.** Auf dem Bundesjugendtag im Januar sprach sich eine 2/3 Mehrheit der Delegierten für das Logo aus und es war beschlossene Sache. Hintergrund war das Anliegen, nach 25 Jahren ein aktuelles und dem Logo des Gesamtverbandes angepasstes Sportjugendlogo zu entwickeln. Dieses wird nun sukzessiv eingeführt und allen Landes- und Diözesanverbänden zur Verfügung gestellt. <

Aus den Vereinen im Diözesanverband

WESTMÜNSTERLAND



FSJ'LER AUS NOTTULN BEGEISTERT VON OLYMPISCHEN WINTER-JUGENDSPIELEN

Lillehammer war der Hammer

„Ich bin glücklich, dass ich mitfahren durfte!“ Die Begeisterung ist Justus Becks ins Gesicht geschrieben. Der 19-Jährige ist voller Eindrücke und neuer Erfahrungen aus Norwegen zurückgekehrt.

© Becks



© Johannes Küber

Vom 11.–22. Februar war Justus in Lillehammer, wo die Olympischen Jugend-Winterspiele stattfanden. Die Deutsche Sportjugend hatte dort ein ‚dsj academy camp‘ für junge Menschen zwischen 18 und 26 Jahren organisiert, die sich ehrenamtlich im Sport engagieren. Ihnen sollten Fähigkeiten und Kompetenzen vermittelt werden, die sie in ihrem Engagement stärken, persönlich bereichern und für die weitere Arbeit motivieren.

Justus, der zurzeit ein Freiwilliges Soziales Jahr bei der **DJK GW Nottuln** absolviert, hatte eine Ausschreibung dazu entdeckt und nicht lange überlegt. „Ich habe das als einmalige Chance für mich gesehen“, so der FSJ'ler. Nach Rücksprache mit dem Vorsitzenden des Nottulner DJK-Vereins, Josef Dirks, konnte er sicher sein, dass sein Arbeitgeber das genauso sieht. Der 19-Jährige bewarb sich – und gehörte zu

den 30 ausgewählten Teilnehmern. „Dass ich wirklich dabei bin, habe ich erst beim Entfachen des Olympischen Feuers richtig realisiert“, erinnert sich Justus noch überwältigt davon, was er in der kurzen Zeit alles erlebt hat: Seminare und Workshops zur Olympischen Idee waren dabei, Treffen mit Persönlichkeiten wie DOSB-Präsident Alfons Hörmann, ein persönliches Gespräch mit IOC-Präsident Thomas Bach, Besuche der Wettkämpfe, Anfeuern der deutschen Athleten beim Eisschnelllauf oder Rodeln, Siegerehrungen... Die Camp-Teilnehmer waren mitten drin und hautnah dabei. Besonders beeindruckend für den 19-Jährigen: das Gemeinschaftsgefühl, das sich abseits von organisierten Treffen entwickelte. „Wir Camp-Teilnehmer hatten das Gefühl, absolut dazu zu gehören. Wir waren Teil der deutschen Mannschaft, ein Team“, zeigt sich Justus begeistert und resümiert: „Ein einmaliges Erlebnis.“ <

Neuer Lauftreff in Buldern

Ein Plakat wirbt auf Deutsch und auf Englisch für den Lauftreff. Eingeladen sind laufbegeisterte Ortsansässige und Flüchtlinge. Seit Anfang des Jahres gehört der Lauftreff zum Vereinsangebot der **DJK Adler Buldern**.

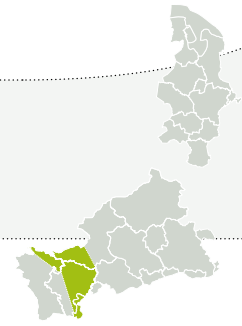
Zum ersten Treffen im Januar waren viele Läufer gekommen: interessierte Bulderaner und fast 20, überwiegend jüngere Flüchtlinge aus Syrien, Irak oder Afghanistan, die zurzeit in der Bulderaner Mehrzweckhalle untergebracht sind. „Wir bieten drei verschiedene Strecken für unterschiedliche Leistungslevels an“, sagt Hubert Eiersbrock, Ansprechpartner der Gruppe und selbst Marathonläufer. „Unterwegs legen wir regelmäßig Pausen mit Gymnastik ein. Dabei schlägt jeder eine Übung vor, was bei den Teilnehmern gut ankommt.“ Obwohl alle mit Begeisterung dabei sind und während des Laufens Spaß haben, ist es offenbar schwierig, insbesondere einige der Flüchtlinge zur beständigen Teilnahme zu motivieren. Trotz schwankender Läuferzahlen will Hubert Eiersbrock es mit Unterstützung einiger Bulderaner weiter versuchen: „Es sind ein paar tolle Jungs dabei, sodass wir das Training vorläufig anbieten werden.“ <

© DJK Adler Buldern



Aus den Vereinen im Diözesanverband

KREISVERBAND REES-BOCHOLT



© Paul Ripke für DKMS



120 WATTSTÄBCHEN, DIE LEBEN RETTEN KÖNNTEN

Lowicker Sporthelden

Zig Mitglieder der DJK SF 97/30 Lowick beteiligten sich Ende letzten Jahres durch einen einfachen Abstrich an der Wangenschleimhaut am Kampf gegen Blutkrebs.



© Paul Ripke für DKMS

© DJK SF 97/30 Lowick



Mund auf, Wattestäbchen rein: Die Lowicker Fußballer beteiligen sich am Kampf gegen Blutkrebs

Bei der Aktion haben mehr mitgemacht, als erwartet. Ein schöner Erfolg“, sagt Vorstandsmitglied Stefan Lammers rückblickend. Der Lowicker DJK’ler ist selbst seit knapp 10 Jahren als potentieller Spender in der DKMS, der Deutschen Knochenmarkspenderdatei, registriert. Eher zufällig war er auf die Aktion der Non-Profit-Orga-

nisation ‚Fussballhelden – Mein Club gegen den Blutkrebs‘ aufmerksam geworden. Das Ziel ist, 25.000 Fußballvereine in Deutschland zu bewegen, ihre Spieler registrieren zu lassen, denn obwohl weltweit schon über 6 Mio. potentielle Stammzellspender gelistet sind, finden Blutkrebspatienten häufig keinen passenden Spender. Bisher haben sich etwa 700 Fußballvereine beteiligt. So auch die DJK’ler in Bocholt. „Von der Idee war der komplette Vorstand sofort überzeugt“, sagt der Vorsitzende Hermann Weinerth.

„Alle Trainer und Abteilungsleiter des Vereins wurden über den Termin informiert“, erinnert sich Lammers, der als aktiver Fußballer noch persönlich ganze Mannschaften ansprach, die zum Teil geschlossen antra-

ten. Jeder steckte sich ganz unkompliziert ein DKMS-Wattestäbchen in den Mund. Auf diese Weise konnten 120 neue mögliche Spender aus Lowick in die DKMS aufgenommen werden. „Die Kosten von 40 € pro Registrierung übernimmt zwar die DKMS, doch das Ganze muss natürlich finanziert werden. Deshalb haben wir parallel zur Aktion Spenden gesammelt, insgesamt 1000 €. Eine erfreuliche Summe“, so Lammers. Durch die Initiative nimmt Lowick nun automatisch an einer Verlosung teil. Der Gewinn: Ein Treffen mit Fußball-Weltmeister Jérôme Boateng. „Das wär’ schon was“, gibt Stefan Lammers zu. „Doch Auslöser für unsere Aktion war ganz einfach, dass wir möglicherweise einem Menschen das Leben retten.“ <

DJK’ler in Liedern räumen auf

„Dreck weg‘ – unter dem Motto sind Ende März wieder fleißige DJK’ler unterwegs. Seit 2003 beteiligt sich die DJK TuS Liedern an der jährlichen Aktion des städtischen Entsorgungs- und Servicebetriebs Bocholt (ESB). Über 700 freiwillige Bocholter haben im vergangenen Jahr bei der Aktion geholfen. Von der DJK in Lieder werden dieses Mal wieder etwa 40 Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Müllsäcken bewaffnet im Einsatz sein und im gesamten Ortsteil Lie-

dern sauber machen. „Besonders den Kindern macht es Spaß, Müll aus Gebüsch und Straßengraben zu fischen“, so der 2. Vorsitzende der DJK TuS Liedern, Matthias Schmeink. Als positiv erlebt DJK-Vorstandsmitglied Martin Boland, unter dessen Regie die Vereinsaktion seit 2003 läuft, dass sich die Beteiligten aktiv für ihre Umwelt einsetzen: „Sie entwickeln dabei ein kritisches Bewusstsein im Hinblick auf ihr eigenes Verhalten und achten stärker darauf, ihre

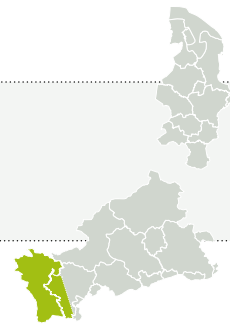


© DJK TuS Liedern

Umwelt sauber zu halten.“ Am Ende der Tagesaktion steht ein gemeinsamer Imbiss am Vereinsheim auf dem Programm. Die sonderbarsten Fundstücke sind dabei ein beliebtes Gesprächsthema. <

Aus den Vereinen im Diözesanverband

KREISVERBAND NIEDERRHEIN



20 NATIONEN KICKEN BEI DER DJK IN KLEVE

Multikulti auf dem Fußballplatz

Es wird viel über Integration gesprochen, gelebt wird sie in den deutschen unteren Fußball-Amateurligen oft nur bedingt. Wie gut es gehen kann, zeigt die DJK Rhenania Kleve.



© Ralf Daute

Der B-Ligist beheimatet momentan 20 verschiedene Nationen in der ersten Mannschaft. Die Spieler, die teilweise zum ersten Mal in einem Verein kicken, kommen unter anderem aus der Türkei, Island, Kamerun, Syrien, Nigeria, China, El Salvador, Griechenland, Hongkong, dem Kosovo und Deutschland.

Angefangen hat alles vor rund drei Jahren. Es herrschte akuter Spielermangel und so sah man sich nach neuen Spielern an der Klever Hochschule um, wo junge Leute aus aller Welt studieren. „Wir haben zwei Studenten angesprochen, ob sie Lust hätten, bei uns mitzuspielen“, berichtet Ingo Pauls, Trainer der ersten Mannschaft. Sie wollten. „Das hat sich dann zu einem Riesenschwung entwickelt“, so Pauls weiter. Die Studenten brachten Freunde und Kommili-

tonen mit. Mittlerweile trainieren und spielen auch Flüchtlinge und Asylsuchende aus den Unterkünften in Kleve und Umgebung mit und fühlen sich pudelwohl bei der DJK.

Für seinen Schritt wird der Verein heute nachhaltig belohnt. „Ich habe teilweise 40 Leute beim Training“, erzählt Pauls. Alles laufe friedlich ab. Gesprochen werde überwiegend auf Englisch. Einige Spieler fungieren auch als Dolmetscher und ansonsten werde eben mit Händen und Füßen kommuniziert. „Es macht aber immer eine Menge Spaß“, freut sich der Trainer. Dabei spiele es keine Rolle, dass die erste Mannschaft in der Klever B-Liga mit bislang vier Siegen nur den zwölften Platz belegt, meint Pauls, denn: „Jeder Spieler ist vor allem eine menschliche Bereicherung für unseren Verein.“ <

DJK Twisteden sammelt sich selbst

Das Sammelfieber packte Ende des vergangenen Jahres die DJK Twisteden. Der Verein organisierte ein Album, das an die berühmten Panini-Alben erinnert, die es seit vielen Jahren zu Fußball-Welt- und Europameisterschaften gibt.

Der feine Unterschied: Für ihr Album sammelten die Twistedener Bilder von Kickern und anderen Sportlern aus ihrem eigenen Verein. „Die Fotos haben wir zusammen mit einem Fotografen aus dem Ort in Eigenregie gemacht“, berichtet DJK Vorsitzender Johannes Kleuskens. Insgesamt 457 Einzel- und 32 Gruppenbilder, die später zu tausenden Klebebildern wurden und in einem lokalen Einkaufsmarkt zu erstehen waren.

Die DJK Twisteden veranstaltete auch drei Tauschbörsen. Alle waren ganz heiß auf die Bildchen und viele DJK-Aktive und ihre Anhänger hatten das 72-seitige Sammelheft schnell vollständig. Das Album wird sicher auch in Jahrzehnten noch eine schöne Erinnerung sein. <



© DJK Twisteden

Aus den Vereinen im Diözesanverband

KREISVERBAND NIEDERRHEIN



TRÄUME WERDEN WAHR

Unser Helmut steht Kopf

Sport, besonders Tischtennis, und Karneval sind seine Leidenschaften, die er in der vergangenen Karnevalssaison miteinander verband: Helmut Vehreschild, 2. Vorsitzender der DJK Rhenania Kleve, führte die Klever Narren als ‚Prinz Helmut der Sportliche‘ durch die fünfte Jahreszeit. „Das war mein Lebenstraum, den ich mir erfüllt habe“, sagt der Sportredakteur und ehrenamtliche DV-Tischtennis-Fachwart rückblickend.



Nahm das Zepter in die Hand: Prinz Helmut der Sportliche

© Klaus-Dieter Stade

Bereits seit 2011 stand fest, dass der Vollblut-Karnevalist und erfolgreiche Tischtennispieler als Karnevalsprinz durch die Session 2015/16 in Kleve führen wird. „Darin steckt viel Arbeit. Ich musste mir eine Garde, Tänzerinnen und Musiker organisieren“, berichtet Vehreschild, der seit 30 Jahren im Klever Karneval unterwegs ist und als Lokalreporter Harry zwölf Mal in die Bütt stieg. Einmal das närrische Zepter in der Hand zu halten war schon lange sein großer Wunsch. Dieser drohte im Frühjahr 2015 jedoch zu zerbrechen.

Vor fast genau einem Jahr erlitt Vehreschild einen Schlaganfall zusammen mit mehreren Hirnblutungen. 24 Stunden lang lag er damals im Koma. „Als ich aufwachte, war fast alles weg. Ich wusste nicht einmal mehr die Namen meiner Töchter“, erzählt Vehreschild. Nach nur drei Tagen, in denen noch nicht klar war, ob und wie schnell er Grundlegendes wieder erlangen würde, fasste er den Entschluss, trotz seiner Erkrankung an seinem Traum festzuhalten. „Diese Entscheidung hat mich total motiviert und einen unbändigen Willen in mir ausgelöst“, sagt Vehreschild. Gerne vergleicht er

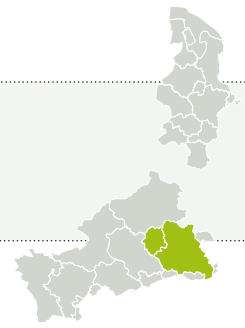
seine damalige Situation mit der in einem Tischtennis-Spiel: „Ich habe immer gesagt: Ich bin jetzt im fünften Satz und werde gewinnen.“ Vehreschild siegte und erlebte eine unvergessliche Karnevalszeit. „Es war einfach wunderbar. Wir hatten über 200 Auftritte. Die Spanne reichte dabei von 50 Zuschauern im Altenheim bis zu 3.500 Zuschauern im Klever Festzelt“, erläutert er. Ein besonderer Moment war für den Sportredakteur dabei sein Besuch als Karnevalsprinz beim Neujahrsempfang der DJK Rhenania Kleve, dessen Logo auch seinen offiziellen Prinzenorden schmückte. <



➔ **Kicker gestalten Osterkerze.** Sonst laufen sie voller Energie über den Fußballplatz. Jetzt haben die **U13 Fußballerinnen der DJK Labbeck-Uedemerbruch** mit ebenso viel Eifer die Osterkerze für ihre Kirchengemeinde gestaltet. „Bei uns im Ort übernimmt immer eine andere Gruppe diese Aufgabe. In diesem Jahr hat Pfarrer Hoebertz, der auch Geistlicher Beirat unseres DJK-Vereins ist, uns gefragt, ob wir Lust dazu hätten“, so Nikola Fürtjes-Ingenbleek. Die Geschäftsführerin der DJK Labbeck-Uedemerbruch war sofort begeistert, zumal ihr DJK-Verein in diesem Jahr sein 70. Jubiläum begeht. Auch die U13 Kickerinnen, die Nikola Fürtjes-Ingenbleek trainiert, waren gleich Feuer und Flamme, hatten viele Ideen für unterschiedlichste Verzierungen der Osterkerze und trafen sich zur Bastelstunde. Entstanden ist ein absolutes Unikat, das unter anderem mit dem DJK-Logo und vielen Fußballstiefeln verziert ist. Ein Jahr lang wird die Osterkerze, die in der Osternacht entzündet wird, die Kirche von St. Marien Labbeck schmücken. <

Aus den Vereinen im Diözesanverband

KREISVERBAND MÜNSTER



FRISBEEFESTIVAL NRW FEIERT PREMIERE

Münster ist eine Scheibe

Seit 2009 wird Frisbeesport in Münster im Verein angeboten, und zwar bei der DJK GW Marathon Münster. Vom 12. bis 16. Mai ist der DJK-Verein gemeinsam mit dem Frisbee-Landesverband NRW Gastgeber des European Frisbeefestivals 2016.

erstes NRW-Frisbeefestival zu veranstalten“, erklärt Werner Szybalski, Präsident des Frisbeesport-Landesverbandes NRW. „Natürlich bot es sich für unseren Verein an, örtlicher Ausrichter zu werden, da wir ja auf dem Weg sind, Münster zur Frisbeehochburg in ganz Deutschland zu machen“, sagt die Vorsitzende der DJK GW Marathon, Hedwig Liefefeldt, mit einem Augenzwinkern.

Alle Scheibensportarten und -disziplinen werden bei dem Event vertreten sein. Allein deren Bezeichnungen werden nicht Eingeweihte zum Staunen bringen: Ultimate, Discgolf, Freestyle, DDC, Guts und Discdogging. In jedem Fall sehenswert sind sicher die Wettkämpfe, die zum Teil vor traumhafter Kulisse, direkt vor dem Münsterschen Schloss, ausgetragen werden.

„Wir erwarten eine vierstellige Aktivenzahl und am Breitensport-Montag viele Besucher im Stadtpark Wienburg in Münsters Norden“, so Werner Szybalski. Neben Infoständen und einem Mitmachangebot mit allen möglichen Frisbeescheiben sind für Montag ein Kulturprogramm und ein großes Angebot für Kinder geplant. Ein Discgolf-Kongress, Workshops und Lehrgänge sowie eine Filmvorführung im Kino runden das erste Frisbeefestival NRW ab. Spannend wird es auch am Montagnachmittag und jeder kann zum Gelingen beitragen: Bei einem Spiel auf dem Marathonplatz wird versucht,



Freuen sich aufs Festival: Marathons U20-Ultimate-Nationalspieler und mehrfacher U17-Europameister Tim Tuschen (o.) und der Deutsche Discgolf-Juniorenmehrmaler Marvin Hartmann.



einen neuen Europazuschauerrekord für Ultimate aufzustellen! „Am Pfingstwochenende lautet der Frisbee-Slogan ‚Unsere Welt ist eine Scheibe‘ mal anders: Münster ist eine Scheibe!“, meint der Hauptverantwortliche Werner Szybalski. <



Der Sport mit der Scheibe ist in Münster so beliebt, dass die DJK GW Marathon vor zwei Jahren eine eigene Abteilung gründete, die aus den Gruppen Discgolf, Ultimate Frisbee und Double Disc Court besteht. Mittlerweile ist der DJK-Verein der drittgrößte Frisbeesportverein in Deutschland und wird an Pfingsten für einige Tage und Nächte zum Nabel der Frisbeewelt. „Um den Sportspaß mit der Flugscheibe noch bekannter zu machen, hat der Frisbeesport-Landesverband beschlossen, ein

Besucher bekommen beim Festival handfeste Tipps vom Profi.



Aus dem Diözesanverband

KREISVERBAND MÜNSTER

* ANMELDEN BIS 20. APRIL *

DJK
Badminton
Bundesmeister-
schaften
14. | 15. Mai

EVERSWINKEL FREUT SICH AUFS BUNDESTURNIER

DJK'ler im Badmintonfieber

DJK-Badmintonspieler aus ganz Deutschland kommen am Pfingstwochenende zum SC DJK Everswinkel. Am 14. und 15. Mai werden hier die Bundesmeisterschaften ausgetragen.

Wer Badminton spielt muss schnell sein, gute Reflexe und eine schnelle Hand-Augen-Koordination haben, konditionell auf der Höhe sein. Das trainieren die rund 70 aktiven Mitglieder der Everswinkeler Badmintonabteilung Woche für Woche. Die DJK-Meisterschaften können kommen. Schon einmal war Everswinkel Austragungsort für die DJK-Bundesmeisterschaften im Badminton, im Jahr 2008 zum 100-jährigen Bestehen des Vereins. Auch dieses Mal ist es nicht der Zufall, der das Bundesturnier ins Münsterland bringt, sondern erneut ein Jubiläum: die Badmintonabteilung des SC DJK Everswinkel feiert ihr 40-jähriges Bestehen.

Fee Bröker freut sich schon auf die DJK-Bundesmeisterschaften in ihrem Heimatverein. Die 18-Jährige nimmt zum fünften Mal an

einem solchen Turnier teil, bisher z.B. im 500 km entfernten Schwabach bei Nürnberg oder im letzten Jahr im 200 km entfernten Friesdorf bei Bonn: „Das ist jedes Mal eine tolle Sache. Man kommt mit vielen anderen Vereinen zusammen, trifft jede Menge Leute und hat irre viel Spaß in der großen Gemeinschaft. Das ist das Beste daran.“ Florian Glose (Foto u.l.), Badminton-Trainer und Sportwart des SC DJK Everswinkel, stimmt zu und ergänzt: „Die Bundesmeisterschaften sind ein Jedermann-Turnier, es nehmen also Kinder wie Erwachsene teil, was selten vorkommt, jedoch sehr schön ist. Bei uns wird so gut wie die ganze Abteilung auf den Beinen sein, mit den U13-Spielern als jüngste Altersklasse des Turniers bis hin zu den erwachsenen Mannschaftssportlern. Außerdem werden auch wieder Menschen mit geistiger Behinderung dabei sein, die sich



Fee Bröker

immer riesig freuen, Teil der Gemeinschaft zu sein.“ Seit dem Bundessportfest in Mainz vor zwei Jahren nehmen Sportler mit geistiger Behinderung an den Bundesmeisterschaften teil und ermitteln in separaten Wettkämpfen ihre Jahresbesten. Glose: „Wir möchten das in Everswinkel so weiterführen.“

Anfang des Jahres stieg der Verein als Ausrichter konkret in die Organisation der Meisterschaften in der örtlichen Kehlbachhalle ein. Mehrere Vorbereitungs-Teams bildeten sich, jedes für einen anderen Bereich verantwortlich. „Damit sich die Aufgaben auf viele Schultern verteilen“, so Glose. Er selbst z.B. übernimmt die Turnierleitung, Fee Bröker gehört zum Cafeteria-Team. Und natürlich spielen trotzdem beide im Turnier mit. Fee spielt seit einem Jahr mit der Mannschaft in der Bezirksliga. Als 18-Jährige könnte sie bei den Bundesmeisterschaften noch im Jugendbereich U19 starten. „Vielleicht kann ich von meiner Erfahrung in der Bezirksliga profitieren“, überlegt sie. Am Ende auf dem Siegertreppchen zu stehen ist für Fee jedoch nicht das Wichtigste. „Hauptsache Spaß!“ lacht sie. <





RIO BEWEGT.UNS.

Mehr als nur dabei sein

RIO DE JANEIRO

5. – 21. August 2016
Olympische Spiele

7. – 18. September 2016
Paralympische Spiele

DAS AKTIONSBÜNDNIS: 'RIO BEWEGT. UNS.'

- * lenkt den Blick auf die Menschen in Rio und die Lebenssituation der Benachteiligten
- * unterstützt soziale, nachhaltige Initiativen in Brasilien
- * ruft uns in Deutschland auf, Solidarität zu zeigen.

ALS VEREIN AKTIV WERDEN! WIE?

- * Mitglieder informieren
- * Spendenläufe starten
- * Sportevents organisieren
- * DJK-Cross-Boccia spielen

➔ Infos und Leihmaterialien für Ihre Events unter:
www.rio-bewegt-uns.de



© Adventat - Steffen

© Adventat - Escher

© Koch

impresum

Herausgeber: DJK-Sportverband Diözesanverband Münster e.V., Siemensstr. 57, 48153 Münster, Tel.: 0251.609229.0, Mail: info@djk-dv-muenster.de, www.djk-dv-muenster.de | **Redaktion:** Stephanie Seidel | **An dieser Ausgabe hat mitgewirkt:** Sabrina Peters, Maria Schotte | **Druck:** Burlage, Münster | **Auflage:** 1.600 | **Titelfoto:** © Sportograf, Zieleinfahrt von Ludger Kraienhemke und Andrea Ischner-Vahrst von der DJK GW Albersloh | Das Copyright aller nicht gekennzeichneten Fotos liegt beim DJK-DV Münster | **Grafikdesign:** Annette Witzel | Vielen Dank an alle Verbands-Mitglieder, die der Redaktion Informationen, Manuskripte und Fotos zur Verfügung gestellt haben. Die nächste *erleben + bewegen* erscheint im Juli 2016. | **Redaktionsschluss:** 27.05.2016 | Die Redaktion behält sich vor, Beiträge zu kürzen und zu überarbeiten. Alle in dieser Zeitschrift veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion *erleben + bewegen*.

DJK
Sportverband
Diözesanverband Münster

erleben + bewegen
Das Magazin für alle,
die das Leben christlich-
sportlich nehmen.