





Vereine in Aufbruchstimmung

## Eine neue Welle der Gemeinschaft

Bei manchen Menschen hat die monatelange Isolation eine Wunde hinterlassen. In einer Mischung aus Angst, Disziplin und möglicherweise Misstrauen anderen Menschen gegenüber fällt es Manchen schwer, soziale Nähe wieder zuzulassen. Begriffe wie Abstand, Hygiene und Kontaktlosigkeit sind ihnen in Fleisch und Blut übergegangen. Der Anblick von fröhlichen Menschen in Cafés, auf dem Sportplatz und in der Nachbarschaft wirkt nach über einem Jahr der Leere und Stille zunächst befremdlich. Nach wie vor hören wir mahnende Worte von Politikerinnen und Politikern, von Virologen und Ärztinnen, dass die Pandemie noch nicht vorbei sei, dass zu große Sorglosigkeit uns schnell eine neue Infektionswelle bescheren kann. Das verunsichert, macht Angst und lässt trotz vergleichsweise niedriger Infektionszahlen die Sorge nicht vollends verschwinden. Und es hemmt uns möglicherweise, wieder auf andere Menschen zuzugehen. Weil wir nicht wissen, was richtig, was riskant und was falsch ist. Deshalb braucht es zum einen nach wie vor klare Vorgaben und Verhaltensmaßstäbe. Es braucht aber zum anderen auch den Mut und das Vertrauen, dass die Gegenwart anderer Menschen nicht gleichzusetzen ist mit Gefahr. Eine schwierige Situation, wenn nicht sogar ein emotionales Dilemma! Doch es gibt einen Weg aus diesem Dilemma heraus – den Weg in die Turn- und Sportvereine.

Bewegung im Verein wird dabei helfen, zurückzukehren in soziale Zusammenhänge. Gerade in den Vereinen wird an vielen Stellen das Erleben von Heimat, von Gemeinschaft und Solidarität ermöglicht. An vielen Stellen erleben wir, mit welcher Verantwortung und mit welcher Ernsthaftigkeit die Vereine sich um die Sicherheit ihrer Mitglieder (und noch-nicht-Mitglieder) bemühen. Gerade in dem geschützten Bereich des gemeinwohlorientierten Turn- und Sportvereins spielt gesellschaftliche Verantwortung eine große Rolle. Durch behutsame aber

zugleich zügige Öffnung dürfen und sollen Menschen wieder am sportlich-geselligen Leben im Verein teilnehmen. Denn dort begegnen sie Gleichgesinnten nicht nur in Bezug auf das Sporttreiben. Sie begegnen dort Menschen, die die gleichen Sorgen, Ängste und Hoffnungen teilen, und die deshalb behutsam und zugleich voller Genuss wieder in die Bewegungsstunde kommen. Einmal mehr heißt es „(nur) gemeinsam schaffen wir das!“

Wie gut Vereine durch die schwere Pandemiezeit gekommen sind, wie intensiv sie sich um ihre Mitglieder gekümmert haben und welche kreativen Sportangebote sie geschaffen haben, zeigen unsere vielen und besonders eindrucksvollen Beispiele auf den folgenden Seiten. Außergewöhnlich ist dabei nicht nur, was Turn- und Sportvereine für die Zeit der Pandemie auf die Beine gestellt haben, sondern vor allem auch, wie sie ihre zum Teil neuen Angebote künftig in ihr Portfolio einbeziehen wollen und werden. Denn neben Werten wie Gemeinschaft, Solidarität und Sicherheit spielt auch die Nachhaltigkeit für unsere Vereine eine große Rolle. Und sie bieten gerade jetzt, da Vieles wieder möglich ist und wird, die Chance auf einen Neuanfang – für sich selbst und jedes einzelne (künftige) Vereinsmitglied.

Lasst uns gemeinsam unsere Unsicherheiten überwinden und auf einer neuen Welle reiten – auf einer neuen Welle der Gemeinschaft! Vielleicht findest Du in dieser TURNWELT den passenden Verein für Dich. Denn eines ist klar: In einem Turn- und Sportverein findest Du Gemeinschaft im Sporttreiben, Solidarität und Verständnis für die miteinander schwierige Wiederannäherung aber auch die Sicherheit, die Du für einen Wiedereinstieg in ein bewegtes Leben brauchst.

 Heike Werner

# Ideenvielfalt, die motiviert!

**„Da geht was!“ Das haben sich seit Beginn der Pandemie unzählige Turn- und Sportvereine gedacht und nach anfänglicher Schockstarre teils überraschende, immer aber absolut kreative und mitreißende Projekte und Aktionen gestartet. Und wie sollte es anders sein? Die Ideen gehen den Übungsleiterinnen und Übungsleitern, Vorsitzenden und Abteilungsleiterinnen und Abteilungsleitern nicht aus. Mehr noch: Die Ideen finden zum Teil Einzug in das regelmäßige Sportangebot oder sollen künftig zumindest jedes Jahr wiederholt werden. Allen gemeinsam ist die große Erkenntnis dieser Zeit: Mit Anderen macht Bewegung viel mehr Spaß!**

#SPORT  
VEREINT  
UNS

## Mermaid-Yoga im Park

Yoga mit einer Meerjungfrauenflosse an den Beinen? Wie kreativ Turn- und Sportvereine sind, zeigt sich im Turnkreis Wolfsburg. „Wolfsburg bewegt im Park“ heißt das Projekt – eine Kooperation zwischen Stadtsportbund und den örtlichen Vereinen –, mit dem möglichst vielen Menschen der Zugang zum Sport ermöglicht werden soll, egal ob Vereinsmitglied oder nicht. Noch bis zum 12. September können Bewegungsbegeisterte nicht nur aus Wolfsburg an spannenden und vielfältigen sportlichen Angeboten an der frischen Luft teilnehmen. Kostenlos und ohne Anmeldung!

„Das Angebot ist wirklich vielfältig“, freut sich Gitti Fahse, Vorsitzende des Turnkreises Wolfsburg, die im Vorfeld die Turn- und Sportvereine zum Mitmachen aufgerufen hatte. Von Latino Linedance und Orientierungslauf für Familien über Selbstverteidigung und Kanupaddeln bis hin zu Body-Workout und eben Mermaid-Yoga ist alles dabei. Täglich von Montag bis Samstag sind die Angebote im Allerpark, am Klieversberg und am Planetarium für alle zugänglich – egal, in welcher Altersgruppe, ob mit oder ohne Handicap. Da lohnt sich ein Tagesausflug nach Wolfsburg! Und im nächsten Jahr geht's weiter.

[www.ssb-wolfsburg.de](http://www.ssb-wolfsburg.de)



**WOLFSBURG  
BEWEGT IM PARK**

Sportaktionswochen *für Jung und Alt*  
vom 12. Juli bis 12. September 2021

Mitmachen  
und fit  
bleiben!

StadtSportBund  
Wolfsburg e.V.  
LandesSportBund Niedersachsen e.V.





## 46 Korbballerinnen radeln fast 11.000 Kilometer

Viele Menschen zog es während des Lockdowns auf das Fahrrad – so auch die Korbball-Spielerinnen des TSV Heiligenrode. Doch sie fuhren nicht einfach nur Fahrrad, sondern beteiligen sich am Stuhler Stadtradeln. Aber nicht nur die aktiven Korbballerinnen, sondern auch Ehemalige und Familienmitglieder waren dabei, erzählt Meike Solte. Nach und nach entwickelte sich der sportliche Ehrgeiz, möglichst viele Kilometer zu radeln. Sogar einen sparteninternen Wettbewerb gab es – zwischen den Trainingsgruppen aber auch innerhalb der Teams. Die größte Motivation bestand bei allen darin, gemeinsam ein selbstgesetztes Ziel zu erreichen, in einer Zeit, in der vor allem eine Mannschaftssportart wie Korbball ebendiese Gemeinschaft vermisste. „Wir hatten plötzlich ein Thema, über das wir uns austauschen konnten“, freut sich Meike Solte. Und je nach geltender Pandemie-Regel war auch gemeinschaftliches Bewegen wieder möglich. Die Erkenntnis: Jeder Kilometer zählt. Und so kamen die 46 Teilnehmenden am Ende der dreiwöchigen Aktion auf sage und schreibe 10.859 geredelte Kilometer. In der Wertung „Meiste Kilometer gesamt“ kam die Gruppe damit auf Rang eins. „Im nächsten Jahr wollen wir wieder am Stadtradeln teilnehmen. Ich hoffe, dass dann noch mehr Menschen teilnehmen und vor allem auch bei den Jüngeren ein nachhaltiges Umdenken stattgefunden hat und vor allem die kurzen Wege eben häufiger mit dem Rad statt mit dem Auto zurückgelegt werden“, betont die Spartenleiterin.

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



## Gemeinschaftlich erinnern

Dass Gemeinschaft im Turn- und Sportverein nicht nur durch die gemeinsame Bewegung entsteht, hat eindrucksvoll der Grodener Sportverein bewiesen. Und, dass er sich besonders auch um die Generation 50plus bemüht. Denn genau diese Zielgruppe wurde Anfang Januar dazu aufgerufen, schöne Gedichte, leckere Rezepte, Erinnerungen aus dem Vereinsleben, Geschichten aus dem Ortsteil und Fotos zur Verfügung zu stellen. Und viele kamen dieser Aufforderung nach, schickten den Initiatoren um Sabine Güntzler viele lustige und interessante Beiträge zu. Zusammen mit Karin Behrensen und Karin Zobawa sortierte sie die Beiträge nach Jahreszeiten und produzierte daraus während des zweiten Lockdowns „Unser Corona-Buch“ – eine unterhaltsame Broschüre mit 60 Seiten. Diese wurde schließlich als Dankeschön für die Treue zum Verein während der Pandemie an alle aus der Generation 50plus sowie an ehemalige Vereinsmitglieder, die inzwischen in Pflegeheimen leben, verteilt. Und die Resonanz war durchweg positiv, zum Teil flossen bei den Älteren sogar kleine Tränchen der Rührung. Die Broschüre ist eine wundervolle Erinnerung an die Corona-Zeit, aber vor allem auch an die gemeinsamen sportlichen Erlebnisse zuvor.



# Ideenvielfalt, die motiviert!



## Uslar laufend entdecken

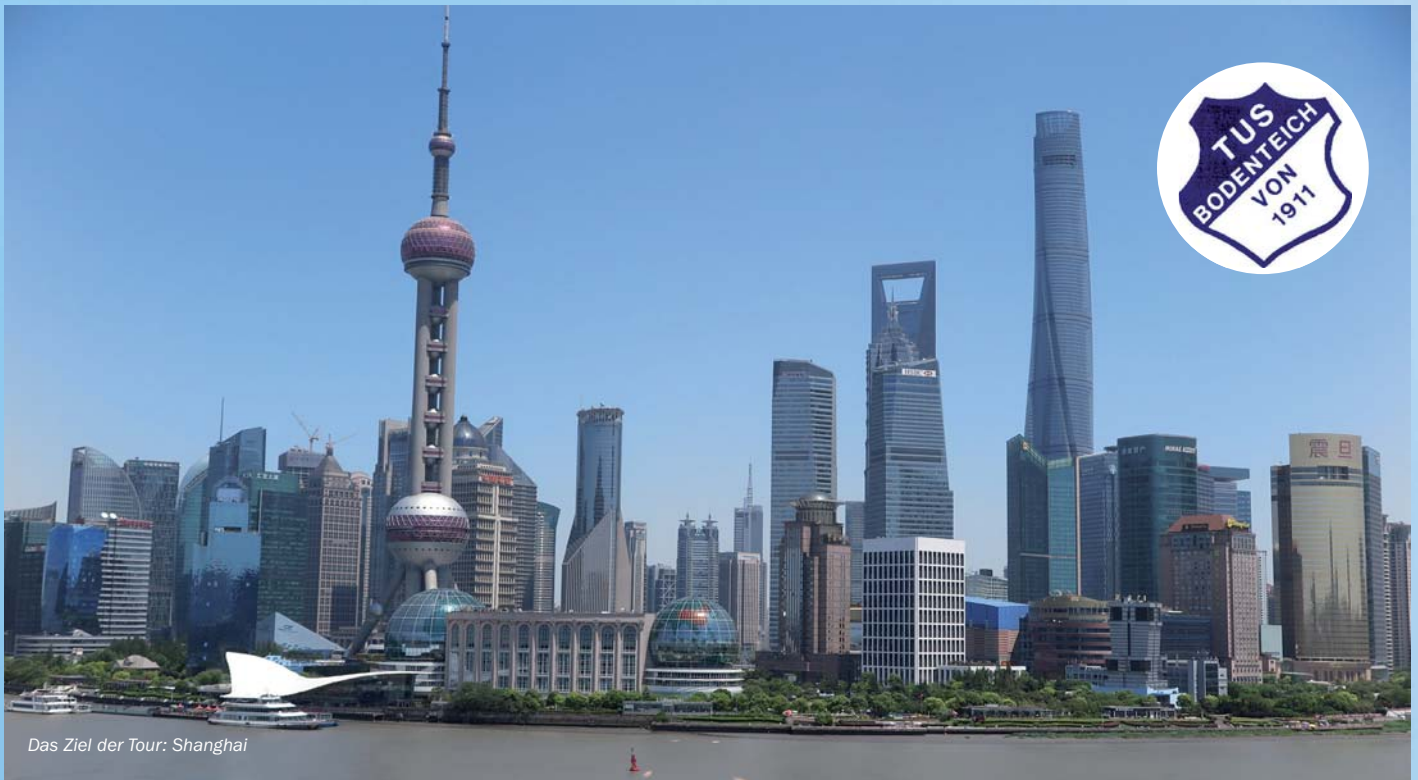
Kaum zu glauben, aber der Auslöser für diese schöne Aktion der Orientierungsläufer war einmal nicht die Pandemie. Die Idee, einen Foto-Orientierungslauf zu organisieren ist Werner Drese, dem Beauftragten für Breitensport und Schul-Orientierungslauf im Fachgebiet Orientierungslauf, während eines Dänemark-Urlaubs gekommen. „Dort gibt es so etwas in fast jeder Stadt“, sagt er. Diese Art des Orientierungslaufs, bei dem die Läuferinnen und Läufer anhand von Fotoausschnitten und einer Positionskarte die entsprechenden Orte finden müssen, schien ihm geeignet, diese Sportart bekannter zu machen. Schulen wurden solche Karten bereits zur Verfügung gestellt. So können nun also Bewegungshungrige die Stadt Uslar erkunden. 22 Stationen gilt es zu finden. Die auf der Karte bei den Fotos vermerkten Buchstaben ergeben am Ende in der richtigen Reihenfolge das Lösungswort. Der Foto-OL soll in Uslar fester Bestandteil des städtischen Angebots für Touristen werden. Zusammen mit dem Tourismusbüro steht Werner Drese schon in den Startlöchern. Fehlt nur noch eine Werbeaktion und die Touristen, die sich nach den aufgehobenen Reisebeschränkungen sicherlich bald wieder in Uslar einfinden werden. So oder so war es aber auch im Lockdown eine schöne Art, die Menschen in Bewegung zu bringen.



## 23,8 Millionen Schritte für einen guten Zweck

Innerhalb von vier Wochen täglich seine erlaufene Schrittzahl zu melden – diese Herausforderung nahmen 64 Mitglieder des SV Erichshagen im Alter von sechs bis 69 Jahren an. Was beim Start noch niemand wusste: Mit ihrem sportlichen Engagement würden sie für einen karitativen Zweck laufen. Pro erlaufene 100.000 Schritte wollte der Verein einen Euro an noch zu benennende Einrichtungen spenden. Nach einer kurzen Registrierung mit Namen und Geburtsjahrgang wurden die Ergebnisse allabendlich mit Beweisfoto an eine SVE-Handynummer übermittelt und in eine Liste übertragen. Neben einer sofortigen Rückmeldung gab es nach Ablauf jeder Trainingswoche eine ausführlichere Auswertung. Damit die Challenge sportlich ein wenig abwechslungsreicher verlaufen sollte, erhielten die Teilnehmenden wöchentlich ein konkretes Ziel vorgegeben, bei dem ein zusätzlicher Bonus in Form von Schritten erzielt werden konnte. So waren im Laufe der vier Wochen bemerkenswerte Leistungssteigerungen zu erkennen, und alle Aktiven waren mit Eifer dabei, ihr jeweiliges Wochensoll von Woche zu Woche kontinuierlich zu erhöhen. Und schafften Beeindruckendes: 23,8 Millionen Schritte (mit dem SVE-Bonus 24,288 Mio.) und 17.750 Kilometer kamen am Ende zusammen. Das bedeutete zudem eine CO<sub>2</sub>-Einsparung von drei Tonnen. Die fleißigen Schrittesammler entschieden sich spontan, die erlaufene Spendensumme von 243,38 Euro auf insgesamt 1050,38 Euro zu erhöhen. Das Geld kam schließlich dem Kinderhospiz Löwenherz in Syke sowie dem Tierheim in Drakenburg zugute.





Das Ziel der Tour: Shanghai

## Einmal Shanghai und zurück – zu Fuß und mit dem Rad

„Dieses Jahr wollen wir bis Shanghai laufen“, lautete das Ziel, welches die Organisatorinnen Angela Lapöhn und Gudrun Garbe-Köhnecke angestrebt hatten. Alle Mitglieder des TuS Bodenteich waren nach 2020 auch in diesem Jahr wieder aufgerufen, im gesamten Mai alle Schritte zu zählen, Fahrradkilometer zu notieren, zu walken und zu laufen. Dass der TuS Bodenteich eine starke Gemeinschaft ist, wurde wieder einmal eindrücklich bewiesen. Waren es im vergangenen Jahr die Turner und Gesundheitssportler, die Faustballer und Reha-Sportler genauso wie die Fuß- und Handballer, so beteiligten sich in diesem Jahr zusätzlich weitere Abteilungen und meldeten Ergebnisse. Zudem durften in diesem Jahr auch Gäste an dieser Challenge teilnehmen. Freunde und Partner unserer Mitglieder sammelten fleißig mit.

So kamen am Ende 23.011,60 Kilometer zusammen. Das reichte, um auf dem Landweg bis Shanghai und zurückzukommen. Eine beachtliche Leistung! Und es reichte, um die Mega-City noch ein wenig zu erkunden, da am Ende noch knapp 900 Kilometer übrigblieben. Dies war der Wunsch von Gudrun Garbe-Köhnecke, die dort über ein Jahr gelebt hatte und diese Stadt mit seinen vielen Menschen erleben durfte.

„Dass diese Strecke zusammengekommen ist, freut uns ganz Besonders, das schlechte Wetter machte es manchmal nicht einfacher, loszugehen oder zu radeln. So zeigte es sich, dass es einen starken Zusammenhalt in den Gruppen gegeben hat und man dieses Ziel auch gemeinsam erreichen wollte“, sagte Angela Lapöhn als Abteilungsleiterin und Mitglied des Vorstands.

Inzwischen darf wieder gemeinsam auf den Sportplätzen trainiert werden, und darüber freuen sich nicht nur die beiden Organisatorinnen, sondern auch alle Mitglieder des TuS Bodenteich! Nichtsdestotrotz wird die Lauf- und Radaktion mit Sicherheit auch im nächsten Jahr wieder viele Menschen an ein virtuelles neues Ziel bringen.

Angela Lapöhn und Gudrun Garbe-Köhnecke  
starten beim TuS Bodenteich

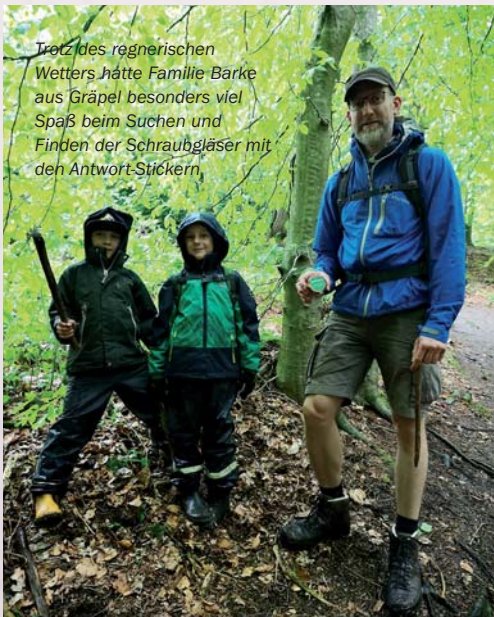
 Gudrun Garbe-Köhnecke

 Garbe-Köhnecke



## Ideenvielfalt, die motiviert!

### Spannende Wald-Rallyes machen Lust auf mehr



Trotz des regnerischen Wetters hätte Familie Bärke aus Gräpel besonders viel Spaß beim Suchen und Finden der Schraubgläser mit den Antwort-Stickern.



Carolin und Estelle Holst aus Hemmoor hatten so viel Spaß an den Kinder-Rallyes, dass sie sich sogar auf die lange 10 Kilometer-Runde begaben

Trotz des durchwachsenen Wetters mit heftigen Regenschauern wurden die Bewegungsangebote des VfL Wingst vom 09. bis 25. Mai unerwartet gut angenommen. Knapp 450 Teilnehmende vom Dreijährigen bis zur Seniorin begaben sich auf unterschiedlichen Strecken durch den Wingster Wald, um die Natur zu genießen, Spaß zu haben und viel zu lernen.

Für die Jüngsten bot der VfL Wingst eine Wald-Rallye von ca. 1,5 Kilometern durch den Wald vorbei am Hasenbach an. Eine Tiergeschichte führte von Station zu Station, in deren Nähe es jeweils ein Schraubglas zu finden galt, in dem sich Antwort-Sticker befanden, die auf die Laufkarte zu kleben waren. Eine weitere Rallye für Kinder ab sieben Jahre erzählte von der Sage des Riesen aus der Wingst, und für die ab Zehnjährigen galt es, auf ca. 2,5 Kilometern durch den Wald die Runen-Schrift der Germanen auf den zu findenden Antwort-Stickern zu entziffern, um die Lösungswörter in den Lückentext bzw. auf die Teilnahmekarte zu schreiben. Für Jugendliche und Erwachsene bot der VfL Wingst eine 10 Kilometer-Laufrunde durch den Wingster Wald und eine 40 Kilometer-Runde per Fahrrad

um die Wingst an. Am Wegesrand mussten Fragen beantwortet und die Antworten in die Laufkarten eingetragen werden.


Das positive Feedback war groß. Eltern, die sich freuten, dass ihre Kinder, ohne zu murren und in „rasender“ Geschwindigkeit, Freude an einem Waldspaziergang hatten. „Die Kombination aus Bewegung, spannender Suche und kniffligen Fragen hat meinen Jungs so viel Spaß gemacht, dass wir gleich zwei Rallyes hintereinander absolviert haben“, berichtete ein gutgelaunter Vater. Und selbst eingefleischte Wingster schwärmten von der wunderschönen Natur auf Wegen, auf denen sie bisher noch nie gelaufen bzw. Rad gefahren waren.


Da die Bewegungsangebote nicht nur für Vereinsmitglieder waren, sondern die Teilnahme- und Laufkarten frei zugänglich für jedermann am Sportheim in der Wingst auslagen, nahmen auch viele Menschen aus den umliegenden Ortschaften teil, teilweise auch Tagesgäste aus Schleswig-Holstein, Hamburg und Bremen.

Alle Kinder und Jugendlichen, die eine vollständig ausgefüllte Teilnahmekarte in den Briefkasten am Sportheim eingeworfen haben, erhielten nach Abschluss der Aktion

ein kleines Präsent. Bei den Erwachsenen wurden jeweils drei Gewinner ausgelost, die eine kleine Aufmerksamkeit zugeschickt bekamen.

„Ein rundum gelungenes Angebot des VfL Wingst“, freut sich der Vorsitzende Michael Schlobohm, der über die Kooperation mit Familie von der Wense, in deren Wald die Rallyes stattfanden, sehr dankbar ist. „Wenn die Familie wieder ihr OK gibt, kommen wir gerne der Bitte nach, die Wald-Rallyes als jährlich wiederkehrendes Bewegungsangebot zu veranstalten.“ An Ideen mangelt es dem Vorstand und dem Organisationsteam jedenfalls nicht. Stichworte, wie Orientierungslauf, Waldlehrpfad, Waldbaden, Benennen und Finden von Baumarten, Früchten, Blättern, Tieren, Tierspuren des Waldes, etc. sind bei der Nachbesprechung der diesjährigen Wald-Rallyes bereits gefallen.

 Anette Lührs

 privat