

SPORT *Plus*



**DJK –
zusammen
schaffen wir das**

**DJK – offen
für neue Ideen**

**DJK – Sport,
Gemeinschaft
und Glauben**

**DJK – auch
online stark!**

... mit 12 Materialseiten
und Programmkalender

2020
–
2021

Liebe Leserin, lieber Leser!



Wer hat beim Erscheinen des letzten SportPlus nur im Entferntesten geahnt, was das Jahr 2020 bringen wird? Mit vielen Erwartungen, Vorfällen und Zielen sind wir in unser 100-jähriges DJK-Jubiläumsjahr ge-

startet. Bundeswinterspiele, Festakt in Würzburg, FICEP-Games, Jubiläumswallfahrt – wir hatten große Pläne. Doch dann kam alles anders...

Die Bundeswinterspiele konnten wir noch ausrichten, kurz darauf folgte der Lock-Down. Alle Veranstaltungen wurden abgesagt, Kontaktverbote schränkten nicht nur unsere Arbeit, sondern das gesamte menschliche Miteinander ein. Die Reaktionen waren so unterschiedlich wie die Persönlichkeiten: von Freude über die neu gewonnene, unverplante Zeit bis hin zu Einsamkeit und Zukunftssorgen der DJK-Vereine.

Wir kontaktierten alle unsere Vereine, um sie zumindest telefonisch zu unterstützen. Hygienekonzepte wurden ent- und wieder verworfen, weitere Vorgehensweisen gemeinsam abgestimmt. Die Vereine vernetzten sich, um sich gegenseitig Hilfestellung zu geben. Video- und Telefonkonferenzen ermöglichten, in Kontakt zu bleiben. Hilfsdienste für Ältere und kranke Mitglieder wurden initiiert. Die Kreativität machte auch vor der Geschäftsstelle nicht halt: Kurzsentschlossen wurde die Ausbildung zum Übungsleiter C digitalisiert und Theorieinhalte als Onlineseminare abgehalten. Mit Corona-Homevideos auf unserem eigenen YouTube-Kanal transportierten wir Ideen für Sport zum Mitmachen direkt ins Wohnzimmer. Die Absage unseres traditionellen Jakobuslaufes tat besonders weh. Zusammen fassten wir die Entscheidung, den

Lauf in etwas anderer Weise stattfinden zu lassen und gemeinsam in Sololäufen die Strecke von Augsburg nach Santiago de Compostela zurückzulegen. Die Resonanz auf unsere Idee – verknüpft mit dem Spendenprojekt ein „Osterlicht für Moria“ – war enorm. Läufer aus der ganzen Welt beteiligten sich und liefen aufaddiert die Strecke bis nach Santiago und fast wieder zurück.

Neben dem Rückblick auf unsere stattgefundenen Veranstaltungen ist es uns dieses Mal sehr wichtig, den Vereinen noch mehr Platz zu geben, um sich und ihre wertvolle Arbeit zu präsentieren. Die DJK Lechhausen wurde heuer 100 Jahre alt. Auch wenn der Festakt auf nächstes Jahr verschoben werden musste, gibt es über diesen tollen Verein viel zu berichten. Nachhaltige Vereinsarbeit leistet die DJK Memmingen, die sich im Vereinsportrait vorstellt. Daneben gibt es in dieser Ausgabe Platz für die neuen Kolleginnen in der Geschäftsstelle sowie für unsere ganz persönlichen Erfahrungen im Umgang mit der Krise. In der Mitte des Heftes findet Ihr wieder Ideen für die Gestaltung einer besinnlichen Einheit sowie Übungsleiterideen aus dem Bereich der Neurokinetik®. Auch Funktionäre werden mit wichtigen Informationen versorgt.

2020 war trotz allen Chaos' und vieler Rückschläge auch das Jahr der Kreativität, der Menschlichkeit und der Rückbesinnung auf christliche Werte: Wir haben gespürt, dass Urbedürfnisse wie Mitgefühl, Respekt und Rücksichtnahme trotz oder gerade wegen räumlicher Distanz wesentliche Elemente des Miteinanders darstellen. Die Herausforderungen dieser Krise betreffen uns alle. Wir müssen unsere Lebensweisen auf den Prüfstand stellen und diese Krise als Chance für Veränderungen begreifen.

Wir bedanken uns am Ende dieses schwierigen, herausfordernden Jahres für die unglaublich intensiven Vereinskontakte und die tolle Zusammenarbeit. Scheut euch nicht, uns auch weiterhin zu kontaktieren und in eure Fragen und Ideen einzuweihen. Wir möchten mit euch zusammen eure Vereinsarbeit aktiv gestalten und daran teilhaben.

Eure Kerstin Mayer, Bildungsreferentin

INHALT

Seite

Editorial.....	2
Grußwort.....	3
Förderung.....	49
Gratulationen & Gedenken / Impressum	50

AUS DEM DIÖZESANVERBAND AUGSBURG

Diözesanverband - News	4
Aus der Geschäftsstelle.....	7
Kinder und Jugend	10
Aus- und Fortbildung	12
Exerzitien und Wallfahrten	14
Sport im Diözesanverband	16
Kultur im Diözesanverband	35
Porträts aus dem Diözesanverband	36
Diözesan-Präsidium	51

MATERIALSEITEN ZUM HERAUSNEHMEN

Material für Funktionäre	F1/19
Material für Geistliche Begleitung.....	G1/21
Ü-nfo Materialdienst für Übungsleiter.....	Ü1/23
Infos zur Aus- und Weiterbildung	K1/25
DJK DV-Kalender	K2/26

AUS LANDES- UND BUNDESVERBAND

DJK-Landesverband	38
DJK-Bundesverband	39

AUS DEN VEREINEN

CCS, Lechhausen, Memmingen, Nord,	
Univiertel, West	42

Titelbild: Willi Mayr – Jakobspilger in Frankreich

Liebe DJK`lerinnen, liebe DJK`ler,

mit dem vorliegenden SportPlus 2020 halten wir Rückschau auf ein Jahr, das uns aufgrund der Corona-Pandemie und den vielen Einschränkungen, gerade auch im sportlichen Bereich, in besonderer Erinnerung bleiben wird. Dabei hat auch dieses Jahr wie gewohnt begonnen: Mit unserem Kinder- und Jugend-Winterlager in der Neujahrswoche im Haus St. Franziskus in Balderschwang, ausgerichtet von unserer Sportjugend.

Parallel dazu waren wir auf der Zielgeraden mit den Vorbereitungen für die Bundeswinterspiele vom 13. bis 16. Februar im Allgäu, die wir für den Bundesverband ausrichten durften.

sowie für pastorale Veranstaltungen usw. wärmstens empfehlen können.

An dieser Stelle nochmals herzlichen Dank an alle, die zum Gelingen beigetragen haben. Speziell an unser Veranstaltungsteam, das das Rahmenprogramm organisierte, u.a. einen Gaudi-Biathlon im Skizentrum Nesselwang und den traditionellen Abschlussabend im Allgäuhaus.

Nach dem 12. März waren alle Planungen nur noch Makulatur, die anstehenden Veranstaltungen, insbesondere unsere Sportlerwallfahrten nach Andechs, Pöbenhausen und Violau sowie das Finale der Pilger nach Santiago de Compostela



tigungen ins Programm aufzunehmen. Mein besonderer Dank gilt deshalb unseren Hauptamtlichen für ihre Arbeit während des „Lockdowns“.

Was in 2021 kommt? Wir wissen es nicht genau. Gerade die großen Veranstaltungen mit vielen Teilnehmern stehen weiterhin unter Vorbehalt. Im Übrigen werden wir uns nach Kräften bemühen, unsere bekannten sportlichen, pastoralen und gemeinschaftsbildenden Veranstaltungen zu organisieren und wir freuen uns über Eure Teilnahme.

Im Mai 2021 endet die vierjährige Amtszeit unseres Präsidiums. Der Diözesantag hat die Aufgabe, ein neues Präsidium zu wählen.

Lasst uns zuversichtlich in das Jahr 2021 gehen. Das Präsidium sowie die Geschäftsstelle wünschen Euch und Euren Familien eine gesegnete Weihnachtszeit, den Vereinen ein erfolgreiches Jahr 2021.

*Christian Liebl, Präsident
DJK Diözesanverband Augsburg*

Eine Zeit voller Veränderungen

Im Skigebiet Unterjoch, im Langlaufzentrum Nesselwängle sowie in der Eishalle Sonthofen ermittelten die Sportlerinnen und Sportler aller Altersgruppen die Sieger und Platzierungen in den alpinen Wettbewerben, dem Langlauf und im Eisstockschießen. Obwohl wir auf mehr Teilnehmer gehofft hatten, war es eine schöne Veranstaltung im Geiste der DJK. Erfreulich auch die Erfolge der Alpinen unserer Skivereine DJK Leitershofen und DJK Wertachtal.

Im Kolping-Allgäuhaus in Wertach hatten wir, wie schon bei den FICEP-Spielen in 2017, unsere „Melde-Zentrale“ sowie den Treffpunkt für die Teilnehmer eingerichtet. Ein schönes Haus, das wir für Vereins- und Familienausflüge

mussten abgesagt werden. Joggen und Radfahren waren nun die bevorzugten Sportarten, dazu Gymnastik in den eigenen vier Wänden. Das Vereinsleben kam zum Erliegen.

Sport über Homevideos und Youtube, Video- und Telefon-Konferenzen waren die Alternative. Einiges davon wird uns sicher in der Zukunft erhalten bleiben. Mitte des Jahres konnte es endlich in den Vereinen wieder losgehen, wenn auch eingeschränkt und unter Beachtung der Hygiene-Regelungen. Auch unsere Übungsleiter-Fortbildungen im Herbst konnten wir wieder anbieten. Unsere Hauptamtlichen haben sich viel Mühe gegeben, Sportprogramme für zuhause zu entwickeln und zusätzliche Besich-

Haushalt und Finanzen 2020 – herzlicher Dank dem Bischöflichen Ordinariat!

Die bischöfliche Finanzkammer hat uns mit Bescheid vom 11.04.2019 im Rahmen des Doppelhaushalts 2019/2020 einen Betrag in Höhe von 26.000 € für das Geschäftsjahr 2020 bewilligt. Damit haben wir eine gesicherte finanzielle Basis für die Arbeit und die geplanten Maßnahmen des DJK Diözesanverbandes im Jahr 2020 erhalten. Für unsere Hauptberuflichen in der Geschäftsstelle am Don-Bosco-Platz wurde uns zudem die Übernahme der Personalkosten bestätigt.

Im Namen aller Vereine und Mitglieder des DJK Diözesanverbandes bedanken wir uns für die finanzielle Unterstützung. Eine umsichtige Bewirtschaftung sowie ein verantwortungsbewusster und überlegter Einsatz der uns zur Verfügung stehenden Haushaltsmittel ist für uns eine besondere Verpflichtung.

Für das Präsidium – Klaus Egger, Vizepräsident Finanzen

„Sein Bestes geben“ – 12. DJK-Bundeswinterspiele in Wertach



Das Team des Ausrichters DV Augsburg mit Schirmherr Alfons Hörmann

Fest in DJK Hand war das Allgäuhaus in Wertach und die Region rund um Nesselwängle, Unterjoch und Sonthofen vom 13.-16. Februar 2020. Hier trafen sich rund 200 Sportler zu ihren Titelkämpfen in den alpinen und den nordischen Skiwettkämpfen sowie im Eisstockschießen. Olympisches Flair verbreitete der Einzug aller teilnehmenden Sportler/innen mit ihren DJK Bannern am Donnerstagabend im Allgäuhaus. Alfons Hörmann, Schirmherr und Präsident des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) war der Einladung zum Eröffnungsabend gefolgt und betonte in seinem Grußwort die Besonderheit der Wettkämpfe mit einem großen Teilnehmerfeld. Auch Norbert Gebhart, zweiter Bürgermeister von Wertach ließ sich die besondere Stimmung nicht entgehen und begrüßte die Teilnehmer und Verantwortlichen. Olympiasiegerin Elisabeth Keilmann erteilte zusammen mit Sportpfarrer Martin Cambensy einen Eröffnungssegen bevor DJK-Präsidentin Elsbeth Beha die Winterspiele, die alle 4 Jahre ausgetragen werden, offiziell eröffnete.

Am Freitag starteten die Wettkämpfe an den Sportstätten. Im Eisstockschießen beim SSC Sonthofen wurden die Mannschaftswettkämpfe in den Disziplinen Damen, Herren und AH ausgetragen. Hier konnten die Mannschaft des DJK SV Niedertaufkirchen II (AH, 119:24 Stockpunkte), DJK St. Oswald 1 (Mixed, 186:67)



Eisstockschießen: die Sieger im Mixed-Wettbewerb

und DJK SG Ramsau I (Herren, 164:70) den Titel mit nach Hause nehmen.

Bei den anschließenden Wettbewerben im Zielschießen konnten sich Kathrin Gruber (110 Stockpunkte) und Max Holzmann (AH, 131 Punkte), beide DJK Niedertaufkirchen, den Titel „DJK-Bundesmeister“ sichern. Die Goldmedaille bei den Herren durften die Ausrichter des Diözesanverbandes Augsburg an Helmut Bischof (159 Punkte, DJK SG Ramsau) verleihen.

Die Langlaufwettbewerbe mussten aufgrund der schwierigen Schneelage kurzfristig von Nesselwang nach Nesselwängle im Tannheimer Tal verlegt werden. Katharina Weber von der DJK Rastbüchl räumte dop-



Erfolgreiche
Langläufer





Die alpinen Wettkämpfe fanden am Unterjoch statt.

pelt ab und wurde sowohl in der klassischen (29:29,5), als auch in der freien (18:30,7) Disziplin DJK-Bundesmeisterin. Auch bei den Herren gab es mit Markus Weindl (29:29,5 klassisch, 17:48,7 frei) von der DJK Darching einen Doppelsieger.

Die Athleten der DJK Leitershofen waren bei den Alpinen mit 40 Teilnehmern die größte Mannschaft am Start. Am Freitag konnte Kathrin Reich (1:11,42) den Bundessiebertitel im Riesenslalom nach Leitershofen holen. Bei den Männern gewann Jonas Kaiser (1:06,37), ebenfalls DJK Leitershofen die Goldmedaille.



Bei den Alpinen stellte die DJK Leitershofen die meisten Teilnehmer

Die Herrenwettbewerbe dominierten vor allem die vier Stimpfle-„Jungs“ der DJK RG Wertachtal. Francis Stimpfle hatte vor seinem Bruder André und Max Reiter (DJK Altreichenau) die Nase vorn. Am Samstag gewann Patrick Stimpfle vor seinen Brüdern André und Francis.

Ganz besonderes Flair konnte man am Freitagabend beim Spaßbiathlon in Nesselwang genießen. Fünf Mannschaften kämpften als Viererstaffel um den Sieg, jeder Teilnehmer wurde beim Schießen angefeuert und gefeiert. Auch das Präsidium des Bundesverbandes stellte eine Mannschaft. Moderator Patrick Stimpfle heizte den Sportlern und Zuschauern kräftig ein.

Fairness und Respekt standen ganz im Sinne des DJK-Gedankens bei allen Wettbewerben im Vordergrund. Der christlich wertorientierte Sportverband betreibt „Sport um der Menschen Willen“ - es sind nicht die Siege, die wichtig sind, sondern die Menschen. Getreu diesem Leitbild wurden die drei elementaren Säulen „Sport, Gemeinschaft und Glaube“ bei den Bundeswinterspielen gelebt.

Am Samstagabend fand die gelungene Breitensportveranstaltung mit einem Gottesdienst und dem Festakt im Allgäuhaus



Der Sportler-Gottesdienst ist ein wesentliches Element der DJK Winterspiele.

seinen geselligen Höhepunkt. Der Augsburger Domkapitular Monsignore Dr. Wolfgang Hacker zelebrierte zusammen mit Diözesanbeirat Pfarrer Hubert Ratzinger, dem bayerischen Sportpfarrer Monsignore Martin Cambensy und DJK-Bundesbeirätin Elisabeth Keilmann den anrührenden und (viel) stimmigen Gottesdienst. Dabei wurden auch das neue Banner der DJK Seifriedsberg und die DJK-Jubiläumskerze gesegnet.



Dass Sportler auch feiern können und die Geselligkeit ein wichtiger Bestandteil ist, bewiesen rund 250 Gäste beim Festakt.

Die Veranstalter hatten sich für ihre Bundesieger besondere Ehrenpreise überlegt: gravierte Kuhglocken, passend zur ausrichtenden Region.



Die DJK-Bundeswinterspiele sollten eigentlich den sportlichen Auftakt zum Jubiläumsjahr darstellen: Der DJK Sportverband feiert 2020 sein hundertjähriges Bestehen unter dem päpstlichen Motto „Sein Bestes geben“. Aufgrund der Corona-Pandemie wurde der für den 16. Mai geplante Festakt in Würzburg abgesagt. Die DJK-Bundeswallfahrt nach Bamberg am 4. Oktober konnte nur in kleiner Form stattfinden. Ein Nachholtermin ist für 2022 geplant. Weitere Informationen folgen.

Ausrichter der nächsten Bundeswinterspiele wird 2024 der DV München-Freising sein. Damit das Warten nicht so lange wird, trifft sich die DJK-Familie 2022 zum Bundessportfest in der Diözese Eichstätt.

Kerstin Mayer

Safe the date: DV-Tag 2021

Am **7. und 8. Mai 2021** findet der DJK-Diözesantag im Exerzitienhaus in Leitershofen statt. Neben interessanten Themen rund um den DV und unsere Vereine finden die Neuwahlen des Präsidiums statt. Hierfür sind wir auf der Suche nach motivierten und engagierten „Machern“, die Lust haben, mit uns gemeinsam in eine zukunftsorientierte Verbandsarbeit zu starten (*siehe auch Seite 51*). Die letzten Monate und Jahre haben uns gezeigt, dass wir ein kreatives und innovatives Team sind, das Lust hat, gemeinsam den Verband und die Vereinsarbeit voranzubringen und weiterzuentwickeln. An diesen Tagen soll es auch wieder viele Möglichkeiten zum Austausch und zur Vernetzung der Vereine untereinander geben. Auch die Jugendleitung ist mit von der Partie. Fragen, Anregungen und Anträge können gerne vorab bei uns eingereicht werden.

Meldet euch an und verbringt zwei interessante Tage mit uns- Einladung folgt!

Verleihung des 1. DJK-Ehrenpreises an Ulrike Schleef



Seit vielen Jahren nimmt eine Laufgruppe der Ulrichswerkstätten aus Aichach an unserem traditionellen Jakobuslauf im Rahmen der Jakober Kirchweih teil. Die Betreuung dieser motivierten und engagierten Läufer obliegt seit langem Frau Ulrike Schleef, Sportbetreuerin bei den Ulrichswerkstätten. Für dieses herausragende Engagement hat der DJK Diözesanverband Augsburg heuer zum ersten Mal den DJK Ehrenpreis ver-

liehen. Am 05.08. übergab Christian Liebl, Präsident des DJK DV Augsburg, die Auszeichnung für die langjährige Beteiligung am Lauf. Für die Sportgruppe stellt der Jakobuslauf das sportliche Highlight im Sommer dar. Auch beim virtuellen Lauf unter besonderen Bedingungen dieses Jahr war die Gruppe wieder dabei.

Gespendet wurde die Auszeichnung von der Goldschmiede Werner. Die Tafel ist mit einer kostbaren Jakobsmuschel aus Silber

verziert und soll an die Pilgerwallfahrt nach Santiago di Compostela erinnern.

Der DJK DV Augsburg möchte seinen tiefsten Dank für die Tätigkeiten von Frau Schleef aussprechen und hofft auf viele weitere Jahre, in denen die Sportler begleitet werden.

Simon Marschall

Ideenschmiede für Vereinsfunktionäre

Verantwortliche in den DJK-Vereinen haben mit vielen verschiedenen Herausforderungen zu kämpfen. Deshalb haben wir uns beim Diözesanverband überlegt, wie wir den Funktionären Unterstützung und praktisches Werkzeug an die Hand geben können. Entstanden ist ein Workshop-Angebot unter der Federführung der Beraterin und Seminarleiterin Claudia Schmid. Dieses kurzweilige Format soll konkrete Tipps und Hilfestellung bieten für alle Fragen, die rund um eure Arbeit als Vereinsführung auftreten. Wie gestalte ich Sitzungen kurzweilig und interessant? Ich kann nicht malen oder zeichnen. Wie kann ich trotzdem ansprechende Flip-Charts gestalten? Was mache ich, wenn ich in meiner Rede den roten Faden verliere? Wie können sich meine Gäste auf

unkomplizierte, lockere Art kennenlernen? Diese und noch viele weitere Fragen wollten wir in unserer Ideenschmiede Mitte Oktober beantworten. Leider ist auch diese heuer nicht zustande gekommen. Wir stecken den Kopf jedoch nicht in den Sand: Schon am **26.06.2021** soll es eine Neuauflage der Veranstaltung geben. Und das Gute daran: Wir möchten euch bei diesen Fragen unbedingt mit ins Boot holen. Die Ideenschmiede 2021 wird noch mehr auf eure Bedürfnisse ausgelegt. Kontaktiert uns und teilt uns mit, wo der Schuh drückt. Hier haben wir die Möglichkeit, sehr individuell auf euch einzugehen und auch eine Austauschplattform für (potenzielle) Funktionäre und Interessierte anzubieten.

Nähere Informationen erhaltet ihr bei Kerstin Mayer (kerstin.mayer@djk-dv-augsburg.de). Wir freuen uns auf euch!

EIN-BLICK in die Geschäftsstelle des Augsburger DJK-Diözesanverbandes

In den folgenden Beiträgen beschreiben die hauptamtlichen Mitarbeiter unserer Geschäftsstelle in sehr persönlichen Worten, was sie in der Corona-Zeit besonders bewegt...

„Warum haben Sie sich bei uns beworben?“

Diese Frage wurde mir Mitte Dezember im Vorstellungsgespräch von unserem Geschäftsstellenleiter Uli Krauß gestellt. Warum eigentlich? Ich, **Sabrina Eickmann**, bin alleinerziehende Mutter von zwei wunderbaren Kindern. Mein Sohn ist 9 und meine Tochter 6 Jahre alt und beide sind das Größte in meinem Leben.

Bisher war ich immer im Einzelhandel und Verkauf tätig und hatte beruflich gesehen ein recht stressiges Leben. Dienstreisen waren leider sehr oft nötig und so kam das Wichtigste zu kurz. Ich machte mich also auf die Suche nach einer Stelle, welche sich besser mit meinem Familienleben vereinbaren ließ. Und so kam es dann, dass ich an jenem 19.12.2019 in der Geschäftsstelle am Don-Bosco-Platz drei Herren gegenüber saß, die mich auf Herz und Nieren prüften.

Gottseidank konnte ich sie von mir überzeugen, denn schon am nächsten Tag bekam ich die Zusage für diese Stelle. Meine Freude war riesengroß, denn dies bedeutete für meinen Alltag eine riesige Entlastung. Aber es stellte sich auch Wehmut ein, denn bei meiner alten Stelle hatte ich doch sehr gute Kollegen, die ich nur ungern verließ.

Bereits in meinen ersten Wochen hier in der Geschäftsstelle wich dieser Wehmut jedoch wieder der Freude, denn meine neuen KollegInnen waren ganz tolle, offene Menschen mit denen ich jeden Tag gerne zusammenarbeite.

Seit Februar bin ich nun fest mit an Bord und muss sagen, dass ich diesen Schritt nicht bereue. Das Arbeitsklima hier ist geprägt von Motivation, Lachen, Rücksichtnahme und vor allem dem Kontakt mit vielen netten Menschen. Meine Familie ist mir das Wichtigste, umso mehr freut es mich, hier



Sabrina Eickmann, Verwaltung und Organisation

in der Geschäftsstelle so etwas wie eine neue kleine Familie gefunden zu haben.

Den Corona-Alltag, welcher sich ja bereits nach meinem ersten Monat hier einstellte, haben wir zusammen gut bewältigt und kreativ und voller Tatendrang allen Hindernissen getrotzt. Auch der Kontakt zu den Vereinen und seinen Mitgliedern macht mir besonders viel Spaß. Es gibt so viele unterschiedliche und faszinierende Menschen unter Euch und ich freue mich jedes Mal, wenn das Telefon klingelt und ich einem dieser Menschen helfen kann.

Nun bin ich bereits fast ein Jahr mit dabei und hoffe, dass noch viele weitere folgen.

Auf gute Zusammenarbeit und ein herzliches Miteinander!

Familiäre Herausforderungen zu Zeiten von Corona

Kerstin Mayer, Bildungsreferentin

Anfang März war die Stimmung am Frühstückstisch aufgeheizt: Schon wieder drehte sich alles um das Thema „Corona“. Sind die Maßnahmen nicht völlig überzogen? Ist das Alles Panikmache? Noch kurz vorher trafen wir uns mit dem DJK-Bundesverband zu den Bundeswinterspielen mit 200 Teilnehmern im Allgäu. Und jetzt plötzlich Abstand halten und Vorsichtsmaßnahmen?

Doch plötzlich überschlugen sich die Ereignisse... Absage sämtlicher Veranstaltungen, Stichwort „Ausgangsbeschränkungen“, ab 16.03. keine Schule mehr... Und so wurde auch uns der Ernst der Lage sehr schnell bewusst. Ja, wir mussten uns neu organisieren, den bisher gut durchgetakteten Alltag neu aufstellen. Als verwitwete Alleinerziehende mit zwei pubertierenden Jungs waren die Anfänge ziemlich holprig. Das

neu installierte Online-Schulprogramm wurde schon am ersten Tag gehackt... Nachrichten und Informationen der Schule trudelten nur spärlich ein. Die Lehrer wurden kreativ und nutzen die ganze Palette möglicher Kommunikationswege. Derweil gestaltete sich die face-to-face-Kommunikation mit dem pubertierenden 7.Klässler immer schwieriger. Während der 10.Klässler sämtliche Aufgaben mit minimalem Aufwand und maximalem Erfolg absolvierte, diskutierte Kind 2 endlos, ob jetzt auch wirklich alle Aufgaben zu erfüllen sind. „Kann ja eh keiner kontrollieren, die anderen machen auch nicht alles.“ Da hilft auch die 5. Ermahnung, dass man nicht für die Schule, sondern fürs Leben lernt, nichts... (Dieser Satz hat mich als Schülerin auch mehr als einmal in den Wahnsinn getrieben. Neueste, bahnbrechende Erkenntnis: Er funkti-

niert immer noch nicht!) Zum Glück konnte ich meinen Job als Bildungsreferentin im Home-Office erledigen und hatte endlich Zeit für die Entwicklung neuer Konzepte und Erledigung liegengeliebener Aufgaben. So viel zur Theorie! Allerdings stellte sich schnell heraus, wie unselbstständig Sohnmann in der Erledigung seiner Aufgaben ist. Ohne Hilfe und ständiges Nachfragen brachte er keine 2 Striche aufs Papier, mein sonst so stabiles Nervensystem wurde ganz schön strapaziert.

Sicher, im Lauf der Zeit spielt sich vieles ein, die Aufgaben werden schon am Vorabend gemeinsam gesichtet und besprochen. Auch die Lehrer, für die die Situation ja ebenfalls neu ist, sind hier äußerst kooperativ und verständnisvoll. Aber manchmal hilft am Ende der Nerven nur: auch mal „fünf gerade sein lassen“, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden (mir tut es überaus leid für den sehr kreativen und engagierten Kunstlehrer) und die eigenen Ansprüche an Perfektion zurückzuschrauben.

In brenzligen Situationen ein Spaziergang mit dem Filius an der frischen Luft, gemeinsames Kochen oder einfach nur zusammen auf einer Wiese liegen, in den Himmel schauen und sinnieren.... Positive Erlebnisse schaffen statt Probleme in den Vordergrund zu rücken! Fertigpizza statt perfekt geputzter Wohnung. Und hoffen, dass sich die Vokabellücken oder Prozentrechnungsdefizite im nächsten Schuljahr wieder ausgleichen lassen. Aber unsere gemeinsam verbrachte Zeit kann uns niemand mehr nehmen!



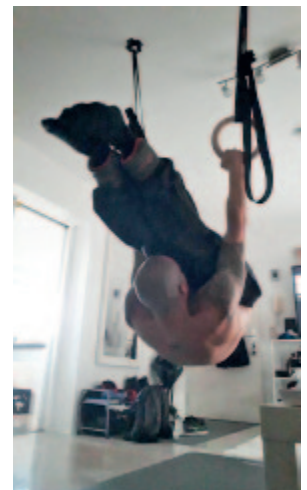
Sportliche Perspektiven im Lockdown

Simon Marschall, Bildungsreferent

Eigentlich hätte dies ein Nachbericht zum Lockdown Anfang des Jahres werden sollen und nun erfahren wir heute, am 28. Oktober, dass uns ab nächster Woche fast das gleiche wieder blüht: Wenig Kontakte, geschlossene Fitnessstudios, kein Gruppensport...Aber ich habe vorgesorgt, zumindest in sportlicher Hinsicht. Neben all den sehr einschneidenden und wirklich harschen Entbehrungen eines Lockdowns, will ich heute meine Erfahrungen aus der gesundheitlichen und sportlichen Perspektive schildern.

Zu Beginn war einem gar nicht klar, was ein Lockdown bedeutet, und die erste Woche war für mich sehr surreal. Die Arbeit konnte von zuhause aus erledigt werden, und die Einkäufe reichten auch erstmal. Den Sport hatte ich zuerst gar nicht vermisst. Ich war vielleicht sogar etwas froh keinen Sport machen zu können. Der innere Schweinehund hat sich erstmal die Hände gerieben. Erst ab Woche 2, in der man seine Wohnung schon viel zu genau kannte und einem jeder Winkel nichts Neues brachte, weil man schon zig Male an ihm vorbeigegangen war, merkte ich, dass mir etwas fehlte: Das Gefühl vom Sport erschöpft zu sein. Früher war ich eher kein Freund von Fitnessstudios, doch seit einigen Jahren war es mein go-to, wenn es um Sport ging. Diese Option war allerdings erstmal gestrichen. Meine zweite Option war immer das Schwimmbad. Das Wetter war herrlich im April, aber alle Bäder hatten, und haben auch jetzt wieder geschlossen. Joggen war eine dritte Möglichkeit, die ich dann auch anfang verstärkt zu nutzen, um mich zu bewegen und aus der Wohnung zu kommen. Da es mir aber auch um den Muskelaufbau und den Muskelerhalt ging, war das nicht genug. An dieser Stelle merkte ich, dass ich einen neuen Plan brauchte. Ich setzte mich also an meinen Rechner und suchte nach Trainingsmöglichkeiten in den

eigenen vier Wänden. Um mich nicht in wahnsinnige Unkosten zu stürzen entschied ich mich für drei simple Dinge, die ich benötigen würde: eine Yogamatte, einen Satz Ringe und Haken für die Decke. Alles zusammen kostete mich ungefähr 50 €. Da keiner wusste wie lange es den Lockdown geben würde, war das eine Summe, die in Ordnung ging, fand ich. Das Ganze war schnell montiert und mit Hilfe von Youtube habe ich mir Übungen gesucht, die ich nach Belieben kombinieren konnte. Gerade bei den Übungen an den Ringen ist mir ein Bereich meiner Fitness aufgefallen, den ich vorher stark vernachlässigt hatte: die Beweglichkeit. Konnte ich am Anfang beim Bücken nicht einmal meine Zehen berühren, war es mir nach wenigen Tagen möglich meine Handflächen auf dem Boden abzulegen. Das Training an den Ringen war zu Beginn sehr mühsam und die Fortschritte klein. Aber ich glaube diese kleinen, stetigen Verbesserungen waren genau das Richtige um meine Motivation zu halten.



Die wichtigste Erkenntnis aus dieser Zeit war das Umdenken. Der Mensch ist allzu oft in seinem Verhalten festgefahren und stur. Und wenn dieser Lockdown etwas Positives für mich gebracht hat, dann war es der Zwang mich neu zu orientieren, nicht nur sportlich. Durch das Arbeiten von zuhause aus überdenkt man auch seine Ernährung: "Ich sitze doch eh nur am Rechner. Brauche ich da jetzt eine große Portion XY?" Ein Lockdown schneidet einem eine große Portion des Lebens ab und wirft sie erstmal in die Tonne. Dabei darf man aber nicht vergessen, dass eine Menge davon auch Speck ist.

Die wichtigste Erkenntnis aus dieser Zeit war das Umdenken. Der Mensch ist allzu oft in seinem Verhalten festgefahren und stur. Und wenn dieser Lockdown etwas Positives für mich gebracht hat, dann war es der Zwang mich neu zu orientieren, nicht nur sportlich. Durch das Arbeiten von zuhause aus überdenkt man auch seine Ernährung: "Ich sitze doch eh nur am Rechner. Brauche ich da jetzt eine große Portion XY?" Ein Lockdown schneidet einem eine große Portion des Lebens ab und wirft sie erstmal in die Tonne. Dabei darf man aber nicht vergessen, dass eine Menge davon auch Speck ist.

Was hat Corona mit meinem Glauben gemacht?

Uli Krauß, Geschäftsstellenleiter, Bildungsreferent

Hat sich im letzten Jahr etwas in Ihrem Glaubensleben verändert? Bei mir zumindest fielen neben unseren Sportlerwallfahrten und der Pilgertour nach Santiago sehr viele Gottesdienste aus – und bei den Fernsehgottesdiensten war ich als Kommunionhelfer auch nicht gefragt. Die Gottesdienste mit Bischof Bertram aus seiner Hauskapelle, aber auch die Sonntagsgottesdienste im Fernsehen hab ich mit meiner 91-jährigen Mutter verfolgt. Das Mitfeiern war ja nicht immer leicht, wenn man kein Gotteslob zur Hand hat und die Lieder nicht auswendig kennt: Ungewohnt... um nicht zu sagen: strange. Dann, als die Zeit der Gottesdienste mit beschränkter Teilnehmerzahl kamen, spürte ich schon ein Befremden: ist das gesund und sicher? Nehm ich da nicht jemandem den Platz weg? Hab ich überhaupt Lust, mich schon am Dienstag anzumelden? Und dann eine ganze Stunde mit Maske?

Ja, mein Glaubensleben hat sich verändert, auch in der DJK. Die meisten wichtigen Veranstaltungen mussten abgesagt werden: die Sportlerwallfahrt nach Andechs gleich in den ersten Wochen nach dem Shutdown – da dachten wir erst noch über Alternativen im kleinen Kreis nach. Aber nach diesem verstörenden Osterfest war es nicht verwunderlich, dass die Wallfahrt nach Pobenhausen abgesagt wurde. Härter traf es mich dann mit der letzten Pilgeretappe nach Santiago in den Pfingstferien – ein Jahr Vorbereitung mit vielen Telefonaten und Buchungen...

Dann die Sportlerwallfahrt nach Violau: seit 45 Jahren fällt sie zum ersten Mal aus. Wallfahren und Pilgern sind eben vitale Glaubenspraktiken eines DJK'lers. Und was nun?

Es braucht schon einen gefestigten Glauben in diesem Auf und Ab an Einschränkungen, um diese Aussichtslosigkeit zu ertragen, kein Silberstreif am Horizont... Nur gut, dass ich mich noch bewegen kann und darf. Wie Sören Kierkegaard sagt: „Ich habe mir meine besten Gedanken angelaufen, und ich kenne keinen, der so schwer wäre, dass man ihn nicht beim Gehen loswürde. Ist man so beim Gehen, dann geht es schon.“ Nicht mehr gehen zu können – das wäre in mancherlei Hinsicht viel schlimmer als Corona. Da bliebe nur die Hoffnung, dass das Wesentliche uns entgegen geht, uns sucht (K. Rahner), freilich nur, wenn wir beweglich bleiben: wenn schon nicht körperlich, dann wenigstens geistig und seelisch. Begegnung braucht Bewegung.



Bergsteigen in Coronazeiten

Pfarrer Hubert Ratzinger, Geistlicher Beirat

Mächtig steht sie vor uns, die Marmolata, als wir sie vom Sella joch aus erblicken. Wir haben die Überschreitung dieses 3343 m hohen Gipfels über den Klettersteig des Ostgrates geplant. Damit konnte ich meinem Seilgefährten helfen, ein Geburtstagsgeschenk von seiner Frau in die Tat umzusetzen.

An dem Stausee Lago di Fedaia lassen wir das Auto zurück und nehmen neben Proviant, Regenkleidung, Schlafsack, auch Seil, Eispickel und Steigeisen mit. Zügig gewinnen wir über die Abfahrts piste im Winter und den Wanderweg an Höhe. Nur wenige Bergsteiger sind unterwegs. Ich genieße die Stille und das Schweigen. Meinem Atem kann ich nachspüren und die Geräusche der Natur aufnehmen. Der herrliche Blick auf den blau glänzenden Stausee beglückt mich. Bald ist die Hütte Pian dei Fiacconi erreicht. Einige Bergsteiger sind schon angekommen und andere haben die Gipfeltour schon hinter sich, das kann ich an ihren Gesichtern ablesen. Die Maskenpflicht wird in der Hütte sehr ernst genommen. Natürlich hatten wir uns einen Schlafplatz reservieren lassen. Auch unter den strengen Hygienevorgaben bleibt noch übriger Platz in der Hütte. Es wird schnell klar, dass sich die Hüttenbetreiber mehr Betrieb wünschten. Gespräche, die verschiedene Bergsteigergruppen verbinden, bleiben an diesem Abend aus. Mit einigen italienischen Bergsteigern brechen wir nach einer sehr angenehmen Nachtruhe am frühen Morgen auf. Ein herrlicher Tag erwartet



uns. Über das Kar, das teilweise die Steigeisen erfordert, geht es über den Fels zum Ostgrat. Bei herrlichem Sonnenschein steigen wir diesen empor und kommen über das Gipfelschneefeld zu unserem Ziel. Wir umfassen das stählerne Kreuz. Eine gewisse Zeit stehen wir ganz allein auf dem Gipfel. Diese Zeit genießen wir besonders mit einem herrlichen Rundblick auf Sella, Langkofel, Ötztaler, Ortler und Rosengarten. Mir kommt ein Gebet über die Lippen:

„Gott, wie großartig hast du die Berge erschaffen, sie spiegeln deine Herrlichkeit und Majestät.“

Über den Gletscher geht es wieder zurück zur Hütte Pian dei Fiacconi und hinunter zum See. Dort schlagen wir unser Zelt auf und genießen den Abend als Zweiergruppe zwischen See und Alpengipfel. Eine schöne Tour liegt hinter uns. Ich werde gern daran zurückdenken.

„Eine Insel mit zwei Bergen und dem tiefen weiten Meer. Mit viel Tunnels und Geleisen und dem Eisenbahnverkehr. Nun, wie mag die Insel heißen, ringsherum ist schöner Strand. Jeder sollte einmal reisen in das schöne Lummerland.“



Am 1. Januar war es wieder so weit:

Kinder- und Jugendwinterlager 2020!

Mit zwei Bussen machten wir uns voller Vorfreude und begleitet von der Musik von Jim Knopf und Lukas auf den Weg nach Balderschwang. Dort erwartete uns zwar kein Strand und Meer, jedoch Schnee und weiße Pisten. Vor uns lag eine Woche Skifahren, buntes Abendprogramm sowie die abschließenden Abendimpulse und Chill-Out-Entspannung unter dem diesjährigen Motto „Jim Knopf und die Wilde DJK“.

Nach dem Auspacken und Mittagessen ging es für die 51 Teilnehmer unter Aufsicht der Betreuer erstmal auf die Piste, um die Schneebedingungen zu testen. Nach dem Abendessen wurde mit einem Improvisationstheater der Betreuer in das Motto eingeführt und der Lagerablauf bekannt gegeben. Das Theater wurde jeden Abend fortgesetzt und somit jedes Mal

ein Stück mehr der Geschichte von Jim Knopf erzählt.

Anschließend wurden die Teilnehmer am ersten Abend in Gruppen eingeteilt, welche das gesamte Lager beibehalten wurden. Somit reisten sie jeden Abend



weiter mit Jim Knopf und Lukas von Lummerland bis nach Kummerland zu Frau Mahl Zahn.

Mit spannenden und lustigen Spielen durften die Gruppen jeden Abend Aufgaben lösen und somit in die Welt des Jim Knopf eintauchen und diese besser kennenlernen.

Nach dem täglichen Abendprogramm hatten die Teilnehmer die Möglichkeit sich beim Chill Out zu entspannen, danach wurde der Tag mit einem gemeinsamen Abendimpuls abgeschlossen.

Mit dem 4. Tag neigte sich das diesjährige Lager schon wieder dem Ende zu. Nach der täglichen Dosis Skifahren und dem siegreichen Kampf gegen Frau Mahl Zahn brachten wir den Abend mit der alljährlichen Party zu Ende, bei der alkoholfreie Cocktails gereicht wurden, um vor allem den Jugendlichen „Alkoholfrei Sport genießen“ näher zu bringen.

Nach vier intensiven, sportlichen, lustigen und gemeinschaftlichen Tagen, in denen wir alle unsere Skifahrfähigkeiten verbessert und uns alle noch näher kennengelernt haben, schlossen wir auch dieses Lager mit einem Gottesdienst von Jugendpfarrer Gabriel Bucher ab, der uns das gesamte Lager über unterstützte. Danach machten wir uns, nach einem letzten, gemeinsamen Mittagessen wieder auf den Heimweg.

Auch dieses Winterlager 2020 war mal wieder eine unvergleichliche, unvergessliche, wunderschöne gemeinsame Zeit und der beste Start ins neue Jahr. Wir freuen uns schon auf das nächste Mal.

Judith Efinger



Hinweis Winterlager 2021

Schweren Herzens haben wir uns entschieden, das Winterlager 2021 abzusagen. Unter den aktuellen Umständen können und wollen wir jede mögliche Gefährdung vermeiden, um uns und unsere Mitmenschen zu schützen. Allerdings haben wir schon große Pläne für das nächste Lager! Die Ausschreibung und Anmeldeunterlagen dafür werdet ihr wie gewohnt im Herbst nächsten Jahres erhalten.

Wir wünschen Euch bis dahin eine gute Zeit, bleibt gesund und wir freuen uns wie verhext auf das nächste Winterlager mit Euch! *Liebe Grüße, Euer (Euch vermissendes) Betreuerteam*

Diözesanjugendtag 2020

Am 10. Oktober 2020 fand unser Diözesanjugendtag 2020 in Augsburg statt. Mit 30 Teilnehmern aus den unterschiedlichsten Vereinen konnten wir auch einige neue Gesichter in unserer Mitte begrüßen. Im Mittelpunkt standen der Austausch über die Kinder- und Jugendarbeit, unsere Projekte, wie das alljährliche Winterlager in Balderschwang oder die Kampagne Alkoholfrei Sport genießen, unsere Vertretungsarbeit auf den verschiedenen Ebenen und in unterschiedlichen Gremien sowie die Neuwahlen unserer Diözesanjugendleitung.

Dabei wurde Daniel Bagatsch (Schwabhausen) neuer Diözesanjugendleiter. Anna Felber (Kempten) und Julian Bagatsch (Schwabhausen) wurden neu in die Diözesanjugendleitung gewählt. Simon Winter, der über 10 Jahre Diözesanjugendleiter war und Simon Krauß, langjähriges Mitglied der DJL, traten nicht erneut zur Wahl an. Wir bedanken uns an dieser Stelle herzlich für die tolle gemeinsame Zeit und euer Engagement! Die offizielle Verabschiedung und Ehrung folgen.

Die aktuelle Diözesanjugendleitung besteht nun aus der Diözesanjugendleiterin Miriam Reiner (Kempten), dem neuen Diözesanjugendleiter Daniel Bagatsch (Schwabhausen) sowie Selina Böse (Gebenhofen), Judith Efinger (Kempten), Fanny



Hafenmair (Kempten), Anna Felber (Kempten), Bernhard Scherer (Schwabhausen) und Julian Bagatsch (Schwabhausen). Tobias Reiner (Kempten), der ebenfalls viele Jahre in der DJL aktiv war und berufsbedingt bereits vor über einem Jahr zurücktreten musste, wurde offiziell verabschiedet und mit der Bronzenen Ehrennadel ausgezeichnet. Über die Teilnahme und die Beiträge unseres Patens Florian Schenk, dem Landesjugendleiter der DJK Sportjugend Bayern, sowie Norbert Harner, BDKJ Diözesanvorsitzender, haben wir uns besonders gefreut. Wir hoffen, dass es euch gefallen hat, und freuen uns aufs nächste Mal!

Miri Reiner

Ausbildung für die Zukunft der DJK!

Voller Vorfreude und Hoffnung auf wertvolle Begegnungen ist unser Referententeam um Simon Marschall in die neue Ausbildungsphase gestartet. Der DV Augsburg war heuer der Ausrichter der Übungsleiterassistenten- und Übungsleiter C-Ausbildung in Weißenhorn.

Die heterogene Gruppenzusammensetzung bereitete vielen Teilnehmern im Vorfeld ein wenig Bauchschmerzen. Gera-

de aus diesem Grund wurde das Vorlaufseminar der zweiwöchigen C-Trainer-Ausbildung vorgeschaltet. Hier stand das Kennenlernen und Austesten im Vordergrund. Beim ersten Be-



schnuppern in der Sporthalle wurde jedoch schnell deutlich, dass die Ängste unbegründet waren. Kennenlernspiele brachen das Eis und beim anschließenden Völkerball hatten alle Sportler viel Spaß. „Das hab ich ja schon seit meiner Schulzeit nicht mehr gespielt“, so der eindeutige Tenor der begeisterten Teilnehmer.

Bei der DJK-Ausbildung wird Gemeinschaft und das „Mehr“ im Sport groß geschrieben. So fanden sich alle zum Tagesabschluss im ansprechenden Meditationsraum des Claretinerkollegs wieder. Fantasiereisen, Partnermassagen und progressive Muskelentspannung





ließen die müden Glieder entspannen und neue Kraft tanken. Das eng getaktete Samstagsprogramm ließ keine Langeweile aufkommen. In drei Gruppen eingeteilt, durften die zukünftigen Übungsleiter selbst ein Aufwärmprogramm erstellen und durchführen. Die kreativen Ideen der überaus motivierten Teilnehmer sorgten für Spaß und gelungene Abwechslung.

Im Parkour für 6-8-jährige Kinder wurden verschiedene Bewegungsformen getestet und auf mögliche Gefahren bei Aufbau und Durchführung hingewiesen. Die Nachwuchsreferentin Fanny Hafenmaier stellte hier ihre Kreativität und ihr Talent unter Beweis. Welche Verletzungen können auftreten? Was ist dann zu tun und wie können Unfälle vermieden werden? Simon Marschall unterrichtete die interessierten Nachwuchsübungsleiter in erster Hilfe bei Sportverletzungen.

Auch neue Sportarten standen auf dem Programm und begeisterten die Teilnehmer: So konnten sich alle beim Ultimate-Frisbee und Pencil-Bouncer austoben. Fairplay und Mitbestimmung wurden bei allen Übungen groß geschrieben.

Einen Überblick über die Strukturen der DJK und die 3 Säulen „Sport-Gemeinschaft-Glaube“ gab Bildungsreferentin Kerstin Mayer am Sonntag. Ein wenig Wehmut schwang in der abschließenden Reflexionsrunde mit, da sich die tolle Truppe jetzt in zwei Untergruppen teilt: Ende März sollten sich die Übungsleiterassistenten zur Fortführung ihrer Ausbildung wieder treffen.

Leider verhinderte der Lockdown die zweite Ausbildungsphase. Eine mögliche Wiederaufnahme der Ausbildung ist für 2021 im DV München-Freising geplant. Wir freuen uns auf viele bekannte Gesichter!

Kerstin Mayer



Neue Wege zum Übungsleiter C

Groß war die Freude Anfang Februar! Nach zwei ausgefallenen Lehrgängen zur Übungsleiter C-Ausbildung im Breitensport konnten wir in Augsburg endlich wieder Erfolge verbuchen: dank unserer grandios gerührten Werbetrommel hatten wir 18 Anmeldungen und konnten vom 6.-8. März mit unserem Basiskurswochenende in Weißenhorn beginnen. Ein bunt gemischtes Team aus interessierten und motivierten Teilnehmern erwartete uns. Sonntagmittag traten wir nach einem Wahnsinnswochenende- fast schon ein wenig wehmütig- die Heimreise an. War aber nicht weiter schlimm: Uns erwartete ja an Ostern und Pfingsten jeweils eine gemeinsame Lehrgangswoche. Doch soweit sollte es leider nicht kommen.

Der Corona-Lockdown erforderte auch bei uns ein Umdenken und schnelles, kreatives Reagieren. So beschlossen wir im DJK-Team, unsere Theorieinhalte als Webinare aufzubereiten. Keiner von uns hatte je selbst ein Webinar gehalten... Mit viel Elan und Teamgeist starteten wir unser neues Projekt: Die Osterwoche diente als Testballon und schon sehr bald zeigte sich, dass wir hier ein gutes Tool gefunden hatten, um die Teilnehmer weiterhin mit Wissen zu versorgen und miteinander in Kontakt zu bleiben. „Koordinative Fähigkeiten“, „Gruppenpädagogik“ und „Ernährung im Sport“ sind nur ein

paar Beispiele für die Vielfalt unserer angebotenen Themen. Die Teilnehmer waren begeistert: Selbst die älteren Semester genossen nach anfänglichen Startschwierigkeiten die Flexibilität der Webinare und waren den neuen Lerninhalten gegenüber sehr aufgeschlossen. Auch nach den Osterferien vermittelten wir wöchentlich neue Inhalte, immer in der Hoffnung, die Präsenzphase an Pfingsten durchführen zu können.

Diese Hoffnung wurde leider nicht erfüllt. Das Tagungshaus und die Bestimmungen des Bistums zwangen uns schließlich auch zur Absage des zweiten Termins. Ihre Ausbildung zum Übungsleiter müssen unsere engagierten und zuverlässigen Teilnehmer jetzt ins Jahr 2021 verschieben. Wir fahren gemeinsam zu unseren Kollegen nach Würzburg. Unsere digitale Offensive hat dazu geführt, dass wir uns alle besser kennengelernt haben, die ersten Theorieinhalte schon in den Köpfen sind und als Zuckerl werden uns die Unterrichtseinheiten für das erste Seminarwochenende in Würzburg voll angerechnet! Ein toller Erfolg für ein neues Format! Auch wenn wir in unserer Ausbildung vor allem auf persönliches Aufeinandertreffen und gegenseitigen Austausch bauen: Die Webinare sollen auch in Zukunft erhalten bleiben und können so die eine oder andere Präsenzeinheit ersetzen bzw. ergänzen.

Kerstin Mayer

Das sagen die Teilnehmer und Bildungsreferenten zum ÜL-Lehrgang:

„Ich bin total beeindruckt von der tollen Truppe 2020: Schon beim Einführungswochenende hat sich eine harmonische Gruppendynamik herauskristallisiert. So war die Vorfreude auf die beiden Ausbildungswochen immens. Schade, dass wir uns nicht mehr in Weißenhorn treffen konnten. Aber die Umstellung der Theorieinhalte auf Webinare wurde sehr gut angenommen und mir als Referentin hat die Vermittlung der Inhalte auf diese Weise sehr viel Spaß gemacht. Danke an Euch alle! Ich freue mich darauf, einen Teil von Euch 2021 in Würzburg wiederzusehen.“

Kerstin Mayer, Bildungsreferentin



„Mir hat es unheimlich Spaß gemacht mit dieser ganz vielschichtigen Gruppe die verschiedenen Inhalte zu besprechen. Das positive Feedback und die Motivation der lieben Teilnehmer waren unglaublich.“

Simon Marschall, Lehrgangsleiter und Bildungsreferent

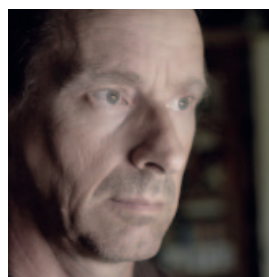


„Die Idee, Theorie über Webinare zu vermitteln war genial. Einerseits fundiertes Wissen aus Präsentationen und andererseits Austausch mit den anderen Teilnehmern. Damit können wir uns bestens gerüstet in die Praxis im nächsten Lehrgang stürzen.“ *LG Gaby*

„Hallo Simon, hallo Leute, mir hat die Teilnahme an den Webinaren jeden Dienstagabend ein Stück Normalität in die Coronazeit gebracht und gab mir alles, was man für die Ausbildung zum Übungsleiter braucht. Vielen Dank und hoffentlich bis bald.“ *LG Manfred*



„Nach dem eher kuscheligen Vorseminar Anfang März, war die raum- und körperlose Bildungsveranstaltungsform ein äußerst interessantes und überaus angenehmes Kontrastprogramm dazu. Die Inhalte brachten mir großteils neues Wissen, die Vorträge erschienen mir vorwiegend gut vorbereitet. Obwohl ich das Internet schon lange zur Wissens- und Informationsgewinnung nutze, war die Webinarreihe meine erste aber hoffentlich nicht die letzte. Besten Dank dafür.“ *Dieter Kinitz*



„Mir hat es riesig Spaß gemacht die gemischte Gruppe kennenzulernen, miteinander zu arbeiten und zusammen die Abende zu verbringen. Sehr schnell konnte ich Anschluss finden, obwohl wir alle aus unterschiedlichen Sportgruppierungen kommen und vom Alter her von jung bis "jung geblieben" waren. Das ist vor allem auf die freundlichen, professionellen Dozenten zurückzuführen, wobei der Mensch immer im Mittelpunkt stand. Ich bin froh Teil dieser Gruppe zu sein und kann diese Fortbildungen nur bestens weiterempfehlen.“ *Chris, JL DJK Augsburg West / Fußball*



Fortbildung „Gesunder Rücken“

Am Samstag den 26.9.20 trafen sich in der Turnhalle der DJK Göggingen unter Einhaltung des Hygienekonzeptes 20 Übungsleiter zum Thema „Gesunder Rücken“, um ihre Lizenzen zu verlängern.

Es war für alle eine neue Situation während diesen Zeiten eine sportliche Veranstaltung zu besuchen. So galt es, nach dem Eintreffen der Teilnehmer/innen erst alle Vorgehensweisen zu erläutern: Wann muss die Maske getragen werden? Wo stehen Desinfektionsspender? Wie groß muss der Abstand sein?

Nachdem das Hygienekonzept vermittelt wurde, begrüßte Doris Liebl alle Teilnehmer/innen noch einmal offiziell und startete mit einem spielerischen Aufwärmprogramm. Anschließend übernahm Hauptreferentin Steffi Lenk aus dem DJK DV München das Ruder. Begonnen wurde mit Qi Gong, um den Rücken, der heute im Fokus stand, auf den weiteren Tag vorzubereiten. Anschließend wurden mit Hilfe des Heidelberger Kompetenztrainings die Stärken der einzel-

nen Teilnehmer/innen herausgearbeitet und auch Methoden entwickelt, um diese Ziele zu erreichen. Der gemeinsame Austausch hierbei tat allen gut und es konnte danach mit neuen Erkenntnissen die Mittagspause eingeläutet werden.

Anschließend wurde es sportlicher, und die Teilnehmer lernten verschiedene Übungen zur Kräftigung des Rückens kennen. Hierbei kamen auch die Bauchmuskeln nicht zu knapp und Schweiß machte sich auf der Stirn der Teilnehmer/innen breit. Im Anschluss wurden verschiedenen Übungen mit der Blackroll vorgeführt und nachgemacht. Auch diese Übungen verlangen einiges an Körperspannung und so mancher Teilnehmer entdeckte unter Zuhilfenahme der Faszienrolle oder des Tennisballes die Verspannungsherde seines Körpers. Zum Schluss wurde es aber wieder entspannter und Steffi leitete eine Übung zur progressiven Muskelentspannung und anschließend eine Klangschalen-Meditation. Somit konnten alle Teilnehmer/innen am Ende des Tages entspannt mit der Bescheinigung über die geleisteten Übungsstunden nach Hause gehen.

Mit Gott unterwegs?



Auch unter dieser Überschrift könnte man leichthin die Fortbildungsreihe deuten, für die sich die Arbeitskreise ‚Kirche und Sport‘ und die evangelische Sportjugend in Bayern ins Zeug gelegt haben. Und es haben sich ausschließlich Mitarbeiter im pastoralen Bereich angesprochen gefühlt, für die „Die Spiritualität des Unterwegsseins“ einen möglichen Zugang zur Vermittlung ihrer Glaubens-Inhalte darstellen könnte. Last not least lockte auch das ideal gelegene und bestens geführte Kolping-Allgäuhaus nach Wertach, das auch zu Coronazeiten noch einen hohen Standard bieten kann.

Es ist eine alte Erfahrung, dass Bewegung dem Menschen auch bei der Besinnung unterstützen kann. Selbst Jesus war wandernd unterwegs, ohne dies in ein christliches Bildungskonzept zu pressen. Damals war dies eine natürliche Lebensweise, die sich heute dem Glaubensleben etwas zu entfremden droht. Bewegung schult die Achtsamkeit für den eigenen Körper, und wenn wir über diese Achtsamkeit zu uns kommen, kommen wir auch leichter zu Gott.



Die Veranstalter hatten diesmal neben den Klassikern „Bergwanderung“ und „MTB-Tour“ (Radfahren) noch die beiden Neulinge Stand up Paddeling (SUP) und Bogenschießen ins Programm genommen. Ersteres musste allerdings wegen des frühen Wintereinbruchs in Wertach/ Allgäu und den entsprechenden Wassertemperaturen abgesagt werden. Bogenschießen dagegen war sehr gut möglich und gestattete einen ersten Einblick in die meditative Dimension dieser Sportart, bei der die Treffer nahezu seismographisch mit der Befindlichkeit des Schützen korrelieren.

Trotz des kurzfristigen Ausfalls eines der Hauptreferenten und der damit verbundenen Jonglage in Angeboten und Leitung konnten viele Teile gewinnbringend vermittelt und erlebt werden. Und es war immerhin wieder einmal eine durchgeführte Veranstaltung in einem Jahr, das von Absagen geprägt ist. Sport hat eben auch mit Resilienz viel gemeinsam, Gott sei Dank.

Uli Krauß

Feierstunde mahnt zu verantwortungsvollem Umgang mit Ressourcen

Die DJK Don Bosco lud zum Buß- und Betttag in ihre Räume ein: die Traditionsveranstaltung „30 Minuten vor Gott“ stand heuer unter dem Thema „Nachhaltigkeit“. Mit beeindruckenden Bildern und Impulsen führte das Team um Isabella Zilling den vielen aufmerksamen Teilnehmern vor Augen, welche Auswirkungen unser Verhalten auf die ganze Welt hat.

Sorglos essen wir billiges Fleisch, steigen auch für Kurzstrecken in unsere Autos und kaufen plastikverpackte Lebensmittel. Oft sind wir uns der globalen Zusammenhänge und Auswirkungen unseres Verhaltens nicht bewusst.

Jeder kann bei sich im Kleinen anfangen, die Welt ein Stückchen besser zu machen. Wir tragen die Verantwortung für unsere Eine Welt, denn „wir haben die Erde nicht von unseren Eltern geerbt, sondern nur von unseren Kindern geliehen“.

Stimmungsvoll untermalt wurde die Feierstunde von den Musikern um Reinhold Sedlak, die mit der passenden Liedauswahl zum Nachdenken anregten. Pfarrer Alfred Nawa unterstützte das Vorbereitungsteam und spendete zum Abschluss seinen



Segen. Bei Plätzchen, Glühwein und kleinen Snacks klang der Abend mit intensiven Gesprächen aus.

Kerstin Mayer

Was hat die Zeit mit uns gemacht?

Diese Frage von Udo Lindenberg war nur ein Impuls am DJK-Einkehrtag, der heuer schon früh und am außergewöhnlichen Termin im Januar in Leitershofen stattfand. Daran lag es vermutlich auch, dass sich diesmal nur 15 TeilnehmerInnen die Zeit für eine besinnliche Einkehr nehmen konnten, wo sonst dreimal so viele Interessenten in der Fastenzeit das Angebot wahrnehmen.

Mit Gemeindereferentin Regina Wühr konnte unser geistlicher Beirat Reinhold Sedlak eine sehr erfahrene Kollegin gewinnen, die aufmerksam und versiert durch das Thema „Zeit“ führte. Wie erlebe ich Zeit? Wie gestalte ich sie? Im Buch Kohelet finden sich hierzu manche Hinweise, die

natürlich in unsere Epoche übersetzt werden müssen. Sehr offen zeigten sich die TeilnehmerInnen beim persönlichen Austausch in kleiner und großer Runde und gaben damit eine klare Rückmeldung, wie ansprechend sie das Thema empfanden. Durch die überschaubare Gruppengröße entstand eine vertraute Atmosphäre, wie ich sie nur selten bei solchen Veranstaltungen erlebt habe. Die abwechslungsreichen und anschaulichen Methoden, das gemeinsame Singen und nicht zuletzt der lebendige Gottesdienst mit den Beiräten Hubert Ratzinger und Reinhold Sedlak rundeten einen erholsamen, intensiven Tag ab, der auch von der Aura des Exerzitienhauses und seiner guten Küche profitierte.

Uli Krauß



Auszeit im Grünen – eine besinnliche Sommerwanderung



Am 25. Juli trafen sich zehn begeisterte Wanderinnen am Bahnhof in Egling zur besinnlichen Sommerwanderung. Nach einer kurzen Begrüßung ging es hinunter zur Paar. Hier stimmte Bildungsreferentin Kerstin Mayer mit einem Impuls zum Thema „Baum“ die Teilnehmerinnen auf den weiteren Weg ein. Bäume werden häufig als Symbole für den Menschen gesehen. So müssen auch wir verwurzelt sein, um im Sturm des Lebens Halt zu haben und bei Stürmen nicht umzuknicken. Auch der Lebenskreislauf des Baumes- Knospentreiben, Blühen, Fruchtbringen, Verlust der Blätter und Ruhezeiten sind Sinnbilder für die Lebensphasen des Menschen. Mit einer kleinen Körperübung wurde die erste Station abgerundet und für den weiteren Weg gab es anregende Impulse zum Weiterdenken. Über Felder und Wiesen führte der weitere Weg zur Lourdesgrotte in Walleshausen. Wunderschön mystisch im Wald gelegen, bot sich diese Wallfahrtsstätte für eine Pause an. In einem kleinen Impuls wurde verdeutlicht, dass auch

auf unserem Lebensweg immer wieder Pausen zur Stärkung, zum Austausch und zur Erholung nötig sind. Stärkung und Austausch hatten sich die Teilnehmerinnen verdient: Nach weiteren fünf Kilometern kehrten alle in den Biergarten der Ritterschwemme in Kaltenberg ein. Erfreulicherweise war im Innenhof der Arena allerhand Programm geboten: Gaukler, Musikanten und verschiedene Marktstände luden zum Verweilen und Träumen ein. Danach ging es weiter mit Sonnenschein über Wiesen und Felder, entlang der Bahnlinie nach Geltendorf. Ein Gedanke zum Thema „Himmel“ rundete die Wanderung ab. Hier nutzen alle die Gelegenheit, bei einer kleinen Meditation zur Ruhe zu kommen und den Himmel mit seinen vorbeiziehenden Wolken zu betrachten. Am Bahnhof in Geltendorf angekommen hatten sich die Frauen nach der 15 Kilometer langen Wanderung ein Eis verdient. Nette Kontakte und besinnliche Impulse zum Weiterdenken rundeten den Tag ab.

Kerstin Mayer



Eine Wahnsinns-Leistung: Jakobuslauf von Augsburg nach Santiago di Compostela

Die Absage unseres traditionellen DJK-Jakobuslaufes hat uns in diesem Jahr besonders getroffen. Wäre es doch eine kleine Jubiläumsveranstaltung geworden: **20 Jahre Jakobuslauf rund um den Jakobsplatz in Augsburg**. So einfach wollten wir eine vollkommene Absage dann doch nicht auf uns sitzen lassen. Haben doch langjährige, treue Läufer, die zum Teil schon seit der 1. Auflage mit von der Partie sind, fleißig trainiert und das Event herbeigeseht.

So beschlossen wir gemeinsam, einen „virtuellen“ Lauf auf die Beine zu stellen. Das Ziel: In Sololäufen die gut 2000 Kilometer von Augsburg nach Santiago di Compostela zu erlaufen.

Im Vorfeld wurde fleißig die Werbetrommel gerührt, sogar ein Antrittsbesuch im Rathaus bei Oberbürgermeisterin Eva Weber wurde organisiert. In der Geschäftsstelle konnten die begehrten Sammler-Laufshirts aus den letzten Jahren erworben werden, die Einnahmen aus dem Shirtverkauf und sämtliche andere Spenden kamen dem Projekt „Osterlicht für Moria“ (nähere Informationen siehe Kasten Seite 18) zugute. Gelaufen werden konnte im Zeitraum vom 11. bis 27. Juli, die Dokumentation der gelaufenen Kilometer erfolgte via Fotos per Mail oder über unsere neuen Social Media Accounts.

Die Resonanz auf unsere Idee war überwältigend: Läufer aus aller Welt, bis aus Florida und den Niederlanden legten sich für uns ins Zeug und überfluteten uns regelrecht mit Fotos, Berichten und kreativen Collagen. Familien mit kleinen Kindern und ganze Fußballmannschaften waren ebenso dabei wie die Laufgruppe der Ulrichswerksätten in Aichach. Die älteste Teilnehmerin ist sage und schreibe 93 Jahre alt. Es konnte spaziert, gewalkt oder gejoggt werden, so dass der Lauf für alle Altersklassen und Fitnesslevel geeignet war.

Stolz konnten wir Ende Juli das überragende Ergebnis von 3816 gelaufenen Kilometern verkünden. Mehr als 200 Läufer haben uns dabei geholfen, unser Ziel nicht nur zu erreichen, sondern sogar noch zu übertreffen und so fast wieder bis nach Augsburg zurück zu laufen. Zudem konnte sich unser Spendenprojekt über viele Zuwendungen freuen: Am 10. August übergaben wir **2308,42 Euro** an Hans und Barbara Maier. Mit diesem Geld werden vor allem die schwangeren Frauen im Lager Moria unterstützt.

Vielen herzlichen Dank an alle Mitläufer und Mitspender. Die gesammelten Bilder könnt Ihr auf unserer Bildergalerie unter www.djk-dv-augsburg.de bewundern. Eine kleine Auswahl seht Ihr auf den nachfolgenden Seiten.

Sabrina Eickmann und Kerstin Mayer







Und warum Moria?

Das haben sich sicher einige Leser gefragt: Wie kommt die DJK darauf, einen Spendenlauf für Moria zu veranstalten? Was hat das mit Jakobus und Santiago zu tun?

Die Wurzeln dieser Entscheidung liegen sicher verstreut, und ich kann hier nur von mir erzählen: als Liebhaber der griechischen Kultur und Landschaft liegt die Ägäis immer schon nah an meinem Herzen. Die Bilder der Flüchtlinge, die an den EU-Außengrenzen stranden und dort interniert werden, das politische Gezänk - angeblich um Menschenschicksale und humanitäre Gesten - eigentlich aber um Macht, Einfluss und Profit, das hat in mir eine tiefe Traurigkeit (und Wut) hinterlassen. Wir leben hier in einem unglaublich sicheren und wohlhabenden Land, wo Trinkwasser und Strom Selbstverständlichkeit sind, wo medizinische Versorgung und Sozialhilfe zum Standard gehören. Kein Wunder, dass Menschen von solch einem Paradies träumen und sich in schlimmen Zeiten auf den Weg machen, um die Zukunft ihrer Familien zu sichern: ein gefährlicher Weg, lebensgefährlich und hochriskant.

Die Familie des früheren bayerischen Kultusministers Dr. Hans Maier hat für die Menschen in Moria, und hier vor allem die Schutzbedürftigsten unter ihnen, die Schwangeren im Lager Pikpa, eine Hilfsaktion gestartet und über eine Viertel Million an Spendengeldern gesammelt, um die größte Not mit lindern zu helfen. Eine Frau kümmert sich vor Ort um diese Menschen und gibt ihnen Hoffnung: Efi Latsoudi. Barbara Maier schreibt mir hierzu: „Uns liegen die Mütter am Herzen. Derzeit können durch unsere Spenden 10 Mütter, die kurz vor der Entbindung stehen oder gerade entbunden haben im Camp Pikpa geschützt und begleitet durch eine Hebamme und eine Betreuungskraft in Ruhe leben und müssen voraussichtlich nicht in das Lager Moria zurück. Es handelt sich bei den meist sehr jungen Frauen und Mädchen um Opfer von Vergewaltigungen. Das ist jetzt nicht das superschöne Thema für einen Spendenlauf. Aber das ist unser Thema. Natürlich widmen wir uns mit den Spenden auch weiterhin der Verhinderung der Ausbreitung von Corona in Moria, was bisher auch einigermaßen gut gelungen ist. Natürlich nicht allein durch uns, das wäre vermessen. Hier der Buchlink zu dem Pikpa Projekt, für das Efi Latsoudi den Preis des UNHCR bekommen hat. Ihr Credo: Man darf Flüchtlinge nicht einsperren.“

<https://indd.adobe.com/view/fb956091-68b8-4843-b541-f49d0aaf8530>

Was liegt näher als unseren sportlichen Spaß mit einem sinn-vollen Ziel zu verbinden, so wie die Pilger früher ihr Seelenheil mit der Anstrengung einer langen Wanderung verbanden und wie sich auch heute noch Menschen auf den Weg nach Santiago machen, um zu sich, zu ihrer Mitte und damit zu Gott zu kommen.

Uli Krauß

Wie wird mein Sportverein digital?

Schon seit Jahren wird viel über Digitalisierung gesprochen, doch noch immer zu wenig gehandelt. Die Corona-Krise hat uns gezeigt, dass wir alle uns auf die Chancen der Digitalisierung einlassen müssen, um handlungsfähig zu bleiben. Ob Videokonferenzen, Online-Seminare oder Online-Buchungssysteme: gerade auch im Sport sind diese Zugänge wichtig und zukunftsweisend.

Dabei geht es beispielsweise darum, den Mitgliederservice zu erhöhen, Neumitglieder zu gewinnen, kreative Trainingsangebote zu schaffen und Verwaltungsabläufe zu verschlanken. Die Sportvereine dürfen sich Veränderungen nicht verschließen, wenn sie auf dem innovativen Sport- und Freizeitmarkt weiterhin konkurrenzfähig bleiben wollen

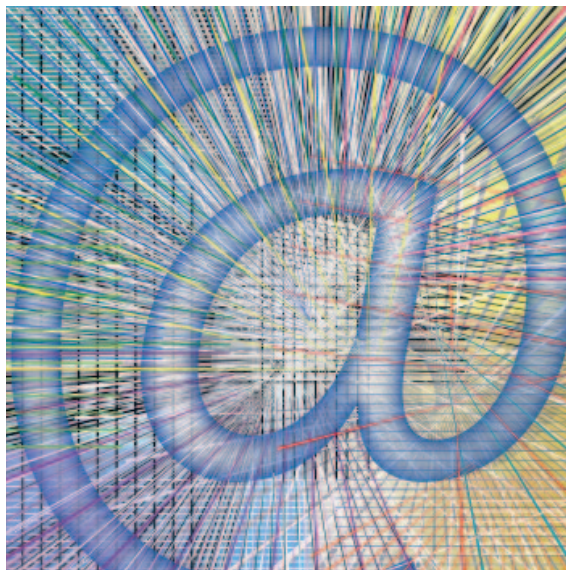


Bild: Bernd Wachtmeister / pixelio

Voraussetzung für diese Schritte ist, dass der Verein von den Chancen der Digitalisierung überzeugt ist und die Aufgabe auf der Führungsebene des Vereins Priorität genießt.

Uns ist bewusst, dass Digitalisierung sehr facettenreich ist und oft als große Herausforderung erscheint. Wir sehen die Digitalisierung als große Chance, die zahlreiche Möglichkeiten eröffnet, jedoch auch Schweiß, Einsatz und Kompromisse bedarf.

Wie im Sport ist es auch bei der Digitalisierung sinnvoll, sich als Projektteam und mit starken Partnern (anderen DJK-Vereinen) zusammenzuschließen, denn es heißt auch hier: Im Team ist man immer stärker!

Nichts ist weniger attraktiv als eine veraltete Homepage

Ein wichtiger Bestandteil der Öffentlichkeitsarbeit eines Sportvereins ist ein aktualisierter Internetauftritt. Die eigene Homepage ist eine einfache und kostensparende Möglichkeit, gegenüber Mitgliedern, Sponsoren und der Öffentlichkeit Präsenz zu zeigen- und neuen Schwung in das Vereinsleben zu bringen.

Egal ob eine langjährige Historie, neu gestaltete Vereinsräume, gemeinschaftliche Veranstaltungen oder eine neuer Vereinsvorstand- es gibt viele Informationen, die ein Sportverein zu bieten hat. Bei vielen Vereinen hat sich die Vereinshomepage mittlerweile als zentrale Anlaufstelle für Mitglieder und Interessenten etabliert. Wer wissen möchte, wann die nächsten Veranstaltungen stattfinden, welche Abteilungen der Verein betreibt oder wie man am besten den Vorstand erreicht, der sucht heute vor allem im Internet nach detaillierten Informationen.

Was für Unternehmen bereits seit Langem gilt, zeigt sich auch immer mehr in der Vereinsarbeit: Wer in Zeiten von Facebook, Instagram und WhatsApp keine Präsenz im Internet zeigt, verliert auch im realen Leben nach und nach an Bedeutung.

Deshalb ist die regelmäßige Pflege und Aktualisierung der Internetseiten für jeden Verein unverzichtbar.



Bild: Thorben Wengert / pixelio

Habt ihr Fragen zur Gestaltung eures Internetauftrittes? Was muss unbedingt ins Impressum und welche datenschutzrechtlichen Auflagen sind zu beachten?

Unser DJK-Bildungsreferent Simon Marschall ist hier der richtige Ansprechpartner. Ruft uns unter 0821/55 53 53 an oder schickt eine Mail an info@djk-dv-augsburg.de.

Onlinekonferenzen

In den letzten Wochen und Monaten mussten viele Besprechungen und Präsenzsitzungen kurzfristig corona-bedingt abgesagt werden. Wichtige Themen wurden auf Eis gelegt, teilweise herrschte wochenlange Funkstille in den Vereinen. So galt es, kreative Lösungen zu suchen und zu finden: Besprechungen fanden immer häufiger „online“ statt. Video- und Telefonkonferenzen stehen hoch im Kurs und sind für viele Vereine so wichtig wie nie zuvor.

Für die Durchführung der Konferenzen stehen beinahe unendlich viele Tools zur Verfügung. Hier einige der gängigsten Anbieter für Online-Seminare:

- **Zoom Meetings:** www.zoom.us - Zu den Möglichkeiten zählen hier u.a. eine optionale Sprecheransicht, lokale Aufzeichnungen, eine Vollbildansicht, die Teilnahme via Telefon, private oder Gruppen-Chat, Bildschirmfreigabe und Whiteboarding sowie die Möglichkeit, Gruppenarbeiten in „Breakout-Räume“ bearbeiten zu lassen. Jeder kann sich einwählen oder an Zoom-Meetings teilnehmen, wenn der entsprechende Link bekannt ist.
- **Webex:** www.webex.com - Bietet wie die meisten Anbieter sowohl eine kostenlose Basis-Version als auch eine zu bezahlende Mitgliedschaft an, bei der sich dann die Anwenderfreundlichkeit als auch die generellen Funktionen deutlich verbessern.
- **Microsoft Teams:** <https://www.microsoft.com/de-de/microsoft-365/microsoft-teams/group-chat-software> - Basierend auf dem bekannten Programm „Skype“ – der große Vorteil ist die Verknüpfung mit den bekannten Office-Tools wie Word oder Excel.
- **GoToMeeting:** gotomeeting.com - Das Programm eignet sich im Besonderen für Web-Seminare, die viel auf bildlicher Darstellung basieren.
- Weitere Anbieter sind u.a. der deutsche Anbieter Spread (spread.com/eu), AdobeConnect (adobe.com/de/products/adobeconnect/meetings.html) und Lifesize: (lifesize.com).

Natürlich gibt es – wenn alle Teilnehmenden bei Facebook registriert sind – auch die Möglichkeit, sich über z.B. den Facebook-Messenger zu verbinden – dort gibt es die Funktion „Facebook Messenger Rooms“. Selbst via Whatsapp kann man über die Funktion „Gruppenanruf“ problemlos Videokonferenzen mit bis zu 7 Personen über das Smartphone führen.

Es ist nicht ganz einfach, aus der großen Auswahl von Online-meeting-Tools den richtigen Meeting-Service auszuwählen. Neben den Anforderungen an die Benutzerfreundlichkeit ist auch die Einhaltung der Datenschutzanforderungen eine wichtige Komponente. In den letzten Jahren stand übrigens fast jedes dieser Programme mal wegen Sicherheitslücken in der Kritik. Im Regelfall werden diese jedoch schnell behoben.



Bild: HaticeEROL / pixabay

Unser exklusives Angebot für DJK-Vereine im DV Augsburg: Wir unterstützen euch bei der Digitalisierung eurer Vereinsarbeit.

Ihr habt noch nie selbst eine Onlinekonferenz in eurem Verein veranstaltet, wollt euch das Ganze aber mal anschauen? Dann ist unser **Basis-Webinar** für Konferenz-Einsteiger das Richtige für euch: Hier stellen wir euch in ganz einfachen Schritten die Funktionen und Arbeitstools einer Zoom-Konferenz vor. Wie kann ich mich in die Konferenz einwählen? Welche Voraussetzungen brauche ich? Wie funktioniert der Chat und welche Möglichkeiten eröffnet diese Art der Zusammenarbeit für meinen Verein?

Wer schon etwas fitter ist und gerne verschiedene **praktische Tools** für seine Online-Konferenzen kennenlernen möchte, ist herzlich zum **Aufbauseminar** eingeladen: Hier werden euch an konkreten Beispielen Möglichkeiten zur interaktiven Zusammenarbeit sowie Kniffe, Tipps und Tricks zur Auflockerung eurer Web-Sitzungen näher gebracht.

Als spezielles „Zuckerl“ für die Erweiterung eures Handlungsspielraums in Corona-Zeiten zahlen wir euch einen Monat lang euren **Zoom-Account** (wenn ihr bereits mit einem anderen Anbieter arbeitet, bitte kurze Rücksprache mit der Geschäftsstelle). Wir können euch nur empfehlen, alternativ zu den ausgefallenen Präsenzveranstaltungen auf dieses Format auszuweichen bzw. eure Sitzungen damit zu ergänzen, um auch weiterhin in Kontakt bleiben zu können.

Hinweis: Erfahrungen zu Online-Mitgliederversammlungen werden bisher kritisch betrachtet, da hier nicht alle Mitglieder erreicht werden können.

Bei **technischen Fragen oder Unklarheiten** könnt ihr euch gerne bei uns in der Geschäftsstelle (*Kontakt siehe Impressum Seite 50*) melden. Wir richten bei Bedarf einen Meeting-Raum für euch ein und betreuen euer erstes Online-Vereinsmeeting.



Bild: David Mark / pixabay

Mich stärken in Angst und Krisenzeiten

Unser diesjähriger geistlicher Impuls wurde von der Gemeindereferentin der Pfarreiengemeinschaft Großaitingen, Elisabeth Wiedemann entwickelt. Als Heilpraktikerin für Psychotherapie kennt Frau Wiedemann die Probleme, die mit sozialer Isolation aufgrund des Corona-Lockdowns einhergehen. Sie hat Ideen und Übungen entwickelt und zusammengeschrieben, die die Selbstwirksamkeit stärken und positive Sichtweisen fördern sollen. Ergänzt werden die Ideen durch Gebete und Impulse unseres geistlichen DJK-Beirats und Pfarrer Hubert Ratzinger.

Derzeit löst das Coronavirus große Ängste aus. Manche Menschen ängstigt diese Situation so sehr, dass sie handlungsunfähig werden. Dieser Beitrag soll helfen, sich selbst zu stärken, um mit den anstehenden Herausforderungen besser umgehen zu können.

Die Anregungen sind als Selbsthilfe gedacht und ersetzen keinen Besuch beim Arzt oder verschriebene Medikamente. Wenn Sie trotz allem extreme Angst haben und nicht zur Ruhe kommen, sollten Sie einen Arzt oder Psychologen aufsuchen/anrufen oder zumindest die Telefonseelsorge (Telefonnummer: 0800 1110111) kontaktieren, damit Sie ins Gespräch kommen. Die Übungen können Sie trotzdem als Unterstützung durchführen. Sie tun Ihrem gesamten Organismus in jedem Fall gut!

Wichtig bei allen Tools: Sie helfen nur dann, wenn Sie diese üben! Ohne Übung funktionieren sie nicht oder nur mäßig.

Je vertrauter die Übungen Ihrem Organismus sind, je mehr sie „in Fleisch und Blut übergehen“, umso stärker werden Sie und umso mehr können Sie sich selbst wieder beruhigen und erleben, dass Sie nicht ohnmächtig sind, sondern Ihre eigene Wirkmacht haben.

Prüfen Sie, ob Ihnen eine Übung liegt. Wenn Sie merken, dass Sie nicht zu Ihnen passt, dann wählen Sie eine andere. Selbst die tollste Übung ist nichts, wenn sie nicht zu Ihrer Persönlichkeit passt. Trotzdem ist es wichtig, dass Sie sie mal ausprobieren, allein vom Lesen ist es meist schwierig zu spüren, ob die Übung nicht doch gut tun würde.

Viel Spaß beim Ausprobieren.

*Elisabeth Wiedemann,
Gemeindereferentin und Heilpraktikerin für Psychotherapie*

GOTT IST ÜBERALL

Guter Gott, nicht wenige sagen:

Ich habe keinen Menschen, ich bin allein.

Sie wissen nicht, dass keiner von uns allein ist,
denn du, Gott, bist immer da, überall da, ganz da.

Da auch für mich, für jeden von uns.

Du lässt keinen allein, du bist immer da.

Du bist da in meinem Herzen.

Gott, du möchtest nur eines:

Dass ich glaube, dass ich aus deiner Wahrheit lebe:

Du, der unfassbar herrliche Gott, überall gegenwärtig,
überall nahe, überall Zuneigung.

Danke Gott, dass du da bist.

Unbekannter Verfasser



Bild: Kurt F. Dominik / pixelio

Atmen – sanft und tief

Ihr Atem ist eines der wichtigsten Dinge, die Sie immer bei sich haben. Wenn Sie Angst haben, atmen Sie flach und schnell. Atmen Sie dagegen tief und bewusst, helfen Sie Ihrem Körper, sich wieder herunter zu regulieren und signalisieren ihm: Keine Gefahr! Alles unter Kontrolle!



Bild: johnnyb / pixelio

Möglichkeiten:

- Sie atmen tief ein und achten beim Ausatmen darauf, dass Sie etwas länger ausatmen als einatmen.
- Sie zählen beim Atmen, z.B. 1,2,3 einatmen, 1 Pause, 1,2,3,4 ausatmen, 1 Pause. Wie schnell oder langsam Sie zählen, ist ein bisschen individuell. Probieren Sie einfach aus, wie es sich gut für Sie anfühlt. Sie können auch mehr Zahlen verwenden, wenn das stimmiger ist, z.B. 1,2,3,4, einatmen, 1,2 Pause, 1,2,3,4,5,6, ausatmen, 1 Pause,.....
- Sie stellen sich entweder beim Ein- oder beim Ausatmen vor (wieder ausprobieren, was Ihnen mehr liegt), dass Sie Ihren Atem an verschiedene Körperstellen schicken. Wählen Sie dabei einen Körperteil (z.B. großen Zeh), konzentrieren Sie sich auf die Stelle und stellen Sie sich beim Ein- oder Ausatmen vor, wie der Atem genau dorthin fließt. Bei manchen klappt es sofort, andere brauchen etwas Zeit, bis die Vorstellung des Atemflusses funktioniert.
- Auch wichtig: Konzentrieren Sie sich beim Atmen darauf, in den Bauch zu atmen. Brustatmung ist fast immer flacher als Bauchatmung. Der Atem bekommt im Bauch mehr Raum.

Dankbarkeit

Eine wichtige und kraftvolle Ressource ist Dankbarkeit. Wenn ich mich dankbar fühle und erlebe, kann ich gleichzeitig praktisch nicht in einem düsteren Zustand sein. Oft nehmen wir viele Dinge für selbstverständlich und erleben erst dann, wenn sie nicht mehr verfügbar sind, dass sie wichtig sind für unser Leben. Das kann uns im Moment die Corona-Krise sehr bewusst machen. Gleichzeitig gibt es auch jetzt noch viele Dinge, die einfach gut tun, die weiterhin verfügbar sind. Es macht Sinn, sich dieser Dinge bewusst zu werden- und für sie zu danken.



Bild: Oliver Mohr / pixelio

Wie wäre es z.B. mit einem **Dankbarkeitsjournal**? Dabei geht es darum, sich täglich zu vergegenwärtigen: Was war heute gut? Was hat mir Spaß gemacht? Worauf war ich stolz? Was tat mir gut? Schriftlich, mündlich, in Gebetsform, mit kleiner Belohnung....

Falls Sie sich entschließen, das Dankbarkeitsjournal schriftlich zu führen, kaufen Sie sich doch ein hübsches kleines Heft oder einen schönen Kalender, in dem Sie alles aufschreiben können. Es macht einfach mehr Spaß, etwas Schönes in die Hand zu nehmen als irgendwelche herumfliegenden Notizzettel. Und: Sie schätzen sich damit selber wert!

Eine andere Möglichkeit: **Stundenglas der besonderen Ereignisse**

Was war das Schönste an diesem Tag? 365 Tage im Jahr einen kleinen Zettel mit einem Stichwort oder einem kurzen Satz in ein schönes Glas/ eine schöne Box legen. An Silvester das Glas herausnehmen und die Zettel lesen- eine Fülle an tollen Ereignissen, die das Leben bunt und reich gemacht haben.



Informationen für Ü-bungsleiterinnen und Ü-bungsleiter im DJK-Verein

.....

NeuroKinetik®: Neurophysiologisches Bewegungstraining für Jedermann

Was ist NeuroKinetik®?

NeuroKinetik® ist das ganzheitliche, neurophysiologische Bewegungstraining des DJK Sportverbandes Paderborn. Ziel des Trainings ist die Förderung der individuellen Hirnleistungsfähigkeit und der kognitiven Gesundheit durch Aus- und Neubildung neuronaler Netzwerke (Neuroplastizität). Dies geschieht insbesondere durch motivierende, herausfordernde, komplexe Bewegungsübungen, die sowohl motorische Kompetenzen als auch das Sinnessystem umfassend trainieren.

Für wen ist NeuroKinetik® geeignet?

Kinder und Jugendliche profitieren vor allem im Bereich der Basiskompetenzen: Selbstbewusstsein und Selbstregulation werden positiv beeinflusst. Lernschwierigkeiten bessern sich deutlich, das Lernen fällt leichter. NeuroKinetik® eignet sich bei älteren Menschen hervorragend zur Demenzprävention. Zudem unterstützt es die motorische und kognitive Bewältigung des Alltags (z.B. geistige Flexibilität, Sturzprophylaxe) + für alle, die sich mit viel Spaß geistig fit halten möchten!

Auch Sportler profitieren vom Training

Bei Sportlern verbessert sich die Konzentrationsfähigkeit: enge und unübersichtliche Spielsituationen können schneller erfasst werden, die Motorik und die Wahrnehmung werden spielerisch geschult. NeuroKinetik® unterstützt herkömmliche Trainingsmethoden.

Der Vorteil: kleine Verbesserungen im Detail haben große Auswirkungen auf den Trainingserfolg.

Das Trainingsprinzip: spielerisches Lernen und viel Spaß ohne körperliche Belastung.

Vielfältige Einsatzmöglichkeiten

Für Lehrer: Auflockerung der Unterrichtsstunden durch motivierende und lustige Übungen; führt zur Steigerung der Aufmerksamkeit und Konzentrationsfähigkeit

Für Erzieher: Aktivierung der Hirnareale bereits bei Kleinkindern, Linderung von Hyperaktivität, Training des Gleichgewichts

Für Senioren: Geistige Stimulation, Gedächtnistraining, Demenzprophylaxe

Betriebliches Gesundheitsmanagement: Verbesserung der Gesundheit und des Wohlbefindens am Arbeitsplatz

Trainingsprinzip von NeuroKinetik®

Die Übungen sind so gestaltet, dass die erste Übung sehr einfach ist und dann nach und nach der Schwierigkeitsgrad gesteigert wird. Bitte erst die Übung steigern, wenn Sie die erste Übungen so beherrschen, dass sieben von zehn Versuchen klappen.

Machen Sie Ihr Hirn fit!

Namensball:

Material: zwei verschiedenfarbige Bälle (z.B. rot und grün)

Übung: Ein (roter) Ball wird zwischen den Teilnehmern hin und her gerollt, dabei nennt der TN, der den Ball rollt, seinen eigenen Namen.

Der rote Ball wird zur Seite gelegt. Nun folgt der grüne Ball. Der TN, der den grünen Ball rollt, nennt den Namen des Fängers (TN, zu dem der Ball gerollt wird)

Steigerung:

Beide Bälle werden ins Spiel gebracht und die unterschiedlichen Funktionen beachtet. Ein blauer Ball wird ins Spiel gebracht. Damit wird ein Name angesagt, zu dem der Ball gerollt werden soll.



Welcher Gegenstand fehlt?

Material: verschiedene Gegenstände

Übung: In der Kreismitte liegen verschiedene Gegenstände. Alle TN werden aufgefordert, sich gut zu merken, was in der Kreismitte liegt. Ein TN verlässt den Raum. Während er draußen ist, versteckt ein anderer TN einen der Gegenstände hinter seinem Rücken. Der TN wird hereingebeten und muss herausfinden, welcher Gegenstand fehlt.

Steigerung:

Nachdem jeder TN einmal dran war, werden weitere Gegenstände hinzugenommen. Alternative: mehrere Gegenstände verschwinden.



Umkleidekabine

Material: Keines

Übung: Die TN stehen sich paarweise gegenüber. Es wird nicht gesprochen. Sie betrachten sich genau. Nach ca. 30 Sekunden gibt der Spielleiter ein akustisches Signal. Alle TN drehen sich um und verändern eine Kleinigkeit an sich (z.B. Knopf öffnen, Strumpf hochziehen,...). Auf ein erneutes akustisches Signal drehen sich die TN wieder ihren Partnern zu. Nehmen die TN die Veränderung an ihrem Partner wahr?



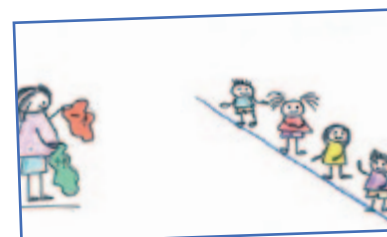
Rotes und Grünes Tuch:

Material: Rotes und grünes Tuch

Übung: Die TN bewegen sich im Raum, so dass sie den Spielleiter sehen können. Dieser zeigt das grüne Tuch. Wenn der Spielleiter das rote Tuch hochhält, stoppen die TN ihre Bewegungen.

Steigerung:

Es werden weitere farbige Tücher mit entsprechend zugeordneten Bewegungen hinzugenommen (z.B. gelbes Tuch: Rückwärts gehen, blaues Tuch: Auf Zehenspitzen gehen)



DJK-Jahresprogramm 2021

Aus- und Weiterbildung in DJK & BLSV

Dieser Materialteil bildet in der Heftmitte das DJK-Jahresprogramm kompakt und übersichtlich ab – zum Herausnehmen für die Pinnwand zuhause oder im Schaukasten des Vereinsheims. Damit bietet sich für alle Verantwortlichen in Funktion und interessierte Mitglieder im Verein frühzeitig die Gelegenheit, ihre jeweilige Bildungsplanung vornehmen zu können. Vereinsvorstände & Abteilungsleitungen können somit rechtzeitig ihre Personalentwicklung bzw. -gewinnung starten, da gerade die Ausbildung für ÜL-C oder Vereinsmanager C umfangreicher und in der beruflichen Urlaubsplanung früh zu berücksichtigen ist.



Alternativ zum Jahres- & Bildungsprogramm des DJK-DV Augsburg sind die Angebote des DJK-Landesverbands bzw. der anderen bayerischen Diözesanverbände interessant, gerade wenn der ein oder andere Termin von uns nicht möglich sein sollte. Wer im DJK-Programm nicht fündig wird, kann sich auch im Bildungsportal des BLSV informieren:

www.blsv.de/blsv/bildung/bildungsangebote-qualinet.html

Bildung macht Spaß, fit & verbindet, wie auf den Bildern zu sehen ist.

Auf bald bei einer unserer Veranstaltungen, Simon Marschall



Diözesanverband Augsburg
Verband für Leistungs- und Breitensport

Don-Bosco-Platz 3 - 86161 Augsburg - Tel: 0821-555353

Fax: 0821-564169 - mail: info@djkdv-augsburg.de

home: www.djkdv-augsburg.de



Jahresprogramm 2021

aus den Bereichen **Kinder & Jugend**, **Bildung**,
Sport & Gesellschaft, **Glaube & Selbstentfaltung**

Glaube & Selbstentfaltung	06.02.21 Besinnliche Wanderung Wanderung mit besinnlichen Impulsen, Ort und genaue Zeit werden noch bekannt gegeben Zielgruppe: Interessierte, DJK-Mitglieder und deren Familien Kosten: 10 EUR/5 EUR für DJK-Mitglieder
	13.03.21 Einkehrtag in Don Bosco Ein Tag, an dem Sie Kraft aus dem Glauben schöpfen können. Referent: DJK-Pfarrer Hubert Ratzinger Zielgruppe: Interessierte, DJK-Mitglieder und deren Freunde und Familien Kosten: keine
	27.03.21 Sportlerwallfahrt nach Andechs Wallfahrtszug mit Gottesdienst und anschließend geselligem Beisammensein. Zielgruppe: Interessierte ab 10 Jahre Kosten: keine
	09.05.21 Radwallfahrt Pobenhausen im KV Nord Radwallfahrt zum Kalvarienberg Pobenhausen, Gottesdienst, Brotzeit. Zielgruppe: DJK-Mitglieder, Interessierte im KV Nord Kosten: keine
	21.05.-03.06.21 Pilgern 8. Etappe: O Cebreiro—Santiago—Finisterre—Muxia Mittelschwere Pilgertour für „Fortgeschrittene“ mit Begleitfahrzeug und einfacher Logis Zielgruppe: Interessierte, trainierte Pilger Kosten: Schweiß + ca. 700 EUR zzgl. Fahrtkosten
	11.07.21 Sportlerwallfahrt nach Violau Wallfahrtszug mit Gottesdienst und anschließend geselligem Beisammensein. Zielgruppe: Interessierte ab 10 Jahre Kosten: keine
	21.07.21 Friedenslauf Zielgruppe: Schüler/-innen aus Augsburg erlaufen Sponsorengelder für Friedensprojekte Kosten: keine - Helfer erwünscht
	05.09.21 Bergmesse Ziel NN, mit der Pfarreiengemeinschaft Großaitingen (Pfarrer Hubert Ratzinger) Zielgruppe: Interessierte Kosten: keine
	17.11.21 „30 Minuten vor Gott“ Eine besinnlich gestaltete Auszeit, auch als Anregung für Vereine. Zielgruppe: Interessierte, DJK-Mitglieder und deren Angehörige Kosten: keine

Ferien in Bayern:

Winter 15.02.-19.02.
Ostern 29.03.-10.04.
Pfingsten 25.05.-04.06.

Sommer 30.07.-13.09.
Herbst 02.11.-05.11.
Weihnachten 24.12.-08.01.

Begegnung braucht Bewegung

07.-08.05.21 DJK Diözesantag mit Wahlen

Alle Vorstände und Jugendleitungen in DJK-Vereinen sind als Delegierte dazu eingeladen, den Diözesanverband mitzugestalten. Neben Informationen zur Arbeit des Diözesanverbandes werden aktuelle Themen vorgestellt, die auch für Ihre Arbeit interessant und wichtig sind.

Zielgruppe: Vorsitzende, Vorstandsmitglieder, Jugendleitungen, Geschäftsführer/innen, **Kosten:** keine

17.07.21 Jakobuslauf in Augsburg

Im Rahmen der „Jakober-Kirchweih“ finden ein Viertelmaraathon, ein 6- & 8-km-Lauf, eine Walkingrunde (ca. 8,1 km) und zwei Schülerläufe (ca. 3,8 + 1,4 km) für jung & alt statt.

Zielgruppe: Interessierte ab 9 Jahre

Kosten voraussichtlich: Schüler/innen bis 4. Klasse 2 EUR, 10-17 Jahre 7 EUR, Erwachsene 15 EUR

26.-28.02.21 u. 12.-14.03.21 ÜbungsleiterassistentIn in Aschau/Inn (Basis-/Aufbaukurs)

An jeweils drei Tagen werden folgende Themen behandelt: Körpererfahrung, Erlebnis- & Gruppenpädagogik, Trend- & Sportsportarten, Veranstaltungsmanagement, Aufsicht & Recht, etc.

Zielgruppe: Interessierte ab 15 Jahre **Kosten:** je Wochenende 60 EUR/40 EUR für DJK-Mitglieder

21.-24.5.21 Sommerlager in Regen

Ein Wochenende voller Spaß, Spannung und unvergesslichen Erlebnissen in einer tollen Runde. Das Haus gibt unendlich viele Möglichkeiten Gemeinschaft und Sport im Sinne der DJK zu erfahren.

Zielgruppe: Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 27 Jahren

Kosten: 100 EUR/80 EUR für DJK-Mitglieder

06.11. – 07.11.2021: Jugendleiter-Ausbildung

An dem Wochenende werden folgende Themen behandelt: Rolle und Verantwortung des Jugendleiters, Rhetorik – Auftreten, Präsentieren, Reden, Gruppen leiten und soziale Kompetenz, Zuschüsse und Fördermöglichkeiten, Prävention sexualisierter Gewalt, und vieles mehr...

Zielgruppe: Interessierte ab 17 Jahre, **Kosten:** 30 EUR

06.03.2021 Gesundheitstag im KV Nord (Langenmosen)

Stundenbeispiele im Gesundheitssport. Lizenzverlängerung (5UE)

Zielgruppe: Abteilungs-/ÜbungsleiterInnen, Interessierte **Kosten:** 10 EUR/5 EUR für DJK-Mitglieder

17.04.2021 Fit mit 50 plus in Augsburg-Göggingen

Lehrgang zur Lizenzverlängerung (8 UE).

Zielgruppe: Abteilungs-/ÜbungsleiterInnen, Interessierte; **Kosten:** 20 EUR/10 EUR für DJK-Mitglieder

12.-16.05. u. 25.-30.05.21 ÜbungsleiterIn C „Freizeit-/Breitensport“ im DV Würzburg

Bestandteil der Ausbildung ist die Teilnahme an einem Vorlaufseminar „Übungsleiterassistent/in“.

Die Ausbildung entspricht den Richtlinien des DOSB für die „C-Lizenz“.

Zielgruppe: Interessierte ab 17 Jahre **Kosten:** 320 EUR/300 EUR für DJK-Mitglieder

26.06.2021 Ideenschmiede für Vereinsfunktionäre

Neue, kreative Methoden für die Vereinsarbeit, Themen in enger Absprache mit den Teilnehmern

Zielgruppe: (potenzielle) Vereinsfunktionäre und Interessierte **Kosten:** 25 EUR/15 EUR für DJK-Mitglieder

24.07.2021 Mutige und starke Frauen– Stadtführung Landsberg

Landsberg am Lech aus weiblicher Perspektive (Kooperation mit Touristenbüro Landsberg)

Zielgruppe: Interessierte, DJK-Mitglieder und deren Familien **Kosten:** 15 EUR/10 EUR für DJK-Mitglieder

25./26.09.2021 Aufbaumodule Neurokinetik®-Schulung

Das Trainerteam aus Paderborn hat neue Ideen für alle Neurokinetik®-Trainer im Gepäck,

Schwerpunkte „Diagnostik und Rhythmus“ und „Mit allen Sinnen“, Aufbaumodule sind auch einzeln buchbar

Zielgruppe: Neurokinetik®-Trainer **Kosten:** 180 EUR (pro Modul 90 Euro)

09.10.2021 Gymnastik-Fortbildung in Augsburg-Göggingen

Lehrgang zur Lizenzverlängerung (8 UE). Thema und Referent wird noch bekannt gegeben.

Zielgruppe: Abteilungs-/ÜbungsleiterInnen, Interessierte; **Kosten:** 20 EUR/10 EUR für DJK-Mitglieder

20.11.2021 „Spaß an Bewegung“ in Augsburg

Lehrgang zur Lizenzverlängerung (8UE)

Zielgruppe: Abteilungs-/ÜbungsleiterInnen, Interessierte **Kosten:** 20 EUR/10 EUR für DJK-Mitglieder

Bildungssystematik im Bayerischen Landessportverband (BLSV)

Nachfolgend geben wir einen prinzipiellen Einblick zur Bildungssystematik des BLSV, der hoheitlich für die Lizenzierungen in Bayern zuständig ist.

Unter <http://www.blsv.de/blsv/bildung/uebungsleiter-trainer-vereinsmanager.html> gibt es vertiefte Infos dazu.

Einleitend heißt es dort:

Ausbildung zum Übungsleiter / zur Übungsleiterin

Sie haben sich entschieden, eine Sportgruppe im Verein zu übernehmen und möchten sich für diese Aufgabe qualifizieren. Sie haben nun die Möglichkeit, sich auf Breitensport- oder leistungsportorientierter Ebene ausbilden zu lassen.

Die Übungsleiterausbildungen sind sportartübergreifend und Breitensportorientiert. Sie erhalten bei der Ausbildung zum Übungsleiter-C „Breitensport“ - Profil Erwachsene das Handwerkszeug, das Sie für Ihre Arbeit in den Vereinssportstunden benötigen.

Interessierte, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten möchten, sollten die Ausbildung Übungsleiter-C „Breitensport“ - Profil Kinder/Jugendliche absolvieren.

Nach Abschluss der Übungsleiter-C-Ausbildung haben Sie die Möglichkeit, sich auf der Ebene der 2. Lizenzstufe mit einer Zusatz-Ausbildung (Übungsleiter-B) für Sport in der Prävention, Sport für Ältere oder Sport im Elementarbereich zu spezialisieren.

Ausbildung zum Trainer/in „Breitensport“ oder Trainer/in „Leistungssport“

Eine sportartspezifische Ausbildung kann über den jeweils zuständigen Sportfachverband absolviert werden. Diese Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe schaffen die Grundlagen, um im Verein ein sicheres und qualifiziertes Trainingsprogramm anbieten zu können.

Sie können sich zum Trainer-C „Breitensport“ (sportartspezifisch, aber dennoch Breitensportorientiert) oder zum Trainer-C „Leistungssport“ (ebenfalls sportartspezifisch und leistungsportlichorientiert) ausbilden lassen.

Aufbauend auf die Ausbildung zum Trainer-C einer Sportart können Sie sich durch weitere Qualifikationen (Trainer-B, Trainer-A) weiterbilden.

Lizenzstufe	Übungsleiter/innen <i>Breitensport</i> sportartübergreifend	Trainer/innen <i>Breitensport</i> sportartspezifisch	Trainer/innen <i>Leistungssport</i> sportartspezifisch	Vereins- Manager/innen
4.			Diplom Trainer/in Leistungssport	
3. A min. 90 UE		Trainer/in A Breitensport	Trainer/in A Leistungssport	
2. B min. 60 UE	ÜL-B z.B. Sport ○ in der Prävention, ○ für Ältere, ○ im Elementarbereich	Trainer/in B Breitensport	Trainer/in B Leistungssport	V-M B
1. C min. 120 UE	ÜL-C Profil ○ Erwachsene ○ Kinder/Jugendliche	Trainer/in C Breitensport	Trainer/in C Leistungssport	V-M C
<i>Für ÜL & Trainer/innen: Anteil von mind. 30 UE sportartübergreifende Basisqualifikation</i>				
Vorstufen-Qualifikation min. 30 UE	ÜL-Assistent/in Gruppenhelfer/in	Trainer-Assistent/in Gruppenhelfer/in		

Text & Schaubild mit freundlicher Genehmigung von Thomas Kern, BLSV-Geschäftsführer, Quelle: www.blsv.de

Fingerspiele:

Material: keines

Übung: Der Daumen berührt nacheinander alle Finger derselben Hand, einmal hin, einmal wieder zurück. Danach Handwechsel

Steigerung:

- Beide Daumen führen gleichzeitig die Bewegungen aus.
- Der Daumen einer Hand beginnt mit dem Zeigefinger, der andere Daumen mit dem kleinen Finger (somit entgegengesetzte Richtungen)
- Beide Daumen in gleicher Richtung, nur fängt der erste Daumen mit dem Zeigefinger an, der andere Daumen schon mit dem Ringfinger (versetzt).



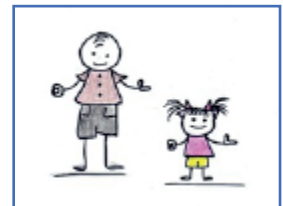
L und O:

Material: keines

Übung: Mit Daumen und Zeigefinger der rechten Hand wird ein „L“ geformt. Die drei anderen Finger sind dabei eingerollt. Dann wird die Fingerposition gewechselt, Daumen und Zeigefinger bilden ein „O“. Dabei werden die anderen Finger gestreckt. Die Fingerpositionen werden nun ständig gewechselt, danach übt die linke Hand.

Steigerung:

- Beide Hände führen gleichzeitig die Bewegung aus, auch gegengleich.
- Victory und Handy: statt „L“ und „O“ wird ein Victory- und ein Handyzeichen geformt (Victory: Zeige- und Mittelfinger strecken, die anderen beugen; Handy: Daumen und kleinen Finger strecken, die anderen beugen).



Koordinationskünstler:

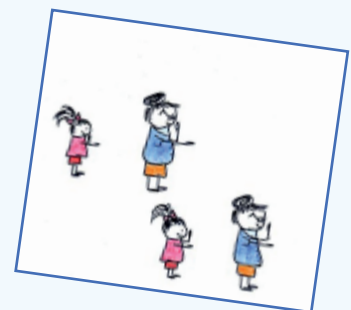
Material: keines

Übung: Die rechte Hand der Teilnehmer macht zeitgleich eine andere Bewegung als die linke Hand.

Bewegungsmöglichkeiten: Striche (z.B. Strich waagrecht mit dem linken Zeigefinger, Strich senkrecht mit dem rechten Zeigefinger in die Luft malen), geometrische Figuren (z.B. Kreis und Dreieck gleichzeitig mit beiden Zeigefingern in die Luft malen), liegende/stehende Acht...

Steigerung:

- Durchführung auf einem Bein oder auf wackeligem Untergrund
- Unterschiedliche Bewegungsgeschwindigkeit der Hände
- Die Bewegungen werden in einem bestimmten Rhythmus durchgeführt
- Es werden zusätzlich noch andere Körperbewegungen ausgeführt: Gehen, Bauchkreisen, Beinkreisen, Fuß heben und senken, ...
- Ausführung mit Geräten: Bälle, Tücher, ... (z.B. Tuch kreisen und gleichzeitig Ball hochwerfen, Ball hochwerfen und mit der anderen Hand Ball prellen)
- Jeder TN schreibt gleichzeitig mit dem Zeigefinger die Zahlen 1-6- auf den Oberschenkel (rechter Zeigefinger auf rechten Oberschenkel). Danach wird gleichzeitig auf den rechten Oberschenkel eine andere Zahl als auf den linken Oberschenkel geschrieben (z.B. 1-2, 3-4,). Die Zahlen können auch verkehrt herum geschrieben werden.



Armwechsel

Material: keines

Übung: Beide Hände befinden sich zur Faust geballt an den Schultern. Werden die Arme nach vorne gestreckt, wird die Faust geöffnet, zurück wieder geschlossen, usw.

Steigerung:

Um die Übung ein wenig schwieriger zu gestalten, wird die Bewegung gewechselt, die Hände sind an den Schultern geöffnet und wenn sie nach vorne gehen, werden sie zur Faust. Danach finden die Bewegungen im Wechsel statt (eine Hand geht im Wechsel nach vorne)



Faustkünstler

Material: keines

Übung: Im Sitzen wird die rechte Hand auf dem rechten Oberschenkel

1. Gestreckt abgelegt
2. Zur Faust geballt
3. Die Faust wird nach rechts gedreht
4. Wieder seitlich auf der Handkante gestreckt

Die Reihenfolge wird mehrmals wiederholt.

Steigerung:

- Die linke Hand führt die Bewegungen auf dem linken Oberschenkel aus.
- Beide Hände durchlaufen gleichzeitig die Bewegungen.
- Eine Hand beginnt in gestreckter Position, die andere zur Faust geballt (zeitlich versetzt)
- Die Reihenfolge wird geändert oder umgekehrt durchgeführt



Literatur und Kontakte zum Thema:

- Broschüre NeuroKinetik®: Neurophysiologisches Bewegungstraining; Übungs- und Spielesammlung für Kinder und Erwachsene von 3 bis 99; Hrsg. Kath. Kneipp- und Bewegungskindergarten Heilige Familie
- DJK-Sportverband Diözesanverband Paderborn e.V.; Propsteihof 10, 44137 Dortmund; www.djk-dv-paderporn.de
- www.neurokinetik.eu

Im DV Augsburg und DV München-Freising fanden bereits Ausbildungen zum zertifizierten NeuroKinetik®-Trainer statt. 2021 bietet der DV Augsburg zwei Aufbauschulungen an.

Wenn Sie Interesse an einer Schulung für Ihren Verein oder an einem Kursangebot haben, setzen Sie sich bitte mit Kerstin Mayer, Tel. 0821/ 55 53 53 oder per Mail an kerstin.mayer@djk-dv-augsburg.de in Verbindung.

Herr,

wir bringen Dir alle Erkrankten und bitten um Heilung.
Schenke den Ärzten und Forschern Weisheit und Energie.

Allen Krankenschwestern und Pflegern gib Kraft
in aller Belastung.

Den Politikern und Mitarbeitern der Gesundheitsämter
schenke Besonnenheit.

Wir beten für alle, die in Panik sind, für alle, die von
Angst überwältigt sind.

Schenke Frieden im Herzen inmitten des Sturms.

Wir beten für alle, die großen materiellen Schaden ha-
ben oder befürchten.

Guter Gott, wir bringen Dir alle, die in Quarantäne
sein müssen, sich einsam fühlen, niemanden umarmen
können.

Berühre Du unsere Herzen mit Deiner Sanftheit.

Wir bitten dich darum, dass Normalität wieder einkeh-
ren kann.

Mach uns dankbar für jeden Tag in Gesundheit.

Lass uns nie vergessen, dass das Leben ein Geschenk ist
und dass wir nicht alles kontrollieren können.

Du allein bist ewig.

Im Leben ist so vieles unwichtig, was oft so laut daher-
kommt.

Mach uns dankbar für so vieles, was wir ohne Krisen-
zeiten so schnell übersehen.

Wir vertrauen Dir.

Danke!

(nach KLB Gebet)

©Jürgen Werth

Bild: angieconscious / pixelio



Körper- und Sinneswahrnehmungen

Neben dem Atmen haben wir immer unseren Körper und unsere Sinne dabei. So können wir ganz leicht und einfach mit unserer Wahrnehmung spielen. Einmal können wir unsere Aufmerksamkeit auf innen, auf uns selbst richten oder wir richten unsere Wahrnehmung nach außen.

In der Konzentration auf sich, auf den Körper und die Sinne verändert sich die Körperspannung, wir gehen in einen entspannteren Zustand. Damit meine ich nicht das ängstliche Hineinhorchen auf Symptome, sondern die liebevolle Aufmerksamkeit für sich und auch für den Körper, der unsere Heimat ist.

Beispiele für Körperwahrnehmung:

Wie fühlt sich der Stuhl unter mir an? Der Boden unter meinen Füßen?

Körper nach und nach durchgehen, wahrnehmen, wie sich die einzelnen Teile anfühlen (Wärme, Kälte, Auflageflächen, Wohl- und Missempfindungen ohne zu beurteilen. Dabei den Atem fließen lassen. Bewusst einen Apfel oder eine Tomate schneiden. Jeden einzelnen Schritt bewusst vollziehen: Was nehme ich in die Hand? Wie fühlt sich das an? Welche Körperteile bewegen sich? Welche Sinne gebrauche ich gerade?

Leben mit allen Sinnen auskosten:



Sinnesspaziergänge, sich dabei vielleicht eine Zeitlang nur auf die verschiedenen Grüntöne konzentrieren oder allgemein darauf, was ich sehe. Dann die Aufmerksamkeit auf alles Hörbare richten, später auf Düfte oder was ich ertasten kann.

Verkostungen: z.B. ein Stückchen Schokolade. Was sehe ich? Wie hört sich das Papier an, wenn ich die Schokolade auswickle? Wie ist sie in der Hand? Der Duft, ... und schließlich: der Geschmack. Erspüren, wie die Schokolade langsam im Mund schmilzt.

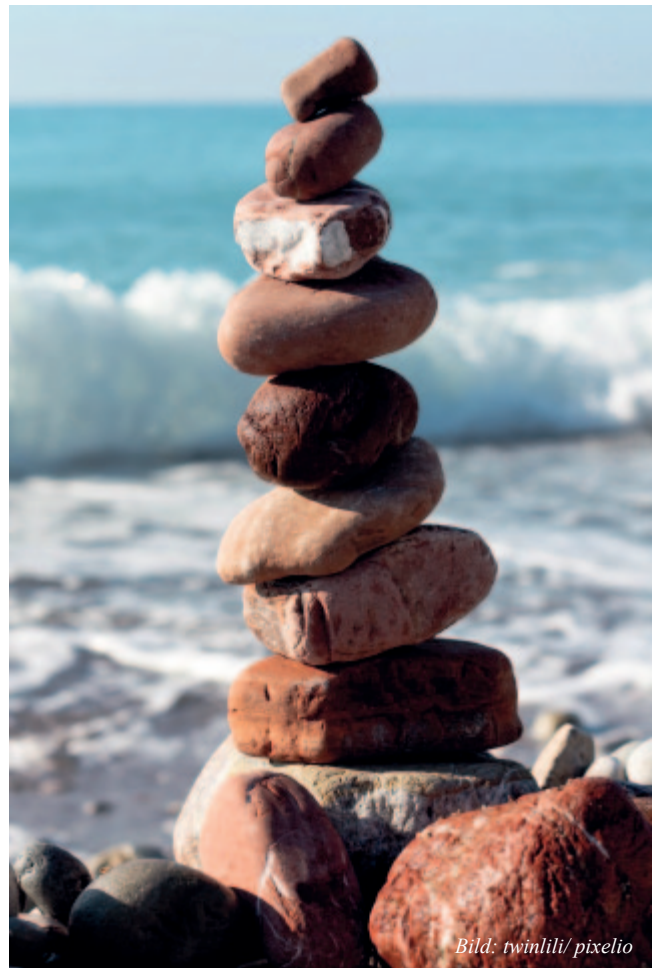
Lieblingsdüfte schnuppern, beschwingte Musik hören, ruhige Musik hören, evtl. beide nacheinander und die unterschiedliche Wirkung auf Körper, Geist und Seele bewusst erspüren.

Bild: Oliver Mohr / pixelio

Gebet in der Not der Pandemie

Herr Jesus Christus,
 du hast deine Liebe und Barmherzigkeit
 den Kranken und Schwachen geschenkt.
 In deiner Nähe konnten sie atmen
 und neue Hoffnung schöpfen.
 Durch dich haben sie Heilung, Frieden
 und Versöhnung gefunden.
 Herr, wir bitten dich
 sei auch hier bei uns.
 Lass uns deine segnende Hand spüren
 und schenke uns dein Heil.
 Gib uns Geduld und Kraft, diese Zeit zu bestehen.
 Lass uns nicht verzagen.
 Hilf uns, die Zeit zu nützen
 für gute Worte und Gesten der Liebe.
 Öffne unsere Augen und unser Herz für deine Wunder.
 So segne und bewahre uns der Herr, unser Gott,
 durch seinen Sohn, Jesus Christus,
 in der Kraft des Heiligen Geistes.

Margret Schäfer-Krebs, Gotteslob 17,4



Imagination – Phantasie

Dem Gehirn ist es egal, ob ich etwas tatsächlich erlebe oder nur in meiner Phantasie. Je intensiver das Erlebte ist, umso größere Auswirkungen hat es auf meine Verfassung. Steigere ich mich in ein richtiges Katastrophenszenario hinein, spüre ich vielleicht schon, wie mein Körper darauf reagiert (z.B. der Puls sich beschleunigt, die Erregung steigt und meine Stimmung sinkt). Mache ich das täglich, habe ich fast die Garantie auf Depressionen.

In umgekehrten Situationen kann ich das gleiche Phänomen für Positives nutzen. Ich stelle mir lebhaft und mit allen Sinnen vor, was ich in meinem Leben haben will, was sich gut anfühlt. Auch wenn ich derzeit nicht an den Strand gehen kann, habe ich die Möglichkeit, dies in meiner Phantasie zu tun. Wohlgemerkt: Unserem Gehirn ist es egal. Hauptsache, wir erleben intensiv! So kann ich mir diesen Strandspaziergang mit allen Sinnen vorstellen. Was sehe ich alles (Sonne, Meer, Glitzern der Wellen, den Sand, andere Menschen und Tiere), was höre ich (das Rauschen der Wellen, das Schreien der Möwen, das Singen anderer Vögel), was spüre ich (den Sand unter meinen Füßen, den leichten lauen Wind in meinem Gesicht, das Wasser), was rieche ich (das Meer,...), was schmecke ich?

Ich lasse das Wohlgefühl dieser angenehmen Vorstellung in meinem Körper zu, beobachte, wie sich dieses Wohlgefühl in mir ausbreitet und genieße.

Genau dasselbe kann ich mit anderen Begebenheiten machen (einer Bergtour, einem Waldspaziergang,...), was auch immer ich gerne mag und mir gut tut.

Bild: E.D. / pixelio

Online-Tools für das digitale Arbeiten: spannend, hilfreich, kostenlos

Neben den Web-Seminar-Anbietern haben sich mittlerweile eine ganze Reihe von Online-Tools etabliert, die einem Referierenden oder auch einem Verein eine große Hilfestellung leisten können.

Bild: Alexandra Koch / pixabay

- **Mentimeter:** Diese App aus Schweden konzentriert sich auch auf Online-Interaktionen im Bildungssektor, sodass Studierende, Schüler oder öffentliche Mitglieder Fragen anonym beantworten können. Diese Umfrage-Ergebnisse können in unterschiedlichster Art und Weise dargestellt und anschließend als Ergebnissicherung werden. Mit Mentimeter können Benutzer ihr Wissen oder Feedback in Echtzeit mit Präsentationen, Umfragen oder Brainstorming-Sitzungen in Klassen, Besprechungen, Versammlungen, Konferenzen und anderen Gruppenaktivitäten anonym teilen. Die Möglichkeiten der Fragestellungen sind recht vielfältig.
- **Padlet:** Diese App ist eine digitale Pinnwand, die es mehreren Benutzern gleichzeitig ermöglicht, diese zu benutzen und mit Inhalt zu füllen. So können z.B. bei einer Vereins-Vorstandssitzung Ergebnisse in Echtzeit von allen und für alle geclustert, gesichert und Arbeitsaufträge vergeben werden. Padlet erfordert - genau wie Mentimeter - eine Registrierung und bietet dann eingeschränkte aber völlig ausreichende Nutzungsmöglichkeiten. Die Teilnehmenden müssen sich bei beiden Apps nicht extra registrieren.
- **Google Jamboard:** Ein interaktives Online-Whiteboard, das sowohl für Web-Seminare als auch für Vereinssitzungen und alle anderen Zusammenkünfte im Internet genutzt werden kann. Eine Person muss sich via Google-Konto anmelden, danach haben alle Teilnehmenden über einen Link die Möglichkeit, das Whiteboard zu gestalten. Vielleicht eines der einfachsten und gewinnbringendsten Tools – und vollständig kostenlos.
- Weitere Tools sind beispielsweise: **Mysimpleshow** zum einfachen Erstellen von eigenen Erklärvideos, **LearningSnacks** (häppchenweises Lernen) zum Erstellen kurzer, interaktiver und motivierender Lerneinheiten für die Teilnehmenden. Auf der Webseite „ultimatesolver.com/de/zufall-gruppen“ lassen sich ganz leicht **zufällige Gruppeneinteilungen** generieren.



Online-Sprechstunde für DJK-Vereine

In diesem Jahr mussten viele Jahreshauptversammlungen abgesagt bzw. verschoben werden. Aus diesem Grund haben wir uns Alternativen überlegt, wie wir trotzdem mit unseren Vereinen in Kontakt bleiben können. Mitte des Jahres haben wir in einer großen Telefonaktion alle unsere Vereine kontaktiert. Wir wollten wissen: Wie geht es euch in der Corona-Krise? Welche Probleme ergeben sich dadurch für euren Verein? Wo braucht ihr Unterstützung? Zudem haben wir unsere Corona-Homevideos als Möglichkeit, auch von zu Hause aus weiter Sport zu treiben, vorgestellt und die Vereinsvertreter motiviert, selbst Videos zu drehen und diese ihren Mitgliedern zur Verfügung zu stellen.

Auch jetzt möchten wir unseren Vereinen gerne Möglichkeiten zur Vernetzung untereinander anbieten. Ende des Jahres starten wir deshalb unsere Online-Vereinssprechstunde. Die einstündigen Sitzungen sollen euch eine Plattform bieten, um miteinander über Themen ins Gespräch zu kommen, die euch aktuell unter den Nägeln brennen. Wie verwaltet ihr eure Mitglieder? Welche Zuschüsse können Vereine

beantragen? Welche Kursstunden sind bei den Mitgliedern besonders gefragt? Gibt es besonders engagierte und motivierte Übungsleiter, die vielleicht noch Kapazitäten für andere Vereine übrig haben? Wie kann Mitgliederakquise gelingen?

Nutzt die Möglichkeit, euch miteinander auszutauschen und profitiert vom großen, überregionalen DJK-Netzwerk. Ihr seid mit euren Problemen nicht allein!

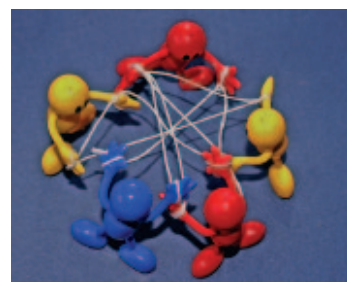


Bild: Stephanie Hofschläger / pixello

Termine und Zugangsdaten erhaltet ihr vorab von unserer Geschäftsstelle.

Arbeitshilfen „Nordic Walking“ und „Kinder stark machen“



Der DV Trier bietet seit Jahren sehr erfolgreich die Ausbildung „Walking to heaven-mit Nordic Walkingstöcken spirituell unterwegs“ an. Heuer veröffentlichte das Team der DJK-Bildungsreferenten das Konzept für die Qualifizierung von Menschen, die

sich gerne mit Gruppen in der Natur bewegen. So entstand eine Ausbildung mit dem Namen „Spirituelle DJK-Nordic-Walking-Instructor“.

Daneben gibt es die neue Broschüre „Kinder stark machen“. Kinder und Jugendliche werden in ihrem Selbstvertrauen und ihrer Konfliktfähigkeit durch den Sport gestärkt. Ihre Stärken werden unterstützt, ihre Schwächen realistisch eingeschätzt. So entwickeln sie eigene Positionen und

Werte, um bei Problemen auch „Nein“ sagen zu können. Diese Broschüre richtet sich an die Erwachsenen im Sport, die pädagogische Verantwortung für Kinder und Jugendliche tragen. Erwachsene sollen in ihrer Vorbildrolle gestärkt werden, denn der Sportverein ist ein wichtiger Teil der Lebenswelt und Orientierungspunkt für Heranwachsende. Die theoretischen Grundlagen dieser Broschüre und viele praktische Tipps bieten hierfür einen guten Zugang.



Zu bestellen sind die Arbeitshilfen beim DV Trier, unter info@djk-dv-trier.de oder telefonisch 0651/24040. Sie kosten 1 Euro pro Exemplar.

Ausbildung zum Vereinsmanager 2021

So wie das Leben in unserer Gesellschaft und an den Arbeitsplätzen immer komplexer und vielfältiger wird, so ist es auch im Sportverein.

- Zahlreiche rechtliche und steuerliche Anforderungen des Gesetzgebers sind von Vereinsseite zu erfüllen,
- im Umgang mit den Mitgliedern des Vereins ist es notwendig, eine persönliche Linie zu entwickeln, die Vereinsführung und Kameradschaft zusammenbringt,
- in der Vertretung des Vereins nach außen zu Spitzenverbänden des Sports, zu Behörden und zu den Medien ist es wichtig, das Profil des Vereins gut zu transportieren.

Wenn ihr euch fragt: „Was brauche ich denn, um diese Führungsaufgabe gut zu erledigen?“, dann haben wir hier die richtige Ausbildung für euch!

Die Ausbildung zum Vereinsmanager Lizenzstufe C wird vom BLSV für Führungspersonal und Nachwuchskräfte im Sportverein angeboten. Der DJK-Landesverband kooperiert in losen Abständen mit dem BLSV bei der Durchführung der Lehrgänge und bringt einige DJK-spezifische Aspekte ein.



Die nächste Ausbildungsphase findet vom 26.10. bis 1.11.2021 (Basismodule) statt. Aufbaumodule sind wahlweise als Präsenz- oder Onlineseminare buchbar (je nach Themenschwerpunkt). Weitere Informationen und Anmeldung an der DJK-Geschäftsstelle.

Bild: Stefan Bayer / pixelio

Genug Stoff für Geschichten

Am Rande von Augsburgs Textilviertel zu leben und zu arbeiten, hinterlässt auch bei einem DJK'ler wie mir Spuren. Auf der Suche nach diesen begleiteten mich der Stadtführer Peter Krauß und 17 weitere Interessierte. Das Wetter war für eine Radführung ideal – solange wir immer Schattenplätze fanden für die Stationen mit Erklärung.

Wussten Sie schon, dass viele Augsburger seit Fuggers Zeiten ihr Geld mit Textil verdienten? Das Weberhaus am Moritzplatz ist ein sehenswerter, aber stummer Zeuge einer wechselvollen Vergangenheit, aber wir konzentrierten uns heute auf das Gebiet im Osten der Stadt, das in den letzten zehn Jahren eine große Wertschätzung und -schöpfung erfahren hat. Augsburg galt Ende des 19. Jahrhunderts als das „Manchester Deutschlands“, das Zentrum der Textilverarbeitung. Spinnereien und Webereien, Färbereien, Stoffdruck und -veredelung schufen zeitweise über 17.000 Arbeitsplätze in der Stadt, die meisten davon im Gebiet Am Schäfflerbach, Herrenbach- und Wolf-ramviertel. Man merkt schon, dass die Nähe zu einer Vielzahl an Bächen und Lechkanälen wichtig war bei der Herstellung und Verarbeitung der Stoffe. Hierzu wusste Peter Krauß auch wertvolle Hintergründe zu den bekannten Wassertürmen, dem eigentlichen Wahrzeichen des neuen Weltkulturerbes.



Der Weg führte an Orten vorbei, die ehemals Fabriken mit Weltruf zierten wie die NAK, die Schüle'sche, die SWS, AKS, Martini sowie die vier Werke der SWA, von denen noch das Fabrikschloss und der Glaspalast erhalten sind. Aus den ehemals einfachen Arbeitersiedlungen wie im Kammgarn- oder Provi-antbachviertel sind mittlerweile trendige Lifestyle-Quartiere entstanden mit dem Flair vergangener Industriedenkmäler. Die soziale Frage, mit welcher Motivation damals die Unter-nehmer ihren Arbeitern Wohnung, Bade- und Kinderhaus zur Verfügung stellten, bleibt nicht außen vor. Wer allerdings am Ende des Kapitels „Textilindustrie in Augsburg“ als Gewinner da steht, ist nicht in den Reihen der Arbeiter zu suchen. Aber auch ein Textilzar wie Hans Glöggler ist gescheitert. Bemerkenswert sind auch zwei Augsburger Frauen: Anna Barbara Gignoux (1725-96) als erfolgreiche Kattunfabrikantin (!) und Sina Trinkwalder, die mit ihrer ökosozialen Textilfirma Manomama neue Wege einer ressourcenschonenden und menschenfreundlichen Fabrikation sucht.

Uli Krauß

Wie das Wasser in die Stadt kam

Eine Stadtführung der etwas anderen Art gab es am 4. Juli in der Augsburger Innenstadt. Den Wegen des Wassers folgend radelten die Teilnehmer der DJK-Wasserradführung vom Augustusbrunnen am Rathausplatz durch die Altstadt und den Siebentischwald zum Hochablass. Nach fast vier Monaten Corona-Lockdown die erste Veranstaltung des DJK-Sportverbandes: An der überwältigenden Teilnehmerzahl merkte man, dass der Durst auf Veranstaltungen groß ist. So konnten wir eine zusätzliche Nachmittagsführung anbieten, die auch sofort ausgebucht war.



Beginnend mit den drei Augsburger Prachtbrunnen (Augustus, Merkur und Herkules) erfuhren wir allerhand über die Fuggerschen Badeanstalten und die gewieften Tricks der Patrizier, günstig an Trinkwasser zu gelangen. Am Wasserrad verdeutlichte Stadtführerin Petra Kraft von AugsburgTours anschaulich, wie das Wasser sämtlichen Handwerkern Erleichterung im anstrengenden Arbeitsalltag bescherte. Dies führte dazu, dass die Augsburger Handwerkswaren in aller Welt begehrt und berühmt waren. Petra Kraft zeigte, wo Färber und Gerber ihre Abfälle ins Wasser leiteten und der Kuhdung entsorgt werden durfte. Dass nicht in den Kanal gepinkelt werden darf, da aus dem Wasser Bier gebraut wird, ist jedoch ein Märchen. Es gab in der Stadt klare Vorgaben, wo das Wasser für den Gerstensaft entnommen werden darf.

Heute sind die vielen Trinkwasserbrunnen in der Stadt nicht nur bei Touristen beliebt und die Bäche, Kanäle und Brunnen eine enorme Bereicherung für die Stadt. An der Stadtmetzg wurde mit durchfließendem Wasser das Fleisch gekühlt, so dass es drei Tage länger haltbar blieb: Ein Segen, der bis 1900 genutzt wurde. Die Kanäle und Ablässe in und um Augsburg bilden ein komplexes System, das mit dem Fahrrad in zwei Stunden gut abgefahren werden konnte. So verweilten wir am Mittleren und Hinteren Lech bei St. Ursula, wo wir lustige Geschichten über nacktbadende, durchs Kloster laufende Schwimmer erzählt bekamen. An den Wassertürmen am Roten Tor vorbei radelten wir in den Siebentischwald. An der Kreuzung Reichskanal, Siebenbrunner Bach und Zigeunerbach führten wir interessante Experimente durch, um die anschauliche Fließrichtung der verschiedenen Gewässer zu verdeutlichen. Das Wasserwerk am Hochablass und der Eiskanal bildeten das Ziel der kurzweiligen Führung.

Kerstin Mayer



Anna Felber, DJK Kempten und DJL

Mein Name ist Anna, ich bin 19 Jahre alt und komme aus Kempten im Allgäu. Im September bin ich für meine Ausbildung zur Ergotherapeutin ins schöne Bamberg gezogen, bis dahin war ich in der Volleyballmannschaft der DJK Kolping Kempten aktiv. Nun engagiere ich mich ehrenamtlich als Mitglied der Diözesanjugendleitung im DJK DV Augsburg.

Das letzte Jahr war für mich – wie wahrscheinlich für alle – eine neue Herausforderung. Nach einem unglaublich schönen Start Anfang Januar im Winterlager der DJK in Balderschwang, das wir alle glücklicherweise noch in vollen Zügen genießen konnten, wurde die Stimmung bereits wenige Wochen später von immer besorgniserregenderen Nachrichten getrübt.

Das anfangs noch so surreal wirkende Coronavirus wurde schnell zur bitteren Realität. Die Schulschließungen zwangen mich zuhause zu bleiben. In dieser Zeit war ich unglaublich dankbar für mein E-Book, unser Haus mit Garten und den Wald gleich um die Ecke, in dem ich jeden Tag joggen ging.

Mir blieb nichts anderes übrig, als die Situation zu akzeptieren – und dankbar zu sein dafür, dass Corona für mich „nur“ zuhause bleiben bedeutete, keinen Jobverlust und keine Sorgen um infizierte Familienangehörige oder Freunde. Ich verbrachte viele schöne Stunden mit meiner Familie, wir machten Spieleabende und gingen nach den ersten Lockerungen so viel Wandern wie noch nie zuvor. Die Natur gibt mir in dieser Zeit unglaublich viel positive Energie.

Die Sehnsucht nach meinen Volleyballmädels konnten wir durch Workouts per Videochat stillen, dennoch war die Freude riesig, als es im September wieder losging. Die Vereine waren natürlich nicht untätig geblieben, auch wenn vieles leider abgesagt werden musste, wie zum Beispiel das DJK Sommercamp in Regen oder die Jugendleiterausbildung in Nürnberg. Aber aufgeschoben ist natürlich nicht aufgehoben. Wir bleiben positiv und versuchen, das Beste aus der jetzigen Situation zu machen!



Vroni Kreuzer Jakob, DJK Breitenenthal

Als das erste Turnkind vorzeitig in die Ferien geschickt wurde, waren wir sehr irritiert. Fünf Tage später waren plötzlich alle Schulen dicht – und auch gemeinsamer Sport in der Halle war nicht mehr möglich. Wir hatten nicht einmal Gelegenheit, unsere Sportler persönlich über den Ausfall des Trainings zu informieren. In der Hochphase der Wettkampfvorbereitungen erfuhren wir, dass alle Wettkämpfe abgesagt sind.

Nach den Osterferien kamen die ersten Anfragen per Telefon und Whatsapp, wie und ob wir wieder starten können. Doch an Hallentraining war nicht zu denken. Um unsere Aktiven zu motivieren, stellten wir unseren Turnerinnen und Turnern Aufgaben per Instagram. Für die Erwachsenensportgruppen gab es Übungsvideos per WhatsApp. Später versuchten wir es auch per Livestream über YouTube und Zoom.

Als die ersten Gruppentrainings wieder möglich waren, machten wir unser Günstalstadion zur Turnhalle im Freien: Damit wir den geforderten Sicherheitsabstand für die begrenzten Gruppen einhalten konnten, waren wir gut eine Stunde vor dem Training mit dem Ausmessen und Abstecken beschäftigt. Doch der Aufwand hat sich gelohnt: Unsere Mitglieder waren so froh, wieder Sport machen zu können, dass wir im Schichtbetrieb arbeiten mussten, um allen die Teilnahme zu ermöglichen.

Die Rückkehr in die Turnhalle war ebenfalls eine Herausforderung – wir begannen mit den Wettkampfgruppen und den Erwachsenen mit großen Sicherheitsvorkehrungen, festen Trainingsbereichen auf Abstand, Desinfektion und Maskenpflicht. Alle waren bereit, die Regeln einzuhalten – und alle waren froh, wieder in unsere Halle zu dürfen, die wir so vermisst haben. Für den Start beim Kinderturnen und -Tanzen haben wir uns etwas länger Zeit gelassen und erst im Oktober angefangen – mit stark verkleinerten Trainingsgruppen und verkürzten Stunden.

Jetzt läuft alles – Gott sei Dank – wieder ganz gut. Unsere Turnabteilungsleiterinnen sind etwas entspannter und sehr erleichtert, dass uns die Mitglieder treu geblieben sind. Wir haben sogar neue dazu gewonnen. Weiter als bis Weihnachten planen wir vorerst nicht. Wir versuchen, die sich ändernden Vorschriften im Blick zu halten und stellen uns darauf ein, im Falle des Falles wieder auf Unterricht per Video umzustellen.



Doris Liebl, Sportwartin DV Augsburg

In der Zeit des Corona-Lockdowns haben sich mir vor allem zwei zentrale Fragen aufgetan: Wie wichtig sind mir soziale Kontakte? Und: Was fange ich mit so viel Freizeit an??? Am 13. März wurden alle meine Sportstunden abgesagt. Übers Wochenende habe ich über 120 meiner (Reha-) Sportteilnehmer/-innen angerufen. Viele Gespräche dauern länger, da die Teilnehmer sehr beunruhigt sind. Wann werden wir uns wieder treffen? Werden wir überleben? Mein Vorsatz: täglich zwei betagte oder allein lebende Personen anzurufen.

Anfang April hatte unsere DJK-Geschäftsstelle die gute Idee, kurze Sportvideos zu drehen. Bildungsreferentin und Kamerafrau Kerstin Mayer, mein Mann Christian und ich drehen sieben Kurzvideos mit Gymnastikanleitungen in unserem Wintergarten. Viele DJK-ler rufen und an und bedanken sich.

Ansonsten bin ich arbeitslos, da ich hauptberuflich im Rehasport tätig bin. Dafür sind das Haus und der Garten deutlicher gepflegt. Ich lerne täglich mindestens 90 Minuten Spanisch ein ganzes Lehrbuch in zwei Monaten! Mein Mann und ich unternehmen täglich- bei jedem Wetter- Fahrradtouren, nutzen das Trampolin im Garten und unsere Therabänder. Sobald es wieder erlaubt ist, verbringen wir viel Zeit damit, die Enkelkinder (1, 3 und 4 Jahre) zu bewegen und ich treffe mich wieder mit meiner zweisprachig aufgewachsenen Bekannten zur spanischen Konversation.

Mitte Juni sind Sportstunden wieder erlaubt. In unserer großen Vereinshalle ist es kein Problem, Abstand zu halten. Alle sind glücklich und dankbar, dass wir uns wieder zum Sport treffen dürfen. Jeder nimmt Rücksicht auf andere.



Isabella Zilling, DJK Don Bosco

Als Anfang dieses Jahres unsere Gymnastikdamen noch fröhlich Fasching gefeiert haben und der Abschlussabend des Griechischen Tanzkurses mit Musik und leckerem Büffet beschwingt und heiter veranstaltet wurde, hätte niemand von uns gedacht, dass dies für lange Zeit die letzten Feste unserer DJK Don Bosco waren.

Denn dann kam Corona, und alle Aktivitäten und Planungen waren von einem Tag auf den anderen auf Eis gelegt. Ab 15. März wurden die Turnhalle, das Schwimmbad und die Räume im Pfarrzentrum für den Sport gesperrt. Kein gemeinsames Training mehr, die gesellige Runde im Bierstübli gestrichen.

Die Zeit stand irgendwie still. Das Leben verlangsamt sich. Lockdown. Erlaubt waren nur Wege zur Arbeit, zum Einkaufen. Ansonsten sollte man zuhause bleiben.

Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen bestimmen unseren Alltag. Trotzdem erlebten wir auch schöne Beispiele von Solidarität, Zusammenhalt und Mutmachen in diesen Monaten des Stillstandes. Durchhalten war die Parole und die Hoffnung, gesund durch die Krise zu kommen.

Das war eine schwierige Zeit. Überlebt der Verein das, laufen die Mitglieder davon, wenn keine sportlichen Angebote mehr möglich sind? Diesen Fragen und Ängsten stellten sich uns. Im Vorstand erarbeiteten wir ein umfängliches Hygienekonzept und waren froh über die ersten Lockerungen.

Nun ist der Herbst da, Weihnachten steht vor der Tür, aber die Corona-Krise ist nicht verschwunden und nach einer zeitweisen Entspannung gehen die Inzidenzwerte aktuell wieder steil nach oben. Wir sind alle gezwungen zu lernen, mit dem Coronavirus zu leben, das wird sich auch im nächsten Jahr nicht ändern.

Wichtig ist es, nun neue Rituale für uns und unsere Lieben zu finden und füreinander da zu sein. Vielleicht gehen wir dann anschließend bewusster und gestärkter aus dieser harten Zeit. Damit dieses Virus wenigstens zu etwas gut war.

Landesjugendtag 2020

Von 25.09. – 27.09.2020 fand der diesjährige DJK Landesjugendtag im Haus der Jugend in Passau statt. Nach der Anreise der Gäste und einem gemeinsamen Abendessen eröffnete der stellvertretende Landesjugendleiter Daniel Bagatsch mit einem Grußwort den Landesjugendtag. Da in Corona-Zeiten alles ein bisschen anders abläuft, wurden zunächst die einzuhaltenden Hygiene- und Abstandsregeln besprochen. Die Delegationen der bayerischen DV's berichteten anschließend über ihr vergangenes Jahr im Ehrenamt. Viele Maßnahmen und Bildungsangebote mussten leider ausfallen oder neu konzipiert werden. Improvisation war gefragt: Sitzungen wurden online abgehalten, Veranstaltungen corona-tauglich durchgeführt und der Kontakt zu den Vereinen wurde über die sozialen Medien versucht aufrechtzuerhalten. Nach dem Bericht der Landesjugendleitung fand der erste Tagungstag beim gemütlichen Beisammensein seinen Ausklang.

Der Samstag startete mit einer kleinen Wallfahrt rund um das Haus. Leider meinte es das Wetter an diesem Wochenende nicht so gut, weshalb wir den tollen Ausblick auf die Drei-Flüsse-Stadt nur kurz genießen konnten. Zurück im Haus hielt der Präsident des DJK Landesverband Bayern, Edmund Mauser, sein Grußwort und bedankte sich bei den Delegierten für ihr ehrenamtliches Engagement. Im Anschluss erfolgte der Bericht von Samuel Brunkel, der die DJK Bundesjugendleitung vertritt. Ein weiterer Höhepunkt des Jugendtages war die Wahl der neuen Landesjugendleitung. Die bisherige Landesjugendleiterin Rebecca Mitlmeier (DV Würzburg) kandidierte nicht mehr für das Amt. Neu gewählt wurde Anita Schuller aus dem DV Eichstätt. Sie übernimmt zukünftig das Amt der Landesjugendleiterin. Florian Schenk (DV Passau) wurde als Landesjugendleiter wiedergewählt, genauso wie Daniel Bagatsch (DV Augsburg) und Patrizia Löw (DV Würzburg)



als stellvertretende/r Landesjugendleiter/in. Im Praxisteil stand das Thema „Prävention sexualisierter Gewalt“ auf dem Programm. Der Jugendbildungsreferent aus dem DV Würzburg Michael Hannawacker brachte die Delegierten mit dem Thema in Kontakt.

Im Anschluss an das Abendessen wurde Rebecca gebührend verabschiedet. Rebecca kann in ihren jungen Jahren bereits auf eine erfolgreiche ehrenamtliche Tätigkeit bei der DJK zurückblicken: So machte sie mit 16 Jahren die Ausbildung zur DJK Clubassistentin, von 2008 bis 2014 war sie Mitglied der Diözesanjugendleitung des DV Würzburg, von 2014 bis 2015 Mitglied der DJK Bundesjugendleitung und von 2014 – 2020 Landesjugendleiterin. Als Jugendleiterin hat sie sich besonders für die Durchführung von Jugendleiter- und Übungsleiterausbildungen stark gemacht. Rebecca war gut vernetzt mit anderen Jugendorganisationen und konnte viel Wissen und Erfahrung in die verbandliche Jugendarbeit einbringen. Edmund Mauser dankte ihr für die geleistete engagierte Mitarbeit und ihren Einsatz und überreichte ein Präsent des Landesverbands. Als sichtbares Zeichen der Wertschätzung und Anerkennung wurde Rebecca mit dem DJK-Ehrenzeichen in Silber ausgezeichnet. Für die Zukunft wünscht der DJK Landesverband, dir liebe Rebecca, vor allem Gesundheit, viele Erfolge im weiteren Leben und dass die Freundschaften, die während der Amtszeit entstanden sind lange dauerhaft sind. Wir hoffen, dass du der DJK weiterhin die Treue hältst und dass man sich in welcher Form auch immer wieder begegnet.



Am letzten Tagungstag tauschten sich die Delegierten über digitale Angebote aus und warfen einen Ausblick auf die Veranstaltungen im kommenden Jahr. In der Schlussrunde blickten die Anwesenden auf einen gut gelungenen Landesjugendtag zurück. Die Landesjugendleitung bedankt sich bei allen Teilnehmern, wünscht allen weiterhin viel Spaß und Erfolg für das nächste Jahr und freut sich jetzt schon auf den Jugendtag 2021 im Diözesanverband Augsburg.

Carina Hoffmann

Jugendleiterausbildung – leider ausgefallen

Auch die Ausbildung zum Jugendleiter ist heuer der Pandemie zum Opfer gefallen. Nachdem wir in den letzten Jahren immer wieder mit sinkenden Teilnehmerzahlen zu kämpfen hatten, konnten wir uns heuer über sage und schreibe 15 Anmeldungen freuen. Die Jugendherberge in Nürnberg stand schon in den Startlöchern und auch unsere Referenten waren heiß auf unsere neuen potenziellen Jugendleiter. Am Tag vor dem Ausbildungsstart stieg jedoch der Inzidenzwert der Coronainfektionen in Nürnberg über das kritische Maß. Schweren Herzens entschieden wir uns für die Absage. Wir hoffen jetzt umso mehr, dass wir nächstes Jahr wieder voll durchstarten können und am 06. und 07.11.2021 wieder viele Interessenten begrüßen dürfen. Ausschreibung und weitere Informationen folgen.

Meine erste Zeit als neue Landesgeschäftsführerin

Am 16. März – pünktlich zum Lockdown – habe ich meine neue Stelle als geschäftsführende Bildungsreferentin für den DJK Landesverband Bayern angetreten und die Büroräume im Gebäude der DJK Geschäftsstelle Augsburg bezogen. Dass meine Einarbeitungszeit nicht wie geplant stattfinden kann, war schnell klar. Die ersten Herausforderungen gab es bei der Einrichtung des Büros: Aufgrund von Corona kam die Büroeinrichtungsfirma nicht persönlich vorbei – so wurde das Vermessen des Büros zu einer meiner ersten Aufgaben. Die Lieferung der Büromöbel verzögerte sich und am schwierigsten gestaltete sich die Bestellung von Laptop & Co., in Zeiten von Homeoffice war es nahezu unmöglich schnell an geeignete Hardware zu kommen. Mitte Juni war die Einrichtung des Büros dann endlich abgeschlossen.

Nichtsdestotrotz konnte ich mich gut einarbeiten und die Strukturen des DJK Landesverbandes Bayern kennenlernen. Den Geschäftsstellen der Diözesanverbände Bamberg und München-Freising stattete ich einen Besuch ab, um einen Einblick in deren Arbeit zu bekommen. Besonders gefreut hat es mich, dass ich meinen Augsburger Kollegen helfen konnte, Theorie Teile der Übungsleiter-C-Lizenz online abzuhalten.

Ein weiteres Hauptaugenmerk in meinen ersten drei Monaten lag in den Vorbereitungen zur Eintragung des Landesverbandes in das Vereinsregister. Nach einigen Lockerungen konnte am 25.

Juli schließlich die erste Live-Präsidiumssitzung in Augsburg stattfinden, bei der ich die Präsidiumsmitglieder sowie die Jugendleitung des Landesverbandes persönlich kennenlernen durfte.

Ein Highlight war mit Sicherheit der Landesjugendtag Ende September in Passau, den ich gemeinsam mit der Landesjugendleitung organisieren durfte (*siehe meinen Beitrag links*).

Nun freue ich mich auf die kommenden Veranstaltungen. Trotz aller Anfangsschwierigkeiten macht mir meine Arbeit als geschäftsführende Bildungsreferentin beim DJK Landesverband Bayern sehr viel Spaß. Für die Zukunft hoffe ich, dass ich dem Landessportverband viele neue Impulse geben und die einzelnen Diözesanverbände sowie die Ehrenamtlichen gut unterstützen kann.



Carina Hoffman

DJK-Newcomer 2019: Fabian Kuppe

Der Ingolstädter Fabian Kuppe spielt in einer regulären Mannschaft mit der DJK Ingolstadt gemeinsam mit Hörenden, obwohl er selbst schwerhörig ist. Seinen bisher größten sportlichen Erfolg erreichte er in der Gehörlosen-Fußballnationalmannschaft. „Ich war sehr überrascht, als ich erfahren habe, dass ich zum Newcomer des Jahres gewählt wurde, und bin sehr stolz darauf! Das zeigt mir, dass ich auf einem guten Weg bin. Das alles wäre natürlich nicht ohne meine Trainer, Mitspieler, Freunde und Familie möglich gewesen. Deswegen möchte ich mich nochmal ganz herzlich bei ihnen allen bedanken“, sagt Fabian Kuppe. Der 20-jährige spielt seit seinem sechsten Lebensjahr Fußball. Zu den größten sportlichen Erfolgen des DJK-Newcomers zählt, dass er mit der Gehörlosen-Fußballnationalmannschaft 2019 in Griechenland Vize-Europameister geworden ist. „Ich war das erste Mal bei einem Turnier der Gehörlosen-Fußballnationalmannschaft dabei und spielte gleich als Stammspieler auf. Das war unbeschreiblich“, erinnert sich Fabian Kuppe. Mit der DJK Ingolstadt spielt er derzeit in der Kreisliga. Wenn Kuppe bei der DJK im Einsatz ist, müssen seine Mitspieler entweder sehr laut sprechen oder er liest ihnen von den Lippen ab. Zu seinen weiteren sportlichen Erfolgen gehört unter anderem das Erreichen der Endrunde der Oberbayerischen Meisterschaften mit der A-Jugend im Jahr 2018. DJK-Bundessportwartin Monika Bertram sagt: „Der Sportausschuss hat in seiner jährlichen Sitzung fünf Kandidaten aus den Bereichen Boxen,

Fußball, Leichtathletik und Tischtennis dem Wählerkreis bekanntgegeben. Fabian Kuppe konnte sich mit seiner herausragenden sportlichen Leistung gegen die Mitbewerber durchsetzen. Integration, das Miteinander von



Menschen mit und ohne Beeinträchtigung ist ein wesentlicher Bestandteil des DJK Sportverbands und gleichzeitig gelebte Sportpraxis unseres Newcomers. Wir hoffen, dass viele junge Menschen seinem Beispiel folgen und Freude am Sport in integrativen Mannschaften haben.“ Gewählt wird der „Newcomer des Jahres“ oder „das Team“ auf der jährlichen Tagung der DV/LV Sportwarte beziehungsweise bei der Bundesfachwartetagung. Er erhält ein Preisgeld in Höhe von 500 €. Fabian Kuppe sollte ursprünglich auf einer Jubiläumsveranstaltung des DJK-Sportverbands von den Bundessportwarten Monika Bertram und Jürgen Funke geehrt werden. Aufgrund der Corona-Krise musste diese Veranstaltung leider ausfallen. Die Verantwortlichen im DJK-Sportverband halten nach einem geeigneten Termin für die Preisverleihung Ausschau.

100 Jahre DJK

Der DJK-Sportverband blickt auf eine ereignisreiche hundertjährige Geschichte zurück. Am 16. September 1920 wurde die „Deutsche Jugendkraft“ in Würzburg gegründet. „Der Gründer unseres Sportverbands, Generalpräses Monsignore Carl Mosterts, prägte den Leitsatz ‚Sport um der Menschen willen‘, der heute und gerade in Zeiten von Covid-19 aktueller ist denn je. Die DJKlerInnen unterstützen sich durch verschiedenste Initiativen. Geistliche Impulse können Trost spenden. Der Sportbetrieb findet unter Auflagen wieder statt“, sagt DJK-Präsidentin Elsbeth Beha.

Carl Mosterts, der sich Anfang des 20. Jahrhunderts maßgeblich um die katholische Jugendbewegung verdient gemacht hat, übernimmt 1920 als Generalpräses die geistliche Führung. Der Verband erwächst aus der katholischen Jünglingsvereinigung und besteht zu Beginn nur aus männlichen Mitgliedern. Der organisierte Sportbetrieb findet in dieser Zeit konfessionsgebunden statt. Während der NS-Zeit wird die Deutsche Jugendkraft 1935 verboten und aufgelöst. Heute ist der DJK-Sportverband als Verband mit besonderen Aufgaben Mitglied des Deutschen Olympischen Sportbunds.

Seit der Gründung hat sich viel verändert, in der Spitze des Bundesverbands stehen mit Präsidentin Elsbeth Beha, der

geistlichen Bundesbeirätin Elisabeth Keilmann und der Generalsekretärin Stephanie Hofschlaeger drei Frauen. Digitalisierung und moderne Arbeitsformen haben lange Einzug in die Arbeit gefunden.

„Der DJK-Sportverband ist die Brücke zwischen Kirche und Sport. Glaube und Sport sind unsere Stärke. Unser Hauptaugenmerk gilt dem Breitensport, der Inklusion und Integration, dem Fairplay und Antidoping. Es ist uns wichtig, dass jeder gemäß unserem Jubiläumsmotto ‚Sein Bestes gibt‘, und dafür von uns respektiert und gewürdigt wird“, erklärt Elsbeth Beha. Das 100-jährige Jubiläum ist ein Grund, sich an Vergangenen und Gegenwärtigen zu erfreuen. Ein solcher Meilenstein heißt aber gewiss auch, den Blick in die Zukunft zu richten und voranzuschreiten“, so Beha.



DJK-Sportverband erhält die Sportplakette des Bundespräsidenten

In der Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen in Düsseldorf haben DJK-Präsidentin Elsbeth Beha und der Bundesjugendleiter der DJK Sportjugend Fabian Pieters für den DJK-Sportverband die Sportplakette des Bundespräsidenten entgegengenommen.

Die Ehrung übernahm Andrea Milz, die Staatssekretärin für Sport und Ehrenamt der Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen: „Nur dann, wenn sich gleichgesinnte und engagierte Menschen zusammenfinden, die sich für ihre gemeinsamen Ziele begeistern und diese mit Leidenschaft und Hingabe verfolgen, ist es möglich, einen Verband über einhundert Jahre mit Erfolg in die Zukunft zu führen. Denn es ist eine Gemeinschaftsleistung, die durch das unermüdliche und freiwillige Engagement von Vorstandsmitgliedern und Aktiven erbracht wird.“

2020 feiert der DJK-Sportverband sein hundertjähriges Bestehen. Die Sportplakette ist als staatliche Auszeichnung für Vereine oder Verbände bestimmt, die sich mindestens über 100 Jahre hinweg besondere Verdienste um Pflege und Entwicklung des Sports erworben haben und damit über 100 Jahre beständiges Engagement für ein lebendiges Gemeinschaftsleben erbracht haben. Es ist die höchste staatliche Auszeichnung für Sportvereine und -verbände. Zu den Gratulanten zählte der Präsident des Landessportbunds NRW Stefan Klett.

DJK-Präsidentin Elsbeth Beha sagte: „Ich danke allen DJKlerInnen bundesweit für ihr großes gesellschaftliches Engagement über Generationen hinweg, die vor und auch hinter den Kulissen zu einem attraktiven Verbandsleben beitragen.



vlnr.: DJK-Vizepräsident Verbandsentwicklung Volker Lemken, Präsident des Landessportbunds NRW Stefan Klett, Bundesjugendleiter der DJK Sportjugend Fabian Pieters, DJK-Vizepräsidentin Recht Stefani Groß, DJK-Präsidentin Elsbeth Beha, Staatssekretärin für Sport und Ehrenamt Andrea Milz
Fotoquelle: Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen

Seit 100 Jahren ist der DJK-Sportverband ein Treffpunkt des Sports, des Austauschs und des Miteinanders. Eine solche Lebensdauer ist nicht denkbar ohne das Engagement der Menschen in der DJK. Geben wir gemäß unserem Jubiläumsmotto unser Bestes, auch für die kommenden Jahre.“

Die Sportplakette des Bundespräsidenten ist auch ein Dankeschön an die unzähligen ehrenamtlichen Vereinsvorstände und TrainerInnen, MannschaftsbetreuerInnen und Vereinsorganisatoren, die durch ihren selbstlosen Einsatz dazu beigetragen haben, dass so viele Vereine in wechselvoller Geschichte 100 Jahre und älter geworden sind.

DJK bezieht Stellung zum alkoholfreien Sport

Martin Hinteregger: „Eine Kiste Bier nach dem Spiel schadet nie“

Langenfeld (25.09.2020). „Eine Kiste Bier nach dem Spiel schadet nie“, so lautete eine Äußerung von Profifußballer Martin Hinteregger in der neuesten Podcast-Folge „Eintracht vom Main“ (über Sky Sport Austria am 24.09.2020, 09:32). Dazu möchten der DJK-Sportverband und die DJK Sportjugend Stellung beziehen, denn Sport und Alkohol gehören nicht zusammen. Der Fußballprofi spricht im Podcast unter anderem über seine Liebe zum Eishockey-Sport und was ihm im Profigeschäft fehlt. „Was mich am meisten fasziniert hat neben dem Training war diese Kabine, was ich so ein bisschen vermisse im Profifußball. [...] Ich bin noch zwei Stunden in der Kabine gesessen [...] und habe es einfach genossen, [...], ein Bierchen zu trinken. [...] Das ist natürlich nicht möglich im Profifußball [...], aber das vermisse ich schon ein bisschen.“ Hinteregger sagt in dem Podcast: „Was macht ein Bier schon. Ich denke Cola ist viel schlimmer [...]. Ich denke eine Kiste Bier nach dem Spiel [...] schadet nie.“ Der Fußballprofi spielt in der Ersten Bundesliga bei Eintracht Frankfurt und ist österreichischer Nationalspieler. „Als Fußballspieler in der ersten Bundesliga und als Person des öffentlichen Lebens hat man immer auch Vorbildfunktion. Alkohol und Sport gehören nicht zusammen. Der DJK-Sportverband und die DJK Sportjugend haben im letzten Jahr ihre Zusammenarbeit mit der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) erneuert. Dazu gehört die Kampagne „Alkoholfrei Sport genießen“, die einen zentralen Bestandteil der Jugendarbeit darstellt. Alkohol verursacht in Deutschland bei einer großen Zahl von Menschen schwerwiegende gesundheitliche Probleme. Jedes Jahr sterben in Deutschland etwa 74.000 Menschen durch risikanten Alkoholkonsum oder durch den kombinierten Konsum

von Alkohol und Tabak. Der Weg in eine Suchterkrankung erfolgt oft schleichend und entwickelt sich über einen längeren Zeitraum. Grundsteine für eine Alkoholabhängigkeit können schon in der Kindheit oder frühen Jugend gelegt werden. Vor diesem Hintergrund ist die Aussage, dass eine Kiste Bier nach dem Spiel nie schade, ein absolutes NoGo. „Martin Hinteregger bestärkt ein solches Verhalten beziehungsweise verharmlost es“, so DJK-Präsidentin Elsbeth Beha. Der DJK-Sportverband und die DJK Sportjugend möchten für einen verantwortungsbewussten Umgang mit Alkohol sensibilisieren und eine klare Grenze zum Sport ziehen.



Hier geht es zur Aktion: www.alkoholfrei-sport-geniessen.de/ und www.kinderstarkmachen.de/suchtvorbeugung/sportverein/suchtvorbeugung-imsportverein/alkohol/

Dopingprävention

Wir stehen für sauberen Sport. Daher unterstützen wir alle zielführenden Aktivitäten in der Anti-Doping-Arbeit und engagieren uns in der Dopingprävention. Als Teil des Netzwerkes GEMEINSAM GEGEN DOPING vertreten wir Werte wie Fairplay und Chancengleichheit und setzen uns für die Gesundheit unserer Athletinnen und Athleten ein. Dazu arbeiten wir eng mit der Nationalen Anti Doping Agentur Deutschland (NADA) zusammen. Denn nur so können wir die positiven Werte des Sports schützen.

Im Rahmen von GEMEINSAM GEGEN DOPING bieten wir AthletINNEN, TrainerINNEN, Eltern sowie allen weiteren Interessierten wichtige Hilfestellungen für sauberen Sport an.



Online-Angebote auf www.gemeinsam-gegen-doping.de bieten Zugang zu wichtigen Hilfestellungen und umfangreiche Informationen für alle Zielgruppen.

Auf der Seite www.nada.de finden sich alle relevanten Informationen zum Regelwerk (NADA-Code) oder den Meldepflichten für Testpool-AthletINNEN.

Der GEMEINSAM GEGEN DOPING-e-Learning-Kurs zur Dopingprävention vermittelt umfangreiches Anti-Doping-Wissen in knapp 30 Minuten (App Down-Load im Playstore).

CCS

www.djk-ccs-augsburg.de

DJK Vereine im Westen ziehen an einem Strang

Fusion oder Verwaltungsgemeinschaft im Gespräch – „Es ist schon eine Besonderheit, die die beiden Vereine DJK Augsburg West und DJK Augsburg CCS verbindet“, erzählt Gerhard Groll, Pfarrer der Pfarreiengemeinschaft Kriegshaber mit etwas Stolz. „Es gibt nämlich keine zwei anderen DJK Vereine in Deutschland, die in ein und derselben Pfarrei beheimatet sind“, nämlich in dem Fall bei St. Thaddäus. Dies ist u.a. der Grund, warum die beiden Vereine nun an einem Tisch sitzen und über eine Zusammenarbeit sprechen. Beide Vereine haben ähnlich Probleme – die Gebiete von Oberhausen bis St. Thaddäus bzw. St. Thaddäus bis über die Bgm.-Ackermann-Str. sind riesig, beide Gebiete werden von einer multikulturellen Bevölkerung bewohnt, und beide Vereine kämpfen mit dem Problem der Ehrenamtlichkeit. Deshalb haben sich die Vorstände Artur Weidenbacher (DJK West) und Ludger Elfgen (DJK CCS) mit je drei Mitstreitern getroffen, um erste Gespräche über eine gemeinsame Zukunft zu führen. Wie diese aussehen wird, kann im Moment noch keiner abschätzen. Nach jetzigem Stand kommen jedoch nur eine Fusion oder eine Verwaltungsgemeinschaft in Betracht. „Wir sind auf einem sehr guten Weg“, so Ludger Elfgen. Die Chefs der Finanzen und der Verwaltung sind bereits in engem Austausch, um erste Anpassungen vorzunehmen, ein anderes Team sitzt über Satzungen und Geschäftsordnungen, um diese anzugleichen, weiter wird die Struktur und Organisationsform überarbeitet und natürlich das gemeinsame Sportprogramm durchleuchtet. „Ziel ist, den Synergie-Effekt der verschiedenen Fähigkeiten unserer Funktionäre zu nutzen und die DJK im Oberhausen/Kriegshaber wieder breiter aufzustellen“, so Artur Weidenbacher. Ein interessantes Projekt, das vielleicht auch ein Fingerzeig für andere Vereine werden kann. (CS)

LECHHAUSEN

www.djk-lechhausen.de

Ein Jahr voller Neuerungen

Auch in schwierigen Zeiten arbeiten wir, die DJK Augsburg-Lechhausen 1920 e.V., unermüdlich weiter. Dieses Jahr war für alle ein Jahr, in dem schlagartig viele Neuerungen auf uns zugekommen sind, mit denen wir umgehen mussten. Auch wenn die Corona-Krise mit den damit einhergehenden Beschränkungen auch bei uns präsent war, haben wir auf beeindruckende Weise gezeigt, dass wir wandelbar sind und uns auch von der Corona-Krise nicht stoppen lassen.

Daher haben wir uns dieses Jahr ganz besonders auf neue Baumaßnahmen fokussiert. Beispielsweise stellten wir neue Flutlichtanlagen für die Fußballjugend auf, so dass das Fußballfeld auch bei Dunkelheit gut beleuchtet ist. Weiterhin wurde die Sitzplatzdecke der Fußballjugend verschönert, und auf der Straßenseite Werbebanner angehängt.



Dieses Jahr ist ein ganz besonderes Jahr für uns: Im Jahr 1920 wurde unser Verein gegründet – damals waren wir ein Turnverein mit der Spezialisierung auf Faustball und Leichtathletik. Nach dem Verbot durch die Nationalsozialisten wurde der Verein erst 1956 neugegründet. Seitdem entwickeln wir uns stetig, Jahr für Jahr weiter und wachsen wieder kontinuierlich. Heuer im Jahr 2020 hätten wir unser hundertjähriges Jubiläum seit der ursprünglichen Gründung gefeiert. Aufgrund der aktuellen behördlichen Vorgaben zur Eindämmung des

Corona-Virus haben wir uns schweren Herzens entschlossen, unser Jubiläumsfestwochenende auf das nächste Jahr zu verschieben. Dafür haben wir als Termin den 17. bis 19. September 2021 geplant. Wir hoffen, dass wir unser wichtiges Fest ausgiebig und gebührend nachfeiern können und freuen uns jetzt schon drauf! Ein wichtiges Ereignis war der Bau



unserer neuen Tennis-Traglufthalle. Mit vielen Helfern wurde die alte Halle abgebaut und Anfang Mai mit dem Bau der neuen begonnen. Wir sind mächtig stolz darauf und haben uns entschlossen, ein kleines Helferfest für alle Beteiligten zu veranstalten. Am Samstag, den 12. September hat unser geistlicher Beirat Pfarrer Markus Bader unsere Halle kirchlich eingeweiht. Mit zu Gast waren dabei Peter Monz, der Vorsitzende der DJK Pfersee, Christian Liebl, der Präsident des DJK Diözesanverbandes, die Zweite Bürgermeisterin Martina Wild, der Vorsitzende der CSU Lechhausen Horst Hinterbrandner sowie der Landtagsabgeordnete und das langjährige Mitglied Johannes Hintersberger, der Dritte Bürgermeister und Vizepräsident des Bayerischen Landessportverbandes Bernd Kränzle und auch der geistl. Beirat unseres Verbandes Pfarrer Hubert Ratzinger. Insgesamt waren über 100 Mitglieder anwesend, die mit Abstand die Besten beim Helfen waren und trotz der geltenden Abstandsregelungen und Maskenpflicht auf dem Platz miteinander feiern konnten.





Weiterhin wurde uns die Ehre zuteil, dass unserem 1. Vorstand die höchste Ehrung des DJK Bundesverbandes, das Carl-Mosterts-Relief verliehen wurde! Solche Auszeichnungen bestärken uns Tag für Tag in unserer ehrenamtlichen Tätigkeit!

Alle unsere Vereinsaktivitäten lassen sich aktuell auf Facebook und auch Instagram nachverfolgen. Uns ist es wichtig, alle Interessierten auf dem Laufenden zu halten und auch über andere Abteilungen zu informieren. Beispielsweise haben wir zur Einweihung unseres neuen Instagram-Accounts eine Vorstellungsrunde gestartet, bei der pro Woche eine Abteilung vorgestellt wird. Dabei wird die Bandbreite unseres Vereines deutlich – mit 13 Abteilungen haben wir ganz schön was an Vielfalt zu bieten!

Wir blicken auf ein Jahr voller Verän-



Dieter Hallischafsky vor der neuen Halle

derungen zurück. Nicht immer waren diese positiv, wir vermissen immer noch schmerzlich unsere Zuschauer bei etlichen Fußballspielen, ohne die es einfach nicht dasselbe ist. Und dennoch blicken wir zuversichtlich nach vorne und hoffen auf ein ebenso erfolgreiches nächstes Jahr.

Herzliches Vergelt's Gott, Dieter Hallischafsky!

Ohne den laufenden persönlichen Einsatz von Dieter Hallischafsky, 1. Vorsitzender der DJK Augsburg-Lechhausen 1920 e.V., in allen Belangen des täglichen Vereinslebens, wären so große Projekte, wie die Gründung der Tennisabteilung 1972, über den Neubau des Sportgeländes 1985, bis hin zum Bau der Tennishalle 2020, nicht zu stemmen gewesen.

Hier ein kurzer Einblick seines jahrzehntelangen Engagements:

Dieter Hallischafsky ist seit 1970 bei der DJK Lechhausen aktiv und seit frühester Stunde eine treibende Kraft. Es waren damals eine Handvoll Mitstreiter, welche sich mit ihm fürs Tennisspielen begeisterten. Als „Tennisplatz“ diente ihnen der ehemalige Basketballplatz vor dem damaligen Jugendheim der Pfarrei St. Pankratius. Vor dem Spiel musste man zuerst die Pfosten und das Netz aus dem Keller holen und aufbauen. Anschließend konnte man auf dem Asphaltplatz unter den Basketballkörben spielen und nach einmaligem Gebrauch hatten die Tennisbälle keine Haare mehr. Dann baute der FC Wacker einen „richtigen“ Platz auf seinem Gelände neben dem Glaspalast. Doch dieser musste, aufgrund eines Grundstückverkaufes, nach einem Jahr wieder abgebaut werden.



Wie auf dem Foto zu erkennen ist, legt Dieter Hallischafsky gerne selbst Hand bei den Bauarbeiten an. Hier 1972 beim Bauder Tennisplätze.

Alles Material wurde eigenhändig nach Lechhausen geschleppt und es wurden hinter dem Grünen Kranz, neben dem Basketballplatz, zwei Tennisfelder gebaut. Das war die Geburtsstunde der Tennisabteilung der DJK Lechhausen. Dieter



1989 – Tennis mit ehem. Bürgermeister und Ehrenmitglied unseres Vereins, Ludwig Kotter

Hallischafsky gründete 1972 offiziell diese Abteilung und wurde gleichzeitig 2. Vorsitzender des Gesamtvereins. 1992 hatte diese Abteilung 600 Mitglieder. Er war 1985 ebenfalls die treibende Kraft beim Neubau des Sportgeländes an der Derchinger Straße mit nahezu 70.000 qm. Die Abteilungsführung gab er nach 20 Jahren im Jahr 1992 wieder ab, nachdem er die Fusion mit dem Nachbarverein DJK ULF in die Wege leitete und zum 1. Vorsitzenden des Gesamtvereins, mit heute 700 Mitgliedern in 11 Abteilungen, gewählt wurde. Während seiner Amtszeit wurden Dieter Hallischafsky zahlreiche Auszeichnungen und Ehrungen zu Teil.

Hier nur ein kleiner Auszug:

- die goldene Ehrennadel für Vereinsvorstände und die kommunale Verdienstmedaille der Stadt Augsburg
- Ehrennadel des bay. Tennis-Verbandes
- das Carl-Mosterts-Relief, die höchsten Auszeichnung des DJK Sportverbandes
- Verdienstnadel in Gold des bay. Landessportverbandes
- Ehrennadel für Verdienste im Sport von der bay. Staatsregierung
- bay. Ehrenamtspreis 2019.

Herzliches Vergelt's Gott, lieber Dieter.

Daniela Eisenhut, im Namen der DJK Augsburg-Lechhausen 1920 e.V.

MEMMINGEN

www.djk-memmingen.de

Abteilung Taekwon-Do

Am 8. Mai 1930 wurde die DJK Memmingen gegründet und ist seit dem Jahre 1950 Mitglied im Bayerischen Turnerbund (BTB) und dem Bayerischen Landessportverband (BLSV). Am 01.01.1983 trat der erste Abteilungsleiter (1983 – 2000) und langjährige Trainer der Abteilung Taekwon-Do, Harald Krüger, der DJK Memmingen bei und baute dort die Abteilung Taekwon-Do auf.

Lange Jahre war die Abteilung an den Taekwon-Do-Verband „Association of Taekwondo Black Belt in Europe“ unter Leitung des koreanischen Großmeisters Jeong Hum-Il angeschlossen, dem mehrere Taekwondo-Schulen in Baden-Württemberg (z. B. Ravensburg), angehörten.



Am 01.01.2001 wurde die Abteilungsleitung von Harald Krüger abgegeben und von Manfred Guggenmos übernommen. Im Juni verwirklichten unser langjähriges TKD-Mitglied, Trainer und stellv. Abteilungsleiter Markus Heigele, zusammen mit unserem TKD-Kollegen Mattias Merkle, einen gemeinsamen Traum: Sie eröffneten zusammen eine neue Kampfsportschule – „M-Sports-Academy“ – in Memmingen, Jägersdorfer Str.. In mehreren gemeinsamen Gesprächen wurden in Abstimmung mit der Vereins- und Abteilungsleitung mehrere Vereinbarungen getroffen, um eine Kooperation zwischen dem DJK SV Memmingen Ost e. V. und der neuen Kampfsportschule zu ermöglichen.

Interessant: Erst nach der Namensgebung („M“ für Mudo = Sammelbe-

griff für koreanische Kampfkünste) fiel auf, dass der Vorname aller Haupttrainer (Markus, Matthias, Mike, Martin und Manfred) mit „M“ beginnen, was dem Namen der Sportschule natürlich eine besondere Note verleiht. Drei der Trainer: Matthias, Martin und Manfred haben zudem den gleichen Beruf: Polizisten.

Die Ziele dieser Kooperationsvereinbarung liegen vor allem in der Erhaltung der gemeinschaftlichen Mitgliederstruktur, der Förderung des Sports im Sinne des Selbstverständnisses der DJK (Entfaltung des ganzen Menschen in seiner geistigen, seelischen und leiblichen Dimension) und vor allem in der Verbesserung der Trainingsbedingungen für alle Kampfsportfreunde.

Die neue, nach modernsten Standards konzipierte Kampfsportschule, verfügt über einen großen, mit Sportmatten ausgelegten Trainingsraum mit Spiegelwand, einen abgetrennten Theken- und Aufenthaltsraum mit Blick auf die Trainingshalle, sowie über funktionelle, geschlechtergetrennte Umkleide-, Dusch- und Sanitäreinrichtungen. Die unbefriedigenden Trainingsbedingungen in der veralteten Reichshainturnhalle gehörten somit der Vergangenheit an.

Neben dem bisherigen Taekwon-Do wird seitdem eine weitere Kampfsportart aus Südkorea – „Gongkwon Yusul“ – für alle Mitglieder angeboten: "Gongkwon" bedeutet "leere (unbewaffnete) Faust", "Yusul" bezeichnet "sanfte Kunst". Die "leere Faust" symbolisiert die harten Methoden wie Stöße, Schläge und Tritte etc., die "sanfte Kunst" hingegen die nachgiebigen Methoden wie Würfe, Gelenkhebel und Festlegen etc., die die Kraft des Gegners umlenken. Gongkwon Yusul umfasst deshalb alle Perspektiven eines waffenlosen Kampfsystems: Distanz-, Kontakt- und Bodenkampf.

Aktuell werden außerdem FitSY (Fitness, Selbstverteidigung, Yoga), Bra-



zilian Jiu-Jitsu und Yoga angeboten. Für Kinder von 4 – 6 Jahren gibt es die Drachenbande (Taekwondo) und die Lil Monkeys (Gongkwon-Yusul).

2015 fand ein Verbandswechsel zu Großmeister Chang Jae- Hee, 8. Dan, U-Chong TKD Schule in München statt.

Sonstige Infos: www.m-sports-mm.de und bei facebook unter: [msportsacademy](https://www.facebook.com/msportsacademy) oder Taekwondo-Memmingen



Interview mit Michael „Mike“ Mayer

Wie bist du zum Taekwondo gekommen?

Anfangen hat alles mit Leichtathletik bei der DJK Memmingen. Ich war früher schon ein sehr ambitionierter Sportler und in der Leichtathletik gab es nicht so viele Trainingseinheiten. Im Taekwondo hingegen konnte man fast jeden Tag trainieren. Deshalb habe ich damals 1985 die Abteilung gewechselt.

Wie hat sich deiner Meinung nach der Vereinssport in deiner Zeit als Sportler verändert?

Der Trend geht weg vom Leistungssport. Im Vordergrund stehen nun eher Themen wie Bewegung, Ausgleich, Koordination und Gesundheitssport. Zudem gibt es

immer mehr ältere Sportler.

Wie schafft ihr es Nachwuchs für euren Sport zu gewinnen?

Wir machen sehr viel Eigenwerbung und präsentieren uns gerne bei Veranstaltungen in der Nähe, z.B. mit Vorführungen. Außerdem gibt es auch Kooperationen mit der Feuerwehr, um unser Publikum zu erweitern.

Was macht für dich eine gelungene ehrenamtliche Vereinsarbeit aus?

Wir sind bei uns einfach ein super Team und verstehen uns alle sowohl privat als auch im Sportverein. Es ist für mich ein guter Ausgleich zu meinem Beruf. Ich lerne immer etwas Neues dazu und habe die Möglichkeit mein Training an die Teilnehmer anzupassen.

Wann gehst du nach dem Training mit einem guten Gefühl nach Hause?

Wie eben erwähnt: jeder sollte etwas Neues gelernt haben, keiner sollte verletzt sein und man sollte schon auch etwas Schweiß vergossen haben.

Was würdest du anderen Übungsleitern als Tipp mit auf den Weg geben?

Man sollte nie vergessen: Einmal Trainer, immer Schüler.

Michael Mayer wurde zusammen mit seinem Bruder Nicolaus Mayer, bereits am 01.01.1974, von seinen Eltern beim DJK Memmingen Ost e. V. angemeldet. 1985 starteten Mike und Nico Mayer ihr eTaekwon-Do-Karrieren als Weißgurte bei Harald Krüger und Großmeister Jeong, zunächst in der Turnhalle der Landwirtschaftsschule, später in der Reichshainschule, in Memmingen. Regelmäßiges hartes und intensives Taekwondotraining – nach altem koreanischen Stil – in Memmingen und Ravensburg ermöglichten 1989 die erfolgreiche Prüfung zum 1. DAN Schwarzgurt im Taekwon-Do. Aktuell trägt Mike nach der DAN-Prüfung im Dezember 2007 den 4. DAN Schwarzgurt und seit 2019 den 1. DAN Gongkwon-Yusul. Neben dem Übungsleiter C verfügt er auch über den Übungsleiter Prävention. Mike war lange Jahre Rechnungsführer der Abteilung Taekwon-Do.

NORD

www.djknord.net

Es ist nicht leicht, den Beitrag im SportPlus 2020 zu beginnen, ohne das zu erwähnen, was dem ganzen Jahr die „Krone“ aufgesetzt hat. Doch als die Welt noch pandemiemäßig weitgehend in Ordnung war, ließ sich das Jahr auch für uns ganz gut an.

So war es am 1. März genau ein Jahr, dass wir unser Sportangebot wieder in der Sportetage des Begegnungszentrums St. Franziskus der Gymnastik, Karate- und Tischtennisabteilung durchführen konnten. Die allermeisten der „Kinderkrankheiten“ sind ausgestanden, der Betrieb hat sich eingespielt. Und an die beengten Verhältnisse in unserem Ausweichquartier im Vereinsheim kann (und mag) sich niemand mehr erinnern. Im Vereinsheim hat sich seitdem auch einiges verändert – auch wenn das nicht besonders auffällt. So haben wir einige Führen mit Sperrmüll entsorgt und bereits teilweise renoviert. Der Gastraum ist neu geweißelt. Das war auch dringend notwendig, denn die Nutzung als Gymnastikraum hat ihre Spuren hinterlassen.

Auch rund um unser Freigelände haben wir einiges bereinigen können. So haben wir nicht mehr benötigte Reserveflächen an die Stadt Augsburg zurückgegeben. Diese Flächen können nun der „Firnhaberau Heide“ zugeschlagen werden – und wir sind einige Sorgen hinsichtlich Baum- und Geländepflege losgeworden.

Auch sportlich waren wir guter Dinge: unsere Mannschaften im Spielbetrieb, also Tischtennis und Basketball, waren kurz vor Saisonschluss sicher platziert: Die 1. Tischtennis-Mannschaft stand auf dem 2. Platz der Bezirksliga Nord mit großem Abstand zum Tabellendritten, die 2. Mannschaft hatte noch Chancen auf den 5. Platz in der Bezirksklasse B. Bei Basketball waren wir am sicheren 5. Platz, punktgleich mit dem 2.

Bei der Gymnastik ging alles seinen Gang: die Teilnehmerzahlen stiegen seit dem Umzug ins BGZ wieder an. Die Karateabteilung baute an neuen Angeboten zu „Mixed Martial Arts“. Die Boccia-Abteilung stieg in die Saison-



turnierplanung 2020 ein, die Fußballer aus der Faustballabteilung freuten sich auf die längeren Tage und warteten schon auf die Freiluftsaison – genauso die Tennisspieler. Und jetzt ist's doch soweit: Corona war zwar schon ein Begriff, allerdings war von den folgenden einschneidenden Maßnahmen, die unser aller soziales und wirtschaftliches Leben und Selbstverständnis beeinflussen sollten, noch nicht viel zu lesen und noch viel weniger zu spüren. Wenn jemand in der näheren Umgebung hustete, machte sich dennoch ein gewisses Unbehagen breit und die vielen What's App-Posts, Karikaturen und Videoclips hatten schon etwas vom „Pfeifen im Wald“, manchmal auch Galgenhumor und „hoffentlich wird es nicht zu uns kommen“.

„Denkste“ kann man nun sagen. Knall auf Fall mussten wir unseren kompletten Sportbetrieb einstellen, alle Termine im Spielbetrieb wurden abgesagt und alle hatten Verständnis dafür! Wie in der Politik war es vergleichsweise einfach, auf allen Kommunikationskanälen erstmal alle über das Runterfahren zu informieren. Die Ruhe war gespenstisch, manche fanden angenehm, dass „von oben“ alle Terminverpflichtungen erstmal ausgesetzt wurden: selbstgemachter Stress ade! Je länger dann aber die „Ruhe“ dauerte, desto mehr fehlte die Begegnung im Sportverein und anderen Gemeinschaften und man merkte, dass „social distancing“ keine dauerhafte Lösung für uns Menschen ist – auch wenn mit dem Begriff eigentlich eher das Einhalten einer räumlichen Distanz gemeint war.

Der Erfolg der getroffenen Maßnahmen und die Disziplin der Leute führten dann endlich zu einer stufenweisen Lockerung der Einschränkungen. Allerdings war das mit der Erstellung eines passenden (!) Hygienekonzepts, der Besorgung der „Corona-Klassiker“ Hand- und Flächen-

desinfektionsmittel, Einmalhandtücher, Einmalhandschuhen und dem Fabrizieren von verschiedensten Warn- und Hinweisschildern verbunden.

Tennis gehörte zu den ersten Sportarten, die an der frischen Luft ausgeübt werden durften. Die Erwartung, dass unsere beiden Plätze nun ausgebucht sein würden, hat allerdings getrogen. Ganz unaufgeregt lief der Betrieb wieder an.

Nach und nach und einige Versionen des Hygienekonzeptes später, sind nun alle Abteilungen wieder am Trainieren: die Fußballer der Faustballabteilung (!), die Tischtennisbegeisterten, die Gymnastik- und Karateleute im BGZ. Zuletzt konnten die Basketballer dank der letzten Infektionsschutzverordnung kurz vor den Ferien, den Trainingsbetrieb in der Schulturnhalle der MS Firnhaberau wieder aufnehmen. Damit verbunden war auch die Erlaubnis für ein Vollkontakt-Training in unserer Karateabteilung.

So nimmt nun fast alles wieder seinen aus früheren Jahren gewohnten Lauf: die Tischtennisspieler dürfen wieder Turniere austragen, die Basketballsaison ist durchgeplant – bei uns auch wieder mit einer Basketball-Minis-Mannschaft. Uli Häfeles Aufbauarbeit kann und muss sich nun also im Wettbewerb beweisen. Die Fußballer sind wieder im Winterquartier in der Turnhalle, die Tennisspieler nutzen die letzten warmen Herbstsonnenstrahlen auf unseren Plätzen. Im Training könnte man fast vergessen, dass „Corona“ ist – sobald aber der Trainingsraum verlassen wird, wird man durch die aufgesetzten Masken schmerzlich daran erinnert, dass noch lange nicht wieder alles so ist, wie es bis 2019 war. Wir folgen weiter unserem Motto „Begegnung braucht Bewegung“, ob mit oder ohne Maske.



Einen „schönen“ Nebeneffekt von Corona möchte ich aber zum Schluss noch erwähnen: Da unser traditioneller Erntedankgottesdienst in St. Franziskus aufgrund der Auflagen nicht auf dem Augsburger „Monte Sciutto“ stattfinden konnte, wurde kurzerhand unser DJK Nord-Freigelände zur Freilandkirche deklariert. Bei herrlichem Herbstwetter waren an die 180 Gottesdienstbesucher auf unserem Platz. Die Organisatoren und wir waren sehr zufrieden, und Wiederholungen sind nicht ausgeschlossen.

UNIVIERTEL
www.djk-univiertel.de

Wandern und Bergsteigen in Corona-Zeiten

Mit dem Lockdown war es um die Winteraktivitäten der PerPedes-Bergsteiger abrupt geschehen. Noch am 14. März konnten die Schneeschuhgänger eine wunderbare Tour im Kleinwalsertal auf das 2039m hohe Grünhorn genießen. Zwei Tage später war es für uns wie der Rest Österreichs nicht mehr erreichbar. Die Grenze war zu. Wenige Tage später versank auch ganz Bayern in einen verordneten Dornröschenschlaf.

Erlaubt war Bewegung an der frischen Luft und damit natürlich auch Bergsteigen, aber halt nur allein. Mit anderen Worten: Leute, die gerne ihrem Sport gemeinsam nachgehen, waren erstmal ausgebremst. Die ersten Frühlingsaktivitäten mussten abgesagt werden. An sich ärgerlich, denn die Experten waren sich ja einig, dass gerade Bewegung an der frischen Luft das Immunsystem am besten stärkt. Und wo, wenn nicht in den Bergen, lassen sich notwendige Abstände meist problemlos einhalten?

Da Hallensport bis auf wenige Ausnahmen so schnell nicht in Frage kam, war klar, dass PerPedes die erste Gruppe im DJK Univiertel sein würde, die bei den ersten Lockerungen wieder aktiv werden würde.

Mit dem **Tegelbergsteig** wurde am 17. Mai gleich mal ein durchaus anspruchsvoller Klettersteig der Kategorie C begangen. Freilich mit reduzierter Personenzahl und mit auf maximal zwei Haushalte beschränkten Fahrge-meinschaften.



Coronabedingt hatte somit auch der Umweltschutz das Nachsehen, was sich an übervollen Parkplätzen und zugeparkten Randstreifen entlang der Zufahrtsstraßen zeigte. Eine Blütezeit der Straßenzettel. Aber auch achtlos weggeworfene Einmalmasken, Einmalhandschuhe und andere Einwegartikel säumten die Wanderwege. Alles nur Kollateralschäden? Oder waren das schon Auswirkungen der Pandemiefolgen, die alles Soziale



in den Hintergrund treten lassen? Wer weiß das schon? - Die Bergsteiger von PerPedes aber wussten, was sie wollten: gemeinsam in die Berge. Und so folgte als nächstes ein Grundkurs fürs Klettersteiggehen – wieder am Tegelberg, aber auf dem einfacheren Gelbe-Wand-Steig. Immerhin hat der als kleine Mutprobe auch eine recht wackelige Seilbrücke im Repertoire.



Dann wurde es wieder spannend. Denn lange Zeit war unklar, ob und unter welchen Bedingungen die Berghütten wieder Übernachtungsgäste aufnehmen dürfen. Und als Highlight des Jahres war Anfang August nach einer Übernachtung auf der Augsburger Hütte die **Parseierspitze** geplant, den mit 3036m höchsten Berg der Lechtaler Alpen. Welche Vorfreude machte sich breit, als klar wurde, dass das klappen könnte. Natürlich wieder unter wahrlich erschwerten Bedingungen. Denn zusätzlich zum normalen Gepäck mussten Schlafsack, Leintuch und Kissenbezug mitgenommen werden. Der eine oder andere hat sich dann halt notgedrungen für einen größeren Rucksack entschieden. Geht alles, kostet nur Kraft. Dann holte uns auch noch das normale Bergsteigerleben wieder ein, genauer: die Sorge ums Wetter, denn ausgerechnet für die beiden vorgesehenen Tage war der Wetterbericht besonders schlecht. Hilft alles nichts, also noch früher als ursprünglich geplant aufgestanden, ein Pickerl gekauft und zügig mit den schweren Rucksäcken losgezogen, damit der Gipfel nach 2000 Höhenmetern noch am ersten Tag erstiegen werden konnte.

Wer wagt gewinnt. Wieder einmal wurde ein Sprichwort tatsächlich wahr. Weder auf dem kleinen Klettersteig durch die Gasillschlucht, noch auf dem noch kleineren Grinner Ferner und gottseidank erst recht nicht auf dem steilen und brüchigen Schlussanstieg zum Gipfel kam der angesagte Wettersturz.



Zwar war die Sicht direkt am Gipfel ein wenig beschränkt; der Weltuntergang kam aber erst, als wir gemütlich auf der Hütte beim Abendessen saßen. Es gewitterte und regnete so stark, dass wir es kaum glauben konnten, dass uns der nächste Tag trocken empfing. So wurde noch zügig der 2945m hohe **Gatschkopf** bestiegen. Beim Hüttenabstieg zeigten uns dann die Naturgewalten aber dann doch, dass aus einem unscheinbaren Bächlein schnell eine reißende Flut entstehen kann. Und so erlebten wir eine durchweg spannende Tour, die uns aber auch viel an Kondition und Konzentration abverlangte.

Und auch das Wandern erfreute sich schnell wieder großer Beliebtheit.

Wanderführer Michael Leimböck organisierte eine Wanderung vom Alpsee auf die Bieler Höhe mit acht begeisterten Teilnehmern. Und die Bergsteiger schoben noch eine Zusatzwanderung auf den **Hohen Ifen** im Kleinwalsertal ein. Angesichts großer Hitze starteten wir zu siebt recht früh und wurden durch erträgliche Temperaturen und eine fantastische Rundschau belohnt. Wer wollte, bekam als Zugabe sogar noch einen weiteren Gipfel geschenkt.

Im Herbst kam ich dann als frisch geprüfter Trainer B – Klettersteig aus Arco bzw. der Brenta zurück und wollte natürlich meine neuen Kenntnisse gleich am Salewa-Klettersteig umsetzen. Doch diesmal war es nicht Corona, das uns einen Strich durch die Rechnung machte, sondern ein heftiger Wintereinbruch. 40cm Neuschnee, teils auch mehr - das Drahtseil nicht einmal überall zu sehen. Was bleibt anderes übrig, als den wunderschönen Vorwintertag einfach trotzdem zu genießen. Und so gelangten wir in bester Luft, bei schönstem Schnee und schönster Sonne über den Normalweg auf den Iseler, 1876 m, und genossen die wunderbare Rundschau.

Und das war's noch nicht. Am 3.10. gelang uns zu siebt bei schlechter Wettervorhersage (6° und Dauerregen) eine bis über den Gipfel hinaus sonnige Tour. Der Anstieg im Wald war allerdings aufgrund des Föhnsturms durchaus eine psychische Herausforderung, denn es krachte bisweilen laut vernehmlich und der eine oder andere Ast oder Baum blieb nicht an seinem Platz. Weiter oben erprobte der Sturm aber nur unsere Standfestigkeit und mit dem Zusammenbruch des Föns war er schlagartig weg. Dafür begleitete uns ein immer heftiger werdender Regen





die letzten eineinhalb Stunden ins Tal. Das tat der guten Stimmung aber keinen Abbruch.

verzicht. Wir müssen abwarten, unter welchen Bedingungen Touren möglich sind und uns an die Gegebenheiten anpassen. Dann wird immer das eine oder andere möglich sein. Vielleicht wird sich nicht jedes Ziel verwirklichen lassen, vielleicht ist nicht jede Gruppengröße möglich. Aber das eine oder andere wird machbar sein. Und das machen wir dann auch. Wer Freude am Tun hat, der bleibt schließlich auch in aller Regel gesund. Und wer jetzt bei der Lektüre Lust aufs Mitgehen bekommen hat, kann sich gerne in unseren E-Mail Verteiler aufnehmen lassen und sich schon auf ein attraktives Tourenprogramm für 2021 freuen. Die Kontaktadresse findet ihr auf unserer Homepage <https://www.djk-univiertel.de/index.php/sportangebote/fitness/per-pedes>.

Claus Pätz



Eigentlich ist es kaum zu glauben: Trotz aller Beschränkungen mussten überhaupt tatsächlich nur zwei Wanderungen ausfallen. Als Ersatz ergab sich sogar der eine oder andere Zusatztermin. Jede Art von Tour, sei es Wanderung, Bergtour oder Klettersteig, ließ sich unter den jeweils geltenden Regeln durchführen. Warum auch nicht? Bergsteigen hat schon immer bedeutet, mit Gefahren umzugehen. Bei Steinschlaggefahr gehört ein Helm ins Gepäck, im winterlichen Gebirge die entsprechende Lawinenausrüstung und bei Corona nimmt man halt Maske und Desinfektionsmittel mit.

Wie wird es weiter gehen? Was passiert bei einer zweiten und dritten Welle? Für mich ist die Antwort klar. Wir können nicht vorsichtshalber auf alles

WEST

www.djk-west-fussball.de

Noch ist nicht alles Gold, was glänzt!

Am 15. Juli wurde unserer Fußballabteilung ein neues Funktionsgebäude übergeben. Der lange Weg unseres Umzugs seit Oktober 2019, noch im laufenden Spielbetrieb, war sehr steinig und anstrengend.

Dass da nochmals ein großes Dankeschön an alle Beteiligten, allen voran an unsere ehrenamtlichen Mitglieder, kommen muss, sehe ich als

selbstverständlich. Alle Abteilungen sind sehr diszipliniert und geduldig mit Corona umgegangen und werden das wohl noch einige Zeit aushalten müssen. Was für alle nicht immer einfach ist. Die Fußballer sind jetzt wieder voll im Trainingsbetrieb, natürlich unter Einhaltung der Hygienevorschriften.

Mit den noch offenen Baustellen kommen jetzt schon Gegenüberstellungen von Vor – und Nachteilen zwischen unserem Vereinssitz der Fußballer an der Schönbachstraße und dem Vereinssitz Meierweg auf. Das strengt an!

Wir hoffen auf einen schnellen Beginn des zweiten Bauabschnitts. Danach kann dann die Gestaltung und Einrichtung für unsere Familien und Kleinkinder umgesetzt werden, sodass auch dort wieder Familien am Vereinsleben teilnehmen können. Eine Baustraße wird den Platz für Kinder noch beeinträchtigen. Es wäre toll, wenn an den Wochenenden während der Spiele der Herren unsere Kleinen unter Aufsicht, ohne zusätzliche Kosten, auf den Platz dürfen.

Wir wollen auch kein Übernahmeverein werden, sondern eher ein Verein mit einem zukunftsorientierten Blick nach Vorne, und wir wollen in sportlicher und wirtschaftlicher Zusammenarbeit mit anderen Vereinen kooperieren. Kooperationsgespräche mit der DJK CCS finden bereits statt, die sich dazu ausführlich in unserer DJK Zeitung vorstellt.

Die Kunstrasenplätze sind toll, deshalb haben wir auch Neider, die vergessen haben, dass wir bereits viele Jahrzehnte erfolgreiche, ehrenamtliche Arbeit unter sehr schweren Voraussetzungen geleistet haben. Deshalb haben wir das auch verdient! Viele wissen auch nicht, dass die DJK einen großen finanziellen Teil für



die Funktionsräume inklusive der dazugehörigen Technik für das Grundstück und für die Baumpflege tragen muss. Zudem werden die Funktionsräume vom FCA und hoffentlich bald auch vom Stadtjugendring mitgenutzt, auch dort ist die DJK für die Pflege mitverantwortlich.

Nicht zu vergessen alle ehrenamtlichen Arbeiten, wie zum Beispiel: Platzpflege, Parkplatz und Grünpflege. Auch kleine Vereine haben mit immer steigenden Kosten zu kämpfen.

Am teuersten kommen uns die Buchungen für den Trainings- und Spielbetrieb. Hier wird immer wieder nachgerechnet, damit wir hoffentlich keine Trainingsstunden stornieren müssen. Es bleibt schwierig! Umso mehr sind wir auf unsere Sponsoren angewiesen. Es geht dabei nicht darum, mit der Unterstützung wirtschaftliche Zwecke zu verfolgen. Wichtig sind die Mittel, um unsere Ziele mit unserer Verantwortung langfristig zahlbar zu halten und den Kindern in

unserem Stadtteil mit unserem sozialen Engagement eine Art zweites Zuhause und einen Ort der Begegnung zu bieten. Unser besonderer Dank an dieser Stelle geht an die Stadtparkasse Augsburg, den Diözesanverband der DJK, dem BLSV für Stützpunktförderung und an die Stadt Augsburg.



Andi Luthe und die DJK West

Ab dem 1.10.20 übernimmt die DJK Augsburg West unter der Leitung unseres Jugendleiters Christian Stahl die Trägerschaft des Integrationsprojekts „Fremd wird Freund“. Das Projekt wurde 2015 von den Profispielern Andreas Luthe und Jonas Ermes gegründet. Bündnispartner sind der FC Augsburg, der Stadtjugendring und die deutsche Kinder und Jugendstiftung in Berlin.

„Fremd wird Freund“ ist ein interkulturelles Fußballprojekt, das spielerisch Brücken zwischen Kindern unterschiedlicher Herkunft bauen soll. Wöchentlich laden wir an unserem Standort am Meierweg Kinder im Alter von 6 bis 14 Jahren zu unserem offenen, niedrigschwelligen Fußballangebot ein. Der Fokus liegt dabei auf der Vermittlung sozialer Kompetenzen sowie der Schaffung einer Begegnungsstätte, „Fremd wird Freund“ ist seit März 2017 Teil des bundesweiten Programmes „Willkommen im Fußball“ und findet in Kooperation mit dem FC Augsburg statt.



„Diözesanverband fördert Vereine“

– eigentlich keine Schlagzeile, die Aufmerksamkeit erzielen sollte. Denn die Förderung der Mitglieder gehört zum Grundauftrag eines Verbandes und seiner Gliederungen. Trotzdem, liebe Verantwortliche in den Vereinen, beachten Sie die aufgeführten Möglichkeiten, denn hier ist bares Geld zu holen.

„Gute Arbeit zahlt sich aus!“

Durch den DJK-Beitrag unterstützen die Mitglieder die übergeordneten Aktionen und Leistungen des DJK-Verbandes. Für engagierte Vereine, welche die Ziele des Verbandes in besonderer Weise umsetzen, gibt es eine Möglichkeit, Zuschüsse zu erhalten, sei es vom DJK-Verband auf Diözesan-, Landes- und Bundesebene oder von der Bischöflichen Finanzkammer der Diözese Augsburg (z.B. für Baumaßnahmen).

Zuschussfähig sind unter anderem:

- Aktionen zur Mitarbeitergewinnung im Kinder- und Jugendbereich
- Aktionen zum Thema Glaube und Selbstentfaltung (z.B. Wallfahrten, Bergmessen...)
- Qualifizierungsmaßnahmen für die DJK-Vereinsführung (Vereinsmanager) und die Ausbildung zum DJK-Übungsleiter und -Assistenten.
- Initiativen aus dem Bereich Sport und Gesellschaft (Senioren, Familien, Spielfeste, Familienaktionen...)

Unser Konzept: Fördertopf

Die Fördertöpfe des DJK Diözesanverbandes Augsburg werden durch nicht ausgeschöpfte Etatmittel gespeist. Anträge können Sie – vor und nach der jeweiligen Aktion – bis zum 30. September jeden Jahres an den Verband stellen. Sie sollten dokumentiert und begründet sein. Vereinsübergreifende Maßnahmen und die Verbindung mehrerer Ziele werden besonders honoriert. Wenn Sie nähere Informationen benötigen, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle des DJK DV Augsburg (Kontakt siehe Impressum Seite 50).

Uli Krauß

Ehrungen, Jubiläen, Geburtstage & Gedenken

Unter dieser Rubrik – trotz aller Unvollständigkeit & stellvertretend – freuen wir uns mit allen Geburtstags“kindern“ sowie Geehrten und gedenken der Verstorbenen im DJK-Diözesanverband

Wir gratulieren ganz herzlich ...

... zur Ehrennadel in Bronze:

Tobias Reiner (DJK Kolping Kempten)

... Carl-Mosterts-Relief:

Dieter Hallischafsky (DJK Augsburg Lechhausen)

... zum Geburtstag:

70.: Vroni Kreuzer-Jakob (DJK Breienthal)

60.: Doris Liebl und Klaus Egger

50.: Roland Weber

40.: Kerstin Mayer

Unserem Bischof Dr. Betram Meier gratulieren wir recht herzlich zu seinem 60. Geburtstag und zu seiner Ernennung.

Wir trauern im stillen und ehrenden Gedenken um alle DJK'lerInnen, die im vergangenen Jahr verstorben sind. Wir sind dankbar für die gemeinsamen Jahre und die wertvollen Dienste, die sie für die DJK-Gemeinschaft erbracht haben.

Insbesondere trauern wir um

***26.12.1934 †19.07.2020 Franz Wetzstein**

Ehrenmitglied DJK Göggingen, Träger der goldenen Jugendleiter-Verdienstnadel

***04.01.1956 †10.08.2020 Susi Bolik**

Ehem. Vorstandsmitglied und Übungsleiterin DJK Pfersee



IMPRESSUM

SPORTplus	Offizielles Organ des DJK-Diözesanverbandes Augsburg für Verantwortliche und Mitarbeiter in der DJK
Herausgeber	DJK Diözesanverband Augsburg, Don-Bosco-Platz 3, 86161 Augsburg, Tel.: 08 21 / 55 53 53, info@djkdv-augsburg.de, www.djkdv-augsburg.de
Redaktion	Kerstin Mayer
Mitarbeiter	Herzlichen Dank an alle, die mit Bild oder Bericht zum Gelingen dieser Ausgabe beigetragen haben.
Auflage	900 Exemplare
Satz	k+k-PR GmbH, Wolfgang Klingauf, Von-Rad-Straße 5 f, 86157 Augsburg, Tel.: 08 21 / 52 46 93, info@kk-pr.de, www.kk-pr.de
Druck	Pinus Druck, Frauentorstraße 4, 86152 Augsburg, Tel.: 08 21 / 51 33 31, info@pinusdruck.de, www.pinusdruck.de
V.i.S.d.P.	Soweit die Artikel nicht anders gekennzeichnet sind, zeichnet die Redaktion für den Inhalt verantwortlich.



Wir suchen Dich!

Du bist...

• **MOTIVIERT**

Du bringst Dich gerne mit ein und möchtest neue Ideen entwickeln und auch umsetzen.

• **TEAMPLAYER**

Team ist für dich nichts Neues. Du bist gerne in Gesellschaft und immer offen für neue Kontakte

• **INNOVATIV**

Wir wollen den Sportverband voranbringen. Du bist mit deinem Herzblut auf dem Weg in die Zukunft dabei.

Ehrenamtliche Macher (w/m/d)

für die Mitarbeit im DJK-Diözesanpräsidium

Begleite den DJK-Diözesanverband gemeinsam mit einem tollen Team aus ehrenamtlichen und hauptberuflichen MitarbeiterInnen in die Zukunft!

Plane und entwickle mit uns neue Veranstaltungen und hilf mit, unsere 29 DJK-Vereine bei ihrer Arbeit zu unterstützen, wenn es darum geht, unsere drei Säulen Sport, Gemeinschaft und Glaube zu vermitteln und zu leben.

Voraussetzung: etwas **Zeit** für gemeinsame-Sitzungen (4mal jährlich), und Veranstaltungen + **Spaß** am gemeinsamen Arbeiten und an der Weiterentwicklung des DJK-Diözesanverbandes. **Kontaktfreude** und **Kommunikation** sind auch hilfreich bei der Begleitung

Bewirb dich jetzt!

FAIR HANDELN

Du bist *fair* zu deinem Gegner, indem du ausschließlich mit ehrlichen Mitteln ohne Manipulation deinen Sport ausübst. Dabei bist du ehrlich zu dir selbst und den anderen gegenüber. Du bist dir bewusst, dass dein Sport, Spiel und Wettkampf ohne den gegnerischen Partner nicht möglich wäre.

RESPEKT ZEIGEN

Du bist *respektvoll* deinem Gegner, deinem Trainer und dem Schiedsgericht gegenüber, indem du dies in Wort und Gestik im Training und vor, während und nach dem Wettkampf ausdrückst. Hierzu können eine respektvolle Begrüßung und Verabschiedung im Wettkampf gehören.

LEISTUNG ERBRINGEN

Du *strebst* danach, deine beste Leistung zu erbringen. Du erkennst die Leistungen anderer an und suchst bei eigenen schlechten Leistungen keine falschen Begründungen.

HILFE BEREITSTELLEN

Du bist *hilfsbereit* jedem gegenüber. Dies ist unabhängig von dessen Leistung und Status. Du bemühst dich darum, neue Sportler in die Gruppe zu integrieren und hilfst ihnen nach deinen Möglichkeiten bei der Sportausübung.

VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

Du *zeigst* Verantwortung für dich und die Menschen in deinem sportlichen Umfeld durch Ernsthaftigkeit, Pünktlichkeit und Disziplin. Gerade in schwierigen Situationen zeigst du Selbstbeherrschung und bist dir dieser Verantwortung bewusst.

KRITIKFÄHIG SEIN

Du bist *selbstkritisch*, indem du dich bemühst, mit Kritik angemessen umzugehen. Kritik empfindest du als Vorschlag und Impuls für dein Verhalten. Deine Kritik anderen gegenüber äusserst du respektvoll und ehrlich.

WÜRDE ACHTEN

Du *wertschätzt* die Würde des Menschen, wenn du fair bist und dich respektvoll verhältst, wenn du dir deiner Verantwortung bewusst bist und Hilfe bereitstellst, wenn du besonnen Kritik äusserst und im Leistungsstreben dein Gegenüber achtest.

WERTE leben im SPORT

