

Ausgabe 02 | 2020

Münchner  
**SPORTJUGEND**

# **MSJ-MAGAZIN**

*Für die Jugendarbeit im Sport.*



**Ein Dutzend Sportarten in München,  
die du noch nicht kennst**



**Plakatkampagne:  
Prävention sexualisierter Gewalt**



**Im Interview:  
Christina Dietrich über Softball**

# MSJ-Zuschüsse DIGITAL beantragen

Mitmachen – Zeit sparen – Umwelt schonen



Antragsformular online ausfüllen, Dokumente hochladen, online unterschreiben und per Mausklick an die Münchner Sportjugend schicken.

Wir bearbeiten die Anträge papierlos und schicken Ihnen den Bescheid digital per Mail!

Jetzt loslegen und Fördergelder für Ihre Vereinsjugend sichern auf:

Klick dich rein!

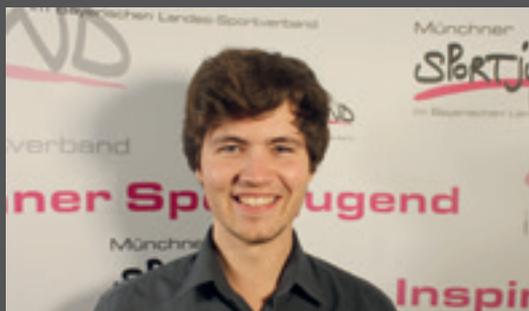
[www.msj.de](http://www.msj.de)



Münchner

**SPORTJUGEND**

im Bayerischen Landes-Sportverband



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Sportbegeisterte,

aktuell fällt es wirklich nicht leicht daran zu glauben, dass es wieder eine Normalität geben wird. Und wie wird diese neue Normalität dann aussehen?

Klar ist, dass der organisierte Sport in München vom Einsatz und der Begeisterung vieler tausender Menschen lebt. Aber natürlich lebt er auch vom Zusammenhalt und dem Rückhalt, wenn schwere Zeiten durchzustehen sind. Aus meiner Sicht liegen in keinem anderen Bereich Beruf und Berufung so nahe beisammen wie im Sport.

Was Sportlerinnen und Sportler, ehrenamtliche und hauptberufliche Trainerinnen und Trainer sowie Funktionärinnen und Funktionäre im Sport teilen, lässt sich nicht in Euro ausdrücken. Das wichtigste Zahlungsmittel im Sport ist die Motivation! Und diese Motivation muss gefördert werden. Die Politik muss hier auf Stadt-, Landes- und Bundesebene Antworten finden, damit Ehrenamt auch weiterhin möglich bleibt.

Im Kleinen geht es darum für die Vereine da zu sein und die Ehrenamtlichen in Ihrer Arbeit zu unterstützen, Bürokratie und andere Hürden abzubauen. Hier im Heft stellen wir einige Randsportarten vor, die auf diese Antworten warten und aus meiner Sicht zu einer bunten und vielfältigen Stadt dazu gehören.

Und im Großen geht es darum, dass Ehrenamt leistbar bleiben muss. Die Grundsteine für die neue Normalität im Sport müssen jetzt gelegt werden. Wie kann Sport und Schule im Ganztage funktionieren und wie erreichen kleine Sportvereine dann noch Kinder und Jugendliche, um sie für ihren Sport zu begeistern? Wie bezahle ich die Mitgliedsbeiträge meiner Kinder, wenn die Beiträge genau wie alle anderen Kosten steigen, das Gehalt aber nicht? Und dann möchte der Sportverein auch noch, dass ich mich unentgeltlich engagiere.

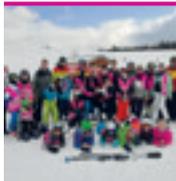
Am Schluss gewinnen wir nur, wenn auch weiterhin Kinder Sport treiben und dort den Wert der Gemeinschaft kennen lernen. Deshalb muss jetzt über die Zukunft gesprochen werden, damit wir alle neue Motivation schöpfen können und das Mindeste, was wir von unseren Volksvertreterinnen und Volksvertretern erwarten können.

Jetzt wünsche ich Ihnen aber erstmal viel Spaß beim Lesen unseres Magazins und hoffe, dass Sie sich von der Vielfalt des Sports genauso begeistern lassen wie ich.

Sportliche Grüße und beste Gesundheit

Dominik Friedrich

## Inhalt



### > Aus der MSJ

4-7

- // Jubi Inzell
- // AEJ St. Johann
- // Plakatkampagne: Prävention sexualisierter Gewalt
- // Das machen wir aus euren Forderungen
- // Sonderförderung von Storno- & Verschiebungskosten



### > Schwerpunkt: Randsportarten

8-14

- // Softball: Christina Dietrich im Interview
- // Kendo, Ultimate Frisbee
- // Unterwasser-Hockey, Quidditsch
- // Gaelic Football & Hurling
- // Football, Fechten
- // Kegeln, Gewichtheben
- // Ringen, Headis



### > MSJ nimmt Stellung

15

- // Randsport



### > Seminarangebote

16/17

- // Das Aus- und Weiterbildungsangebot der Münchner Sportjugend Juni bis September



### > Ehrenwert

18

- // Michael Meyer

Impressum

## MSJ-Blog auf [www.msj.de](http://www.msj.de)

Seit unserem Relaunch im Herbst 2019 findet ihr auf unserer Website auch unseren MSJ-Blog im Menüpunkt „Wissen“. Klickt immer mal wieder rein, lest neue Beiträge und diskutiert mit uns und anderen Interessierten zu vielfältigen Themen aus Sport und Jugendarbeit in München. Wir halten euch auf dem Laufenden zu aktuellen Themen. Schreibt uns auch gerne an, wenn ihr einen Gastbeitrag für unseren Blog verfassen möchtet. Wir freuen uns, euch unsere Website als Plattform zur Verfügung stellen zu können.

Folgt uns auch auf Facebook und Instagram! @msjbewegt



## Wie die MSJ Skipisten rund um Inzell aufmischt

Auch im Februar 2020 fand wieder die alljährliche Jugendbildungsmaßnahme im Inzeller Sportcamp statt. Gemeinsam lernten wir über Umweltschutz im Schneesport, erkundeten die Pistenlandschaft der Steinplatte und erlebten die Schönheit Salzburgs. Und das alles mit Betreuernachwuchs aus dem frisch gewählten Vorstand der MSJ, einer alten HäsIn und mir, einer frisch gebackenen Juleica-Inhaberin.

Am ersten Tag lernten wir das Camp kennen und beschäftigten uns mit Formalien wie Verhaltensregeln. Am zweiten aber ging's früh raus – direkt auf die Piste. Nachdem die ersten den Po im Schnee versenkt, sich aber wieder auf Ski und Snowboard eingefahren hatten, begannen wir mit unserem Programm über richtiges Verhalten auf der Skipiste. Naturgewalten wie Schneelawinen, das Leben unter der dicken Schneedecke und damit auch das Einhalten von vorgegebenen Pfaden wurde thematisiert. Nach der Schulstunde powernten sich dann alle noch ordentlich bis zur letzten Abfahrt am Nachmittag aus. Mit gefüllten Mägen und sauberen Socken machten wir uns abends auf den Weg zur Turnhalle, um die übrig gebliebene Energie sinnvoll zu nutzen. Mannschafts- und Einzelspiele standen auf der Agenda. Den nächsten Tag verbrachten die Kids genauso intensiv mit Schneesport wie den vorherigen und saßen dann dementsprechend gerädert beim Abendessen.

Die Pause durften sie sich auch gönnen, denn am darauffolgenden Tag besuchten wir das malerische Salzburg. Wir Betreuerneulinge hatten nämlich am Vorabend eine Stadtrallye für die Zeit nach dem geplanten Besuch im Museum „Haus der Natur“ vorbereitet. Zusammengetan in Gruppen, erkundeten die Kids die Wahrzeichen der Stadt und besiegelten den Besuch jeweils mit einem kreativen Erinnerungsfoto. Das Team mit den am besten umgesetzten Bildideen gewann ein Naschpaket, die anderen durften sich über Trostpreise freuen. Spaß im Schnee hatten wir wieder am fünften Tag der Jugendbildungsmaßnahme, auch wenn ein wehmütiges Bauchgefühl an das baldige Ende der Freizeit erinnerte. Deswegen ließen wir den letzten Abend auch gemeinsam ausklingen und schauten uns den Film ‚Jumanji‘ (natürlich die originale Version) an, bevor es am Samstag wieder gen Heimat gehen sollte.

Insgesamt hat der Schnee in den Socken niemanden daran hindern können, eine erfahrungsreiche und aufregende Woche erleben zu können. Vor allem für mich war es spannend, zum ersten Mal die Verantwortung zu übernehmen, die sonst andere mir gegenüber mal übernommen hatten. Und wer weiß, vielleicht fährt eines unserer Kids eines Tages selbst das erste Mal als Betreuerin oder Betreuer mit nach Inzell.

Sophia Kirsch (17), Nachwuchsbetreuerin auf der JuBi Inzell



## Bericht AEJ-St. Johann 2020

So wie im vergangenen Jahr auch fand im Winter 2020 wieder die AEJ des MSJ-Juniorteams in St. Johann in Tirol statt. Mit einem vollgepackten Programm sind wir am Freitag, den 14.02, zusammen im Kleinbus Richtung St. Johann aufgebrochen. Nachdem uns ein Taxi vor Ort zur Unterkunft an der Piste gebracht hat und wir unsere Zimmer bezogen hatten, ging es direkt mit dem Programm los. Zuerst behandelten wir Themen zur Gruppendynamik. Es gab ein allgemeines Kennenlernen der verschiedenen Gruppenmitglieder und wir haben besprochen, welche Motivation die Juniorteamer bewegt und was sich jeder von dem Treffen erhofft.

Nach dem Abendessen in der Holzhütte nebenan ging es auch direkt weiter mit dem Programm. Wir diskutierten über Punkte wie den Online-Auftritt der MSJ und ob Instagram eine passende Plattform bietet, und brainstormten über Verbesserungen und Content-Ideen. Zudem haben wir Überlegungen angestellt zur Umsetzung für die „Ehrenamtsfeier 2021“, die der MSJ-Vorstand für die Ehrenamtlichen in den Münchner Sportvereinen vorgeschlagen hat. Im Anschluss an unsere Tagesordnungspunkte saßen wir noch zusammen und haben uns ausgetauscht, Karten gespielt und viel gelacht!

Am nächsten Morgen ging es nach dem Frühstück direkt mit sinnvollem Aufwärmen vor dem Schneesport sowie Grundregeln auf und neben der Piste los. Den Fokus haben wir bei den selbst aufgestellten Verhaltensregeln vor allem auf den Schutz der Umwelt gelegt. Auf der Piste gab es dann von der Referentin und Skilehrerin Evelyn Zühl Übungen zur Verbesserung des individuellen Fahrkönnens. Nach dem Mittagessen haben wir auf der Skipiste (bzw. am Skipistenrand) gelernt, wie man als Betreuerin oder Betreuer vor einer Gruppe auftritt, sich artikuliert und wie man ein Anliegen an eine Gruppe überbringt – auch unter erschwerten Bedingungen. Nach dem Abendessen haben wir uns mit den Zielen des Juniorteams für 2020 auseinandergesetzt. Als Basis gelten hier die Ziele, die sich der Vorstand gesetzt hat, z. B. der Auftritt der Münchner Sportjugend auf Veranstaltungen der Sportvereine, aber auch auf übergreifenden Veranstaltungen wie dem Münchner Sportfestival (das muss ja leider in diesem Jahr aufgrund der aktuellen Krise ausfallen). Zudem haben wir noch über die Idee eines Zertifikats für ehrenamtliche Arbeit diskutiert.

Am Sonntag konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach dem Frühstück ihr gelerntes Wissen zum Thema sinnvolles Aufwärmen vor dem Schneesport direkt selbstständig umsetzen. Auf der Piste ging es dann weiter mit ersten Pistentricks sowie mit individuellen Technikverbesserungen und mit Gruppenübungen zum Stärken des „Wir-Gefühls“. Nach dem Mittagessen gab es dann noch eine Feedbackrunde und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durften in Gruppen frei fahren – bis es dann nach einem für alle erfolgreichen Wochenende wieder zurück nach München ging. Das nächste größere Juniorteam-Treffen fand dann digital am 05.05. statt.

Bericht von: Gabriel Fricke (Vorstand, Ressort Juniorteam), Tim Blumenthal (Vorstand, Jugendsprecher)



Münchner **SPORTJUGEND**  
im Bayerischen Landes-Sportverband

Solche Fotos und Videos gehen gar nicht!

## Sag, was Dir nicht passt!

An wen du dich im Verein wenden kannst:

An wen du dich anonym wenden kannst:

<p>089 - 15702 289 www.msj.de</p>	<p>089 - 15702 289 www.msj.de</p>
---------------------------------------	---------------------------------------

Beratung und weitere Informationen über präventive Maßnahmen im Verein erhalten Sie auch bei der Münchner Sportjugend, Ihre Ansprechpersonen Karin Quareschick & Juana Schindler, 089-157 02 289 oder Lisa von Eckhorn, Eckhorn@msj.de

Münchner **SPORTJUGEND**  
im Bayerischen Landes-Sportverband

Glotzen geht gar nicht!

## Sag, was Dir nicht passt!

An wen du dich im Verein wenden kannst:

An wen du dich anonym wenden kannst:

<p>089 - 15702 289 www.msj.de</p>	<p>089 - 15702 289 www.msj.de</p>
---------------------------------------	---------------------------------------

Beratung und weitere Informationen über präventive Maßnahmen im Verein erhalten Sie auch bei der Münchner Sportjugend, Ihre Ansprechpersonen Karin Quareschick & Juana Schindler, 089-157 02 289 oder Lisa von Eckhorn, Eckhorn@msj.de

Münchner **SPORTJUGEND**  
im Bayerischen Landes-Sportverband

Grabschen geht gar nicht! Es gibt Grenzen!

## Sag, was Dir nicht passt!

An wen du dich im Verein wenden kannst:

An wen du dich anonym wenden kannst:

<p>089 - 15702 289 www.msj.de</p>	<p>089 - 15702 289 www.msj.de</p>
---------------------------------------	---------------------------------------

Beratung und weitere Informationen über präventive Maßnahmen im Verein erhalten Sie auch bei der Münchner Sportjugend, Ihre Ansprechpersonen Karin Quareschick & Juana Schindler, 089-157 02 289 oder Lisa von Eckhorn, Eckhorn@msj.de

## MSJ-Plakatkampagne: Prävention sexualisierter Gewalt im Sport

Jetzt anfordern!

Bestellen Sie kostenfrei die neuen Plakate der MSJ zur Prävention sexualisierter Gewalt im Sport, die vor allem Kinder und junge Menschen ansprechen sollen. Die drei Plakate wurden mit Unterstützung der Münchner Sportvereine während der Veranstaltung „Sportjugend im Dialog“ konzipiert und werden von der MSJ gratis geliefert. Informieren Sie sich unter [www.msj.de](http://www.msj.de) und helfen auch Sie bei der Prävention sexualisierter Gewalt mit! Gerne können Sie die Plakate auch in digitaler Form downloaden und auf Ihren Online-Plattformen teilen.

Informationen erhalten Sie auch unter [info@msj.de](mailto:info@msj.de) oder 089 – 15702 289.

# Sportjugend im Dialog: Was braucht dein Verein von der MSJ?

## Das machen wir draus...

Am 12. Februar sind wir gemeinsam mit euch in die nächsten 4 Jahre unserer Arbeit bei der MSJ gestartet. Alle Vereine hatten die Möglichkeit uns ganz konkret zu sagen, was sie eigentlich von der MSJ brauchen. Und wir haben erstmal zugehört. All eure Vorschläge haben wir in unseren Ausschusssitzungen diskutiert. Vieles finden wir genial und möchten es angehen, anderes braucht zunächst politische Vorarbeit, bis wirklich etwas bei euch ankommt und anderes liegt außerhalb unserer Aufgaben oder unseres Fokus. Gerne berichten wir hier darüber, was wir uns zu euren Ideen und Wünschen überlegt haben. Gebt uns gerne Feedback dazu oder teilt weitere Vorschläge, Ideen und Wünsche mit uns... **#msjbewegt**

### Bildung

#### ► Fortbildungen der MSJ auch für Fachlizenzen anrechnen

Teilweise werden schon bestehende Bildungsangebote der MSJ für Fachlizenzen angerechnet. Welche Bildungsmaßnahmen jedoch angerechnet werden, liegt im Ermessen der jeweiligen Fachverbände. Wir nehmen uns vor im Rahmen unserer Möglichkeiten auf die Fachverbände einzuwirken.

#### ► Sportangebote-Datenbank auch für Ferienfreizeiten

Bereits heute existiert eine Online-Plattform des KJR für Angebote der Jugendverbände, in denen auch Vereinsangebote aufgenommen werden können. Eine zusätzliche Plattform für Freizeitfahrten für Sportvereine ist in unseren Augen nicht erforderlich. Gerne bewerben wir die vorhandene Plattform erneut.

#### ► Sammelanmeldung für Fortbildungen ermöglichen

Die Anmeldung zu zahlreichen Bildungsveranstaltungen erfolgt über die BLSV-Seite „Qualinet“. Hier sind keine Sammelanmeldungen möglich, das können wir innerhalb des Verbands anregen, aber nicht selbst ändern. Für Veranstaltungen wie Sportjugend im Dialog, welche direkt über die MSJ abgewickelt werden, ist eine Sammelanmeldung schon heute möglich.

#### ► Kinder verlieren Spaß am Sport: Daraus ergeben sich Themen für Fortbildungen – Motivationstraining, Begeisterung wecken, Selbstständigkeit fördern...

Gerne nehmen wir die Themen in unsere Liste für künftige Fortbildungsinhalte auf und versuchen sie in den kommenden Jahren in unser Bildungsangebot mit aufzunehmen. Wir freuen uns immer über Input zu neuen Bildungsinhalten!

#### ► Bessere Werbung/Streuung der Bildungsangebote

Laufend versucht die MSJ-Öffentlichkeitsarbeit ihre Reichweite durch Verbesserung oder Ergänzung der Kommunikationsmittel und -plattformen auszuweiten. Aber eine große Reichweite benötigt auch euch alle, also teile gerne unseren Newsletter, das MSJ-Magazin, die Website oder Social Media mit interessierten Sportlerinnen und Sportlern, sodass wir bekannter werden.

#### ► Erste Hilfe an Kindern leisten (neues Bildungsangebot anbieten)

Danke für den tollen Vorschlag! Wir sind schon auf der Suche nach kompetenten Partnern, damit wir euch einen solchen Kurs möglichst bald anbieten können.

#### ► Fortbildung im Bereich Öffentlichkeitsarbeit / Werbung / Social Media

Gerne nehmen wir das Thema in unsere Liste für künftige Fortbildungsinhalte auf und versuchen es in unser Bildungsangebot mit aufzunehmen. Wie beispielsweise Randsportarten aus der Masse hervorstechen können, wollen wir dieses Jahr im Rahmen eines „Sportjugend im Dialog“ gemeinsam mit euch und auch mit einer Expertin oder einem Experten erarbeiten.

#### ► Fortbildung im Bereich Erweitertes Führungszeugnis

Inwiefern ein Infoabend hierzu von der MSJ oder anderen veranstaltet werden kann, prüfen wir derzeit. Das Wissen hierfür ist vorhanden.

#### ► Ausbau der Fortbildungen (auch digital, dezentral, ohne Verpflichtung, ohne Kosten, vor Ort in den Vereinen)

Wir planen künftig auch Webinare, Erklärvideos und kurze Online-Seminare (on Demand) anzubieten. Dort, wo es möglich ist, bieten wir schon heute Seminare und Fortbildungen dezentral, ohne oder mit geringen Kosten und vor Ort in den Vereinen an. Bitte informiert euch auch auf unserer Website und unter [ausbildung@msj.de](mailto:ausbildung@msj.de) über schon heute angebotene Inhouse-Seminare zu bestimmten Themen bei euch im Verein.

#### ► Umgang mit herausfordernden Kindern und Eltern

Der Umgang mit herausfordernden Kindern ist bereits seit vielen Jahren Bestandteil unseres Bildungsangebots. Das Thema herausfordernde Eltern steht bereits auf unserer Liste: wir sind in Kontakt mit möglichen Referenten und möchten bald einen Seminarabend zum Thema anbieten.

### KURZ & KNAPP

Wir nehmen euren Input für neue Bildungsinhalte mit und versuchen diesen möglichst bald in unterschiedlichsten Formaten (digital, On-demand, Inhouse...) anzubieten. Unsere Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen, die wir für die Sportvereine und deren Mitarbeitende anbieten, möchten wir künftig mit noch größerer Reichweite bewerben.

### Zuschuss

#### ► Fördermöglichkeiten erweitern: z.B. für Mittagsbetreuung, Hallenbau, Kooperation mit einem Kindergarten

Zweck der Fördermittel ist die Bezuschussung überfachlicher Maßnahmen, um Vereine in die Lage zu versetzen, überfachliche Jugendarbeit leisten zu können. Solche Maßnahmen sind im Sinne der uns vorgegebenen Richtlinien Unternehmungen mit Jugendgruppen, Jugendfreizeiten und Maßnahmen zum Zwecke der Jugendbegegnung. Darüber hinaus können wir aus einer begrenzten Summe weitere Zuschussmöglichkeiten anbieten. Derzeit sind das u.a. die Förderung von überfachlichen Anschaffungen oder der Ein-Tages-Maßnahmen. Um weitere Aktionen, wie z.B. die Mittagsbetreuung oder die Kooperation mit Kindergärten bezuschussen zu können, müssen entweder vorhandene Förderungen beschränkt oder neue Finanzmittel akquiriert werden. Beides wird laufend geprüft und auch derzeit in der grundsätzlichen Überarbeitung der Förderrichtlinien diskutiert.

#### ► Kommunikation: Wer ist MSJ-Ansprechperson für Zuschussfragen?

Feedback, Ideen und Beratung:  
Hans Radspieler ([h.radspieler@msj.de](mailto:h.radspieler@msj.de));  
Antragsbearbeitung: Klaudija Scholz ([zuschuss@msj.de](mailto:zuschuss@msj.de))  
Ansprechperson im Vorstand zum Thema, Überarbeitung der Förderrichtlinien: Dominik Friedrich ([d.friedrich@msj.de](mailto:d.friedrich@msj.de))

#### ► Anträge für Kinder und Jugendliche von 0 bis 26 Jahren ermöglichen („Altersrange“ auf Antrag sichtbar machen)

Gerne fügen wir für neue Antragvorlagen die Altersrange der förderbaren Teilnehmenden hinzu. Förderbar sind alle Kinder und Jugendlichen zwischen 6-18 Jahren, da einerseits das KJHG die Beschränkung von mind. 6 Jahren vorgibt und wir andererseits die Fördermittel für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren bei einer Erweiterung der Altersrange andernfalls beschränken müssten. Dennoch nehmen wir diesen Aspekt in unsere aktuellen Diskussionen zu neuen Förderrichtlinien auf.

#### ► Bezuschussung junger geflüchteter Menschen oder Menschen mit Behinderung über das 18. Lebensjahr hinaus

Die MSJ unterstützt seit 2015 die Teilnahme junger Geflüchteter an den Sportangeboten der Vereine. Derzeit wird geprüft, ob und wie diese Unterstützung über das Jahr 2020 fortgesetzt werden kann. Weiter werden wir uns damit beschäftigen, wie wir die Inklusion von Kindern und Jugendlichen mit Behinderung in unsere neuen Förderrichtlinien ab 2021 mit aufnehmen können.

#### ► Bearbeitungszeiten verkürzen

Derzeit schaffen wir u.a. durch Digitalisierungs-Maßnahmen Voraussetzungen, um die Bearbeitungszeit je Antrag verringern zu können. Mit einer deutlich schnelleren Bearbeitung rechnen wir jedoch erst im Antragsjahr 2021, da die Förderrichtlinien derzeit deutlich vereinfacht werden. Aber wir hören und stimmen euch zu: Derzeit dauert die Bearbeitung noch viel zu lange.

#### ► Zuschusshöhe planbar machen

Ein Ziel der Vereinfachung der Förderrichtlinien ist es, dass Vereine besser planen können, mit welcher Zuschusssumme zu rechnen ist. Dies wird ab 2021 möglich sein. Schon jetzt erhaltet ihr aber bei der digitalen Beantragung der PKZ-Förderung eine vorläufige Fördersumme, mit der gerechnet werden kann, wenn alle Angaben korrekt eingegeben wurden.

► **Online-Verfolgung des Zuschussantrags**

Durch die digitale Antragsstellung erhaltet ihr derzeit bereits eine Referenznummer. Mit dieser könnt ihr euch bei der MSJ Geschäftsstelle über den aktuellen Bearbeitungsstand informieren. Dies sollte jedoch möglichst erst nach ca. 6 Wochen erstmalig erfolgen. Unser Ziel für die kommenden Jahre ist es, die Bearbeitungszeit so weit verringern zu können, dass die Verfolgung des Antrags nicht mehr notwendig ist. Wir prüfen dennoch, wie sich eine solche Verfolgung künftig realisieren lässt.

► **Vereinfachung des Zuschusswesens / der Antragsstellung**

Derzeit diskutieren, rechnen und planen wir. Wir wollen die Förderrichtlinien so anpassen und überarbeiten, dass Fördermittel für alle Vereine ab dem Antragsjahr 2021 einfach und schnell beantragbar sind. Dazu investieren wir auch weiterhin in die Digitalisierung der Antragsstellung.

► **Checkliste für antragsstellende Personen & Teilnahmelisten anpassbar machen (Excel-Vorlage)**

Eine Checkliste für die antragsstellende Person halten wir für eine gute Unterstützungsmöglichkeit und wird in den kommenden Wochen umgesetzt und auf unserer Website gemeinsam mit neuen Antragsvorlagen sowie einer anpassbaren Teilnahmeliste (Excel) veröffentlicht.

► **Keine Trennung der Anträge für Landkreis und Stadt München**

Wenn du die digitale Antragsstellung über [www.msj.de](http://www.msj.de) nutzt, wird bereits heute dein Antrag automatisch an den KJR München-Land weitergeleitet. Bei Anträgen per Post/Mail/Fax ist dies leider nicht möglich.

**KURZ & KNAPP**

Wir vereinfachen unsere Förderrichtlinien (Umsetzung ab 2021). Damit einhergehend möchten wir die Antragsstellung digitalisieren, die Bearbeitungszeiten deutlich senken und die Förderhöhe planbar machen. Insgesamt soll die Beantragung von Fördermitteln für alle Sportvereine leichter, verständlicher und transparenter werden.

**Wissen**

► **Digitale Pinnwand, z.B. für Ehrenamtsgesuche etc.**

Indem wir eine digitale Austauschplattform für die Vereine in Abgrenzung zu den Fachverbänden Sinn ergibt und in der Praxis genutzt werden würde, versuchen wir derzeit zu eruiieren. Dazu werden künftig u.a. kleinere Services auf unserer Website verfügbar sein.

► **Ehrenamtliches Engagement fördern, z.B. durch Patensystem, „Cheat-Sheet“ zur guten Trainerin/zum guten Trainer, Informationen zu Sonderurlaub, Checklisten, Schnellausbildung, Zertifizierungen, Treffen etc.**

Hierauf liegt einer unserer Schwerpunkte in 2020 und darüber hinaus. U.a. im Format Sportjugend im Dialog, aber auch in der Politik und im MSJ-Magazin wirken wir darauf hin, dass Ehrenamtliches Engagement die Anerkennung erlangt, die es verdient, aber auch attraktiver wird für die Jugendlichen und ihre Eltern. Dazu möchten wir auch auf eure Ideen zurückgreifen und das Engagement einerseits durch einfache Hilfestellungen wie Checklisten vereinfachen und andererseits durch Zertifizierungen und Auszeichnung würdigen.

► **Etablierung einer Jugendordnung in den Vereinen**

Auch die Etablierung einer Jugendordnung in allen Sportvereinen mit Jugendarbeit liegt uns schon länger am Herzen. Denn Vereine sind die Spielfelder der Demokratie, Mitbestimmung und Mitgestaltung schafft Motivation für Engagement. Und auch ganz konkret bedeuten mehr Jugendordnungen auch mehr verfügbare Fördergelder für Münchner Sportvereine. Wir werden euch helfen, diese umzusetzen: mit Beratung, Muster-Jugendordnungen und Schulungen.

► **Meldemöglichkeit einer Ansprechperson des Vereins für die MSJ**

Melden Sie gerne jederzeit die Ansprechpersonen Ihres Vereins an [info@msj.de](mailto:info@msj.de). Wir versorgen euren Verein über diese Kontaktperson dann mit Informationsmaterial. Gerne senden wir auch dir den Newsletter oder das Magazin zu, melde dich bei uns!

► **Begrüßungspaket für engagierte Jugendliche**

Alle Engagierten materiell auszustatten, ist für uns nicht möglich. Wir möchten aber ein Info-Paket für „Neueinsteiger“ auf unserer Website einbauen. So haben junge Engagierte vielfältiges Wissen, das direkt einsetzbar ist (siehe auch Cheat-Sheet).

► **Münchner Sportabzeichen**

Für Sportabzeichen sind wir leider nicht zuständig, aber wir geben euren Wunsch gerne an den BLSV-Kreis München-Stadt weiter.

► **Vereinbarkeit von Schule und Sport, Kommunikation mit den Schulen (SAG)**

Hier sehen wir ein richtungsweisendes Thema der kommenden Jahre. Wie können Ganztagschule und Sportverein nebeneinander bestehen? Wir

diskutieren dazu in den entsprechenden Gremien und vertreten die Interessen der Sportvereine. Häufig sind ganz individuelle Lösungen mit der Schule „nebenan“ notwendig. Um euch hier auch bei der zeitaufwendigen Koordination und Kommunikation zwischen Schule und Verein zu unterstützen, bringen wir in der Politik hierfür eine eigene Projektstelle ins Gespräch. Denn dieses Thema müssen wir jetzt angehen und zwar gemeinsam mit euch und den Schulen.

► **Netzwerk/Austausch zwischen den Vereinen fördern**

Das sehen wir genauso! Deshalb gibt es die beiden neuen Formate „Sportjugend im Dialog“ (themenbezogener Austausch/Workshop) und „MSJ-Vereinsstammtisch“ (Netzwerktreffen).

► **Digitalisierung von Infos und Wissen/Schnell-Checks**

Wir versuchen in den kommenden Jahren all das Wissen, was wir an die Vereine weitergeben können, kompakt und digital zur Verfügung zu stellen.

► **MSJ als Vermittler und Kümmerer für Ehrenamtliche**

Gerne kümmern wir uns um die Anliegen der Ehrenamtlichen in Münchner Sportvereinen, kontaktiert uns!

► **Nachwuchs für Randsportarten akquirieren, z.B. Sportolympiade / Sportfest; Plakatkampagne „Kinder zum Sport“**

Das ist eines unserer Ziele für die kommenden 4 Jahre. Gemeinsam mit euch diskutieren wir dazu konkrete Maßnahmen bei Sportjugend im Dialog und möchten bei Events die Vielfalt der Sportarten vorstellen.

► **MSJ-App mit den wichtigsten Services anbieten**

Im Moment befinden sich z.B. das Zuschusswesen und die Sportangebote-Datenbank im Relaunch. Dies möchten wir zunächst mit größter Sorgfalt angehen und weitere Bereiche unserer Arbeit digitalisieren. Anschließend macht in unseren Augen auch die Umsetzung dieser Inhalte in eine MSJ-App Sinn. Das ist aber derzeit noch Zukunftsmusik, wir halten euch auf dem Laufenden.

► **Begegnungsräume für junge Geflüchtete und Menschen mit Behinderung schaffen**

Die Inklusion aller Menschen in den Sport ist uns ein wichtiges Anliegen. Neben finanziellen Anreizen und der ganzheitlichen Ausbildung aller Jugendleiter, sind wir dazu auch immer im Austausch mit der Politik und der Praxis in den Sportvereinen.

**KURZ & KNAPP**

Die MSJ ist soviel mehr als Zuschüsse. Das seht ihr so und wir auch! Zahlreiche Themen gilt es gemeinsam mit euch anzugehen und weiter voranzutreiben. Zusammen mit euch bewegen wir München im Rathaus genauso wie vor Ort bei euch im Verein (z.B. beim nächsten Sportjugend im Dialog).

**Corona-Epidemie: Soforthilfen in der Maßnahmenförderung**

**Die Münchner Sportjugend fördert Stornierungskosten sowie Verschiebungskosten von geplanten Maßnahmen der Münchner Sportvereine und setzt Antragsfristen für Maßnahmen vorerst aus!**

- Die **Antragsfristen** für Maßnahmen zwischen dem 21.02.2020 und einschließlich 14.06.2020 sind **ausgesetzt**. Wir bitten demnach um Beantragung der Fördermittel bis spätestens **26.07.2020**
- Förderung von **Stornierungskosten**
  - Stornokosten für Maßnahmen ab mind. 2 Übernachtungen (seit dem 21.02.2020), sind über ein gesondertes Antragsformular förderbar (8,- € pro geplanten Teilnehmenden und geplanten Tag bis zur maximal möglichen Zuschusssumme bei Durchführung der Maßnahme)
  - Stornokosten für Maßnahmen unter 2 Übernachtungen (seit dem 21.02.2020), sind per „Defizitantrag“ über den bekannten Beantragungsweg bis zu einem max. Defizit von 250,- € förderbar
- Förderung von **Verschiebungskosten**
  - Bei der Beantragung der Pro-Kopf-Zuschuss (mind. 2 Übernachtungen) für eine später durchgeführte, verschobene Maßnahme werden zusätzlich max. 4,- € pro Teilnehmenden und Tag für entstandene Verschiebungskosten gefördert
  - Bei der Beantragung der Defizit-Förderung (unabhängig von der Dauer der Maßnahme) für eine später durchgeführte, verschobene Maßnahme, werden die Verschiebungskosten als sonstige Kosten anerkannt
- Bitte beachten: entstandene **Storno- und Verschiebungskosten müssen durch Belege** nachgewiesen werden (Kopie/Bild ausreichend)

Bitte informieren Sie sich bei Interesse im Detail über die **Ergänzung der Richtlinien und das Verfahren** auf [www.msj.de](http://www.msj.de). Bei Fragen wenden Sie sich bitte per Mail an [zuschuss@msj.de](mailto:zuschuss@msj.de).

# RANDSPORT

## Ein Dutzend Randsportarten in München, die du noch nicht kennst..

Hängt die Freude an seinem Sport davon ab, ob dieser populär und allgemein beliebt ist? Oder kann die Sportlerin oder der Sportler auch in Disziplinen Spaß haben, die ein Schattendasein frönen? Wer sich die mediale Präsenz der Sportarten in Deutschland anschaut, wird schnell feststellen, hierzulande ist praktisch alles Randsport außer Fußball. Dabei spielt es kaum eine Rolle, ob die Sportart olympisch ist oder nicht. Wobei olympische Sportarten immerhin noch das Glück haben, alle vier Jahre zumindest kurzzeitig in den Fokus der TV-Übertragungen zu rücken. Dann wird dem Zuschauer in sehr dezenten Einspielungen der Randsport nahegebracht.

Eines steht fest: Unzählige Randsportlerinnen und -sportler gehen jede Woche ihrer Leidenschaft in Vereinen nach, trainieren hart, fahren zu Wettkämpfen und Turnieren und pflegen soziale Kontakte innerhalb ihres Sports. Und dies, weil es ihnen Spaß macht. Ob leistungsorientiert oder nicht, ob mit Freunden oder jeder für sich – viele macht es auch stolz, eine Sportart abseits vom Mainstream zu betreiben. Nach dem Motto „Fußball spielt doch jeder“ funkeln ihre Augen voller Leidenschaft, wenn sie ihren Sport einem Neuling oder Interessierten erklären. Eine verständliche Kurzdefinition der ausgeübten Sportart hat meist jeder nach einigen Malen auswendig im Kopf und beantwortet Fragen wie „Du spielst was?“ seinem unwissenden Gegenüber mit Leichtigkeit.

Christina Dietrich ist so eine Randsportlerin. Sie ist quasi ein Softball-Urgestein und sowohl als Trainerin im Jugend- und Erwachsenenbereich wie auch als Spielerin sehr erfolgreich. Zuletzt war sie Kapitänin der deutschen Softball-Nationalmannschaft und trainierte die Bundesliga-Damen der Freising Grizzlies als Spielertrainerin. Deshalb ist sie die perfekte Gesprächspartnerin, um über die Sportart Softball und Randsportarten ganz allgemein zu sprechen. Außerdem stellen auf den folgenden Seiten einige Vertreterinnen und Vertreter ihre spannenden und vielseitigen Sportarten vor. Lasst euch inspirieren und probiert sie einfach mal aus!



### Liebe Christina, in deinen Worten: Was ist Softball?

Softball ist ähnlich wie Baseball. Die Grundregeln sind gleich. Zwei Mannschaften spielen gegeneinander und neun Leute stehen immer auf dem Feld. Das ist die „Defense“. Der „Pitcher“ wirft den Ball zu seinem „Catcher“. Ein Offensivspieler versucht diesen geworfenen Ball ins Feld zu schlagen. Es gibt vier „Bases“ im Viereck, um das der Offensivspieler einmal herumlaufen muss, um einen Punkt zu erzielen. Das geht so lange, bis drei „Aus“ passiert sind, beispielsweise dadurch, dass der Offensivspieler danebengeschlagen hat oder der Ball von der Defense direkt aus der Luft gefangen wird. Danach wechseln Defense und Offense. Im Unterschied zum Baseball ist das Feld etwas kleiner, der Ball ist größer, aber genauso hart (auch wenn es "Softball" heißt) und der Pitcher wirft, statt der normalen Baseball-Wurfbewegung, von unten. Dadurch, dass die Distanzen kleiner sind, hat man kürzere Reaktionszeiten als beim Baseball.

### Spiele nur Frauen Softball?

Nein, das war zwar ursprünglich so, aber mittlerweile gibt es auch Herren-Softball. Die Reaktionszeiten dort sind nochmal anspruchsvoller: Die Bälle werden dir quasi um die Ohren geschossen! Es gibt auch Mixed-Mannschaften, was man dann Barbecue-Softball nennt.

### Was sind die Beweggründe für Spielerinnen und Spieler, Softball zu spielen und nicht Baseball?

Na ja, bei Mädchen ist das einfach: Es gibt keine Baseball-Liga für Frauen. Mädchen fangen meist zwar mit Baseball an und wechseln dann zum Softball. Auch ich habe das so gemacht. Man wechselt vor allem deshalb zum Softball, weil man sich auch in einem Wettbewerb mit anderen messen möchte.

### Wie „groß“ ist die Sportart derzeit in Deutschland im Vergleich zu anderen Ländern?

Mit der Situation in den USA kann man es nicht vergleichen. Dort ist Softball eine College-Sportart, bei der die Spielerinnen ihre ganzen Scholarships mit verdienen können und ihre Spiele im TV übertragen werden. Häufig spielen auch US-Amerikanerinnen nach dem College für ein Jahr im Deutschland und da kann man gut sehen, welcher Niveauunterschied zwischen den Ländern besteht. In Europa sind vor allem Italien und Niederlande Softball-Nationen. In der Niederlande können Spielerinnen teils sogar vom Sport leben, hier in Deutschland müssen wir froh sein, wenn wir nichts draufzahlen müssen. Es ist gang und gäbe, dass man seine Auswärtsfahrten und Übernachtungen selbst bezahlen muss.

### Wie würdest du die Nachwuchssituation in Deutschland beschreiben? Stößt die Sportart bei den Jüngsten auf Interesse?

Kommt ganz auf die Vereine und deren Nachwuchsarbeit an. In meinem Verein in Freising gehen sie von Schule zu Schule und stellen die Sportart vor. Denn das Hauptproblem ist, dass die meisten die Sportart gar nicht kennen. Sobald die Kids die Sportart aus der Schule kennen, funktioniert das in Freising wirklich gut, wir haben viele Jugendteams.

### Was würdest du einem 8-jährigen Mädchen sagen, warum sie mit Softball anfangen sollte?

Softball ist vor allem deshalb großartig, weil es ein Teamsport ist und es dennoch Situationen gibt, wo du ganz auf dich allein gestellt bist. Wenn du am Schlag bist, gibt es eine 1-gegen-1-Situation. Man kann sich also auch mal selbst präsentieren. Dennoch gewinnt und verliert man nur im Team und weniger gute Leistungen können von deinen Mitspielerinnen aufgefangen werden. Die Sportart ist so vielfältig, dass einem nie langweilig wird. Schlagen, laufen, werfen, fangen...

### Wie beurteilst du die Dominanz des Fußballs in Deutschland und die damit einhergehende geringere Aufmerksamkeit für viele andere Sportarten?

Natürlich in der Hinsicht nachteilig, dass Gelder in anderen Sportarten fehlen. Das Problem ist auch, dass man keine Coaches bekommt. Beim Fußball werden teilweise schon in niedrigsten Ligen Coaches bezahlt, wir mussten beispielsweise in der letzten Saison ohne Trainer spielen und haben uns selbst verwaltet, da fehlen schlichtweg die finanziellen Mittel. Man muss auch immer um Sportstätten, in unserem Fall Fußballfelder, kämpfen, die wir für unsere Sportart benötigen.

Selbst in der Nationalmannschaft haben wir in Turnhallen übernachtet und waren froh darüber, wenn wir mal in einer Jugendherberge untergekommen sind.

### Wie ist die Zuschauersituation beim Bundesliga-Softball?

Dadurch, dass die Sportart so unbekannt ist, sind Zuschauer leider „Mangelware“. Und das obwohl man als Zuschauer eigentlich sehr schnell reinkommt, auch wenn man die Regeln zunächst nicht kennt. In den Playoffs hatten wir zuletzt Höchstzahlen von rund 250 Zuschauern, bei einem regulären Bundesligaspiel freuen wir uns, wenn 40 Leute da sind.

# TARTEN

## Wie oft kommt es vor, dass du erklären musst, was Softball eigentlich ist, wenn du erzählst, was du in deiner Freizeit machst?

Ja, die erste Frage ist immer, „Was ist Softball?“. Dann sage ich, dass es so ähnlich wie Baseball ist, womit die meisten etwas anfangen können. Ein Großteil geht dann davon aus, dass es also Baseball mit einem weichen Ball ist. Nein! Damit kann man viele verwirren ...

## Wie oft hört man von Mitspielerinnen und Mitspielern den Satz: „Fußball spielt doch jeder!“

Offt!

## Noch mal zum Barbecue-Softball: Können solche Mixed-Lösungen oder andere innovative Lösungen eine Chance für Randsportarten sein?

Beim Mixed ist allein schon gut, dass man dadurch bei Randsportarten überhaupt Mannschaften zusammenbekommt. Häufig müssen Mannschaften aufgelöst werden, weil drei Mitspielerinnen das Team aus unterschiedlichsten Gründen verlassen. So etwas kann bei Mixed-Mannschaften leichter aufgefangen werden. Aus Sicht einer Frau finde ich auch, dass man eine andere „Competition“ hat, wenn man auch gegen Männer spielt.

Außerdem haben wir in Freising zum Beispiel auch Blindenbaseball, versuchen also auch hier innovative Wege zu gehen. Ansonsten, gerade wenn es darum geht, neue Mitglieder zu gewinnen, ist es unheimlich wichtig, an ganz verschiedenen Stellen die Sportart vorzustellen.

Wir machen das unter anderem mit unserem Schulprojekt, aber organisieren für Firmen auch Events, sodass die Mitarbeitenden die Sportart ausprobieren können und danach gemeinsam gegrillt und gefeiert wird. So konnten wir die Sportart weiter publik machen. Hier hilft, glaube ich, nur Einsatz und Engagement. Die Jugend ist dabei das A und O, um voranzukommen. Ihr muss man die Sportart früh zeigen und sie dazu zu bewegen, von Anfang an dabei zu sein.

## Wo können Kinder und Jugendliche in München oder der Umgebung Softball spielen?

In der nahen Umgebung von München zum Beispiel bei den Haar Disciples direkt an der S-Bahn-Station. Dort gibt es Baseball und Softball. Die München Caribes bieten Baseball an. Beim Hochschulsport gibt es die Munich Krasshoppers. Ansonsten eher außerhalb, zum Beispiel in Baldham oder bei uns in Freising.

## Was wünschst du dir für Randsportarten?

Ich würde mir wünschen, dass man die finanziellen Mittel etwas gerechter verteilt. Wenn man vom großen Fußball nur einen sehr kleinen Teil wegnehmen und in Randsportarten stecken würde, würde das dem Fußball nicht wehtun und den anderen Sportarten wahnsinnig helfen. Auch die mediale Präsenz, vor allem im TV, halte ich für sehr wichtig, sodass auch kleinere Sportarten bekannter werden können.

Ich liebe Softball und die großartige Kombination aus Teamgefüge und Individualsport und kann nur allen empfehlen, ihre Sportart zu finden, die sie lieben, und nicht nur die Sportarten auszuprobieren, die die meisten machen.



## Kendo, der Weg des Schwertes



Kendo ist ein Do, also ein Weg im japanischen Sinne. Ein Leben lang geht man diesen Weg und trainiert bis in ein sehr hohes Alter. Kendo stammt aus den verschiedenen Schwertschulen Japans und stützt sich auf hunderte Jahren Tradition und Erfahrung auf dem Schlachtfeld.

Aber Kendo ist mehr als nur Schwertkampf. Es ist von Werten geprägt, die den ganzen Ablauf des Trainings beeinflussen. Respekt, Höflichkeit, Disziplin, Engagement und das Streben nach Perfektion. Respekt ist unter anderem im Verbeugen sichtbar. Wir verbeugen uns beim Eintreten ins Dojo, beim An- und Abgrüßen, vor jedem Kampf, nach jedem Kampf, wenn wir das Dojo verlassen. Das Streben nach Perfektion ist am besten vertreten, indem die Kendokas jahrelang hauptsächlich das Men, den Schlag auf den Kopf, probieren zu verbessern. Die anderen Techniken sind nur die Ergänzung davon.

Und diese Werte muss man integrieren, da wir beim Kendo mit voller Kraft unsere Partnerin oder unseren Partner treffen. Unser Schwert, das Shinai, besteht aus vier Bambusstreben, wodurch der Schlag abgefedert wird. Da wir zusätzlich eine Rüstung tragen, darf man sich im Kampf richtig austoben. Nichtsdestoweniger muss man für seine Partnerin bzw. seinen Partner Respekt haben. Er nimmt unsere Schläge entgegen, und manchmal landet den Schlag neben der Rüstung. Ist zwar nur ein blauer Fleck, aber kitzeln tut es trotzdem.

## Also ist Kendo kein Sport. Aber ...

Bei Kendo kann man auch an Wettkämpfen (Shiai) teilnehmen. Wir haben keine elektrische Einrichtung wie beim Fechten, sondern drei Kampfrichterinnen oder Kampfrichter, die die Technik beurteilen. Wurde der Schlag gut vorbereitet, danach gut ausgeführt, mit der richtigen Körperhaltung, der richtigen Spannung, im korrekten Abstand und blieb die Konzentration nach dem Schlag erhalten? Die Regeln sind strikt definiert, und die Entscheidungen der Kampfrichterinnen und Kampfrichter werden NIE diskutiert. Also doch ein Sport ...

Deutschland ist auf internationaler Ebene regelmäßig auf dem Podium zu sehen. Europameister sind einige geworden. Bei der Weltmeisterschaft ist es schon schwieriger, an die Japanerinnen und Japaner heranzukommen. Viele trainieren jeden Tag, seit sie Kinder sind, da Kendo in Japan als Schulfach angeboten wird und an der Uni intensiv weitertrainiert werden kann. Etwas, das kaum ein Land sonst bieten kann. Die Ambivalenz Sport/Kampfkunst macht Kendo sehr interessant. Da es nicht so viele praktizieren, kennt sehr schnell jeder jeden, sobald man auf Turniere und Lehrgänge fährt. Und man kann regelmäßig mit Mitgliedern des Nationalteams trainieren. Man geht einfach in deren Verein und tja, trainiert mit.

In München gibt es zwei Vereine. Kendo München, der größte, beruht auf viel Erfahrung und zählt in seinen Reihen viele Kämpferinnen und Kämpfer internationaler Klasse, unter anderem die Europameisterin 2019. Der zweite Verein, der ESV München in Laim, entwickelt sich seit 2010 besonders im Jugendbereich, und eine seiner Sprösslinge hat sich einen Platz im Nationalteam dieser Saison erarbeitet. Im ESV trainiert auch eine Gruppe in einem seltenen Stil, der sich leicht vom gewöhnlichen Kendo unterscheidet. Das Shinai wird in eine Lederhülle gewickelt, was es um einiges schwerer macht und dadurch dem Katana näher kommt. Es werden auch andere, zusätzliche Techniken geübt, unter anderem mit zwei Schwertern und der Kampf gegen mehrere Gegnerinnen und Gegner. Die Erfahreneren wenden auch Wurftechniken an.

Aber egal welchen Stil man wählt, das Grundprinzip bleibt das Gleiche: durch das Training mit dem Schwert den Geist entwickeln.

## Ultimate Frisbee



Bildquelle: Brucklachner

Ultimate Frisbee ist ein Laufspiel, bei dem sich zwei Teams mit jeweils sieben Spielerinnen oder Spielern gegenüberstehen. Gespielt wird in der Regel auf einem Feld von der Länge und der halben Breite eines Fußballfeldes (100 x 37m). An den langen Enden des Spielfeldes befinden sich wie beim American Football zwei etwa 18 Meter tiefe Endzonen. Ziel des Spiels ist es, eine Scheibe durch Zupassen, ohne mit der Scheibe in der Hand zu laufen, in die gegnerischen Endzone zu befördern und damit einen Punkt zu erzielen.

Die Person in Scheibenbesitz hat zehn Sekunden Zeit weiterzuspielen, für sie ist dabei nur ein Sternschritt erlaubt. Alle anderen Spielerinnen und Spieler dürfen sich frei bewegen. Landet ein Pass auf dem Boden, im Aus oder wird von der gegnerischen Mannschaft abgefangen, wechselt der Scheibenbesitz („Turnover“), und das andere Team greift sofort an. Je nach Turnier wird auf 13, 15 oder 17 Punkte oder auf eine vorher bestimmte Zeit gespielt.

### Der einzige selbstregulierte Teamsport der Welt

Was Ultimate zu einem besonderen Sport macht, ist die Selbstverwaltung der Spielerinnen und Spieler. Prinzipiell ist es ein körperkontaktloser Sport, das heißt, Tackling wie beim Football ist nicht erlaubt. Natürlich kommt es trotzdem gelegentlich zu Karambolagen oder Fouls. Eine Schiedsrichterin oder ein Schiedsrichter wird jedoch nicht benötigt, da die gefoulte Spielerin oder der gefoulte Spieler einfach selbst „Foul“ ruft. Dadurch wird das Spiel unterbrochen, alle müssen stehen bleiben. Wenn unmittelbar beteiligte Gegenspielerin oder der beteiligte Gegenspieler das Foul anerkennt, behält die bzw. der Gefoulte die Scheibe, wird ein Foulspiel bestritten („Widerspruch“), geht die Scheibe zur Werferin bzw. zum Werfer zurück und das Spiel geht von dort weiter. Auch, ob eine Scheibe im Aus gefangen wurde oder ob ein Nachziehen des Standbeins („Travel“, wie beim Basketball) stattfand, obliegt der Entscheidung der Spielerinnen und Spieler. Das fördert die Fairness und es funktioniert auf dem Prinzip der Gegenseitigkeit. Zudem macht sich niemand beliebt, wenn wegen einer Kleinigkeit „Foul“ gerufen oder jedem echten Foul widersprochen wird.

Aufrichtigkeit und Fairplay sind beim Ultimate daher nicht nur positive Eigenschaften vorbildlicher Spielerinnen und Spieler, sondern Grundvoraussetzung für das Spiel und als erste Regel im Regelwerk festgeschrieben.

### Weltweite Wachstumssportart

Die Entwicklung von Ultimate begann 1968 in den USA, wo sich High School-Studierende eine Teamsportart ausdachten, um die Faszination des Werfens und Fangens von Frisbeescheiben mit Aspekten schon bekannter Sportarten zu verbinden. So sind die Endzonen, in denen gepunktet wird, aus dem American Football entlehnt, das Stehenbleiben und Setzen eines Standbeins mit sogenanntem Sternschritt aus dem Basketball. Ultimate Frisbee erlebte eine starke Verbreitung zunächst in den USA und Kanada, und wird inzwischen auf allen Kontinenten gespielt. Seit 2001 ist Ultimate in der Mixed-Gender-Variante Medaillendisziplin bei den World Games, die seit 2005 in Duisburg unter der Schirmherrschaft des IOC stehen. Der Weltverband WFDF hat im Jahr 2015 die dauerhafte Anerkennung des IOC erlangt. Ultimate wird heute in mehr als 80 Nationen weltweit gespielt. Allein in Nordamerika wird die Zahl der regelmäßigen Spielerinnen und Spieler auf gut fünf Millionen geschätzt.

In Deutschland wird seit 1979 Ultimate gespielt und seit 1981 werden deutsche Meisterschaften im Ultimate ausgetragen. Seit 1991 ist Ultimate im Programm des Allgemeinen Deutschen Hochschulsportbundes (adh). Neben dem Rasensport gibt es auch sehr beliebte Varianten auf Sand und in der Halle. Im Vierjahresrhythmus werden offizielle Welt- und Europameisterschaften durchgeführt. Zuletzt wurde Deutschland in der Mixed-Division 2015 Weltmeister im Beach Ultimate. In Deutschland waren über viele Jahre vor allem die Universitäten mit ihren Hochschulsport-Angeboten die Hauptmultiplikatoren des Ultimate. Inzwischen wurden in Deutschland acht Landesverbände Frisbeesport gegründet, so auch in Bayern, die den regionalen Spielbetrieb und Schul-Vereinsport-Kooperationen befördern.

## Ultimate in München

Auch in München hat sich schon vor Jahrzehnten eine aktive und sportlich erfolgreiche Ultimate-Szene entwickelt. Im Erwachsenenbereich stellten Münchner Teams bisher 16-mal den deutschen Meister in der Damen-Division sowie 5-mal in der Open-Division.

Der ESV München in Laim ist mit über 200 Mitgliedern mittlerweile zum drittgrößten Frisbeesportverein Deutschlands gewachsen. Über die Stadt verteilt und im Umland gibt es zudem diverse kleinere Gruppierungen und Vereine, die an Turnieren teilnehmen.

Seit etwa fünf Jahren gibt es beim ESV München auch eine aktive Jugendmannschaft, die mittlerweile in allen drei Altersklassen U14, U17 und U20 regelmäßig an den Deutschen Meisterschaften teilnimmt. Wir sind immer auf der Suche nach neuen Mitspielerinnen und Mitspielern ab 8 Jahren, Interessenten können sich jederzeit an [jugendtrainer@ultimate-muenchen.de](mailto:jugendtrainer@ultimate-muenchen.de) wenden. Weitere Angebote für Juniorinnen und Junioren gibt es unter anderem auch beim MTV München.

Eine Übersicht über Ultimate-Teams in München findet sich auch unter [ultimate-muenchen.de/teams/](http://ultimate-muenchen.de/teams/).

Ein Leitfaden zur Integration von Ultimate Frisbee in den Schulsportunterricht kann unter [www.frisbeesportverband.de](http://www.frisbeesportverband.de) heruntergeladen werden.

Geschrieben von Jonathan Rohland mit freundlicher Unterstützung durch den Deutschen Frisbeesport-Verband

## Hockey – mal anders!



Bildquelle: Ingmar Janßen-Holldieck

Unterwasserhockey? Was ist denn das? Daniela Steidl, Kapitänin der Nationalmannschaft, bringt es auf den Punkt: „Unterwasserhockey ist Spiel und Spaß, Schnelligkeit und Taktik und eine Herausforderung für die Fitness!“ Dafür sorgt auch der ca. 1,3 kg schwere, kunststoffummantelte Puck aus Blei.

Will man ihn erreichen, muss die Luft angehalten werden. Denn: Gespielt wird sechs gegen sechs auf einem rund 25 Meter langen und idealerweise 2 – 3 Meter tiefen Spielfeld – also unter Wasser. Im Vergleich zu Frankreich (ca. 5000 Spielerlizenzen) oder Neuseeland (über 60 Schulteams) ist die Unterwasserhockeyszene in Deutschland mit derzeit etwa 150 Spielerinnen und Spielern in zehn Vereinen noch überschaubar, wobei der Raum München eine besondere Rolle spielt: Keimzelle dafür war der Zentrale Hochschulsport, der seit 2002 Unterwasserhockey anbietet. Auch heute noch wird Unterwasserhockey (UWH) im Hochschulsport im Olympiabad angeboten.

Mitglieder dieser Hochschulsportgruppe gründeten 2010 den Unterwasserhockey München e.V. (UWHM), um ein breiteres Publikum ansprechen zu können und die Kontakte zu den Verbänden BLTV und VDST auf ein solides Fundament zu stellen. Mit seinen 120 Mitgliedern aus zehn Ländern sind die UWH-Vereine in München sehr international und beheimaten sowohl erfahrene Spielerinnen und Spieler aus Frankreich und den USA als auch Hockeyneulinge, wie etwa aus der Türkei, die den Sport hier gelernt haben. So manches Mitglied hat sich gar für einen Studien- oder Arbeitsplatz in München entschieden, weil man hier Hockey spielen kann!

Von Anfang an stehen jede Menge Turniere auf dem Programm. 400 Kilometer gelten als kurze Anfahrt, denn die Austragungsorte liegen in Frankreich, Tschechien, Slowenien, Italien, den Niederlanden oder Ungarn. Wenn es näher sein soll, bleibt nur Selbermachen: 2011 veranstaltete der Verein sein erstes Trainingslager, 2012 das erste internationale Turnier in Peißenberg. Viele internationale Turniere folgten, zuletzt haben sich die Nachwuchssportlerinnen und -sportler in Kranj (Slowenien) mit Athletinnen und Athleten anderer Nationen gemessen.

Ein geeignetes Bad für ein regelmäßiges Training zu finden, gestaltet sich nicht ganz einfach: Wasserzeiten sind knapp, zudem kommen viele Bäder nicht infrage, weil der Puck beim Spielen unter den beweglichen Hubboden rutschen kann. 2012 gelang es dem Verein, dienstags und donnerstags im „Poccibad“ (Berufsschule an der Lindwurmstr. 90) unterzukommen. Aufgrund der späten Trainingszeit können dort nur Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren trainieren. Für die Jüngeren hatte Trainerin Marion Brandl jedoch bereits 2009 ein Nachwuchstraining beim DJK Sportbund München eingerichtet. Mittlerweile sind dort rund 40 Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 16 Jahren aktiv. Sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene ab acht Jahren trainieren unter anderem im Ludwigs- und im Guardianbad. Die Vereine in München, DJK SB München und UWH München, arbeiten eng zusammen und stellen unter anderem ein gemeinsames Trainerteam für den Hochschulsport zur Verfügung. Beim DJK liegt der Schwerpunkt indes auf der Jugendarbeit.

Dass sich die Nachwuchsarbeit gelohnt hat, zeigt sich an der Beteiligung Deutschlands an den Weltmeisterschaften 2016 in Südafrika und 2018 in Quebec. Auch für 2020 war eine Beteiligung bei der WM in Australien geplant.

Weitere Informationen und Angebote zum Mitmachen gibt es unter [www.djksbm.org](http://www.djksbm.org) oder [www.unterwasserhockey-muenchen.de](http://www.unterwasserhockey-muenchen.de).

## Quidditch/Kidditch



Bildquelle: Guillaume Faniel

Quidditch ist eine gemischtgeschlechtliche Vollkontakt-Sportart, die es seit 2005 auch außerhalb des Harry-Potter-Universums gibt. Im Jahr 2015 wurde das erste Team in München gegründet und spielt seitdem unter dem Namen der Münchner Wolpertinger bei deutschen und internationalen Turnieren. Seit 2019 gibt es auch ein Kidditch-Team in München. Beim Kidditch sind die Regeln vereinfacht und auf Körperkontakt wird verzichtet. Es richtet sich an alle Jüngeren, die noch nicht alt genug sind, um im Erwachsenenteam mitzuspielen.

Beim Quidditch müssen die Spielerinnen und Spieler während des Spiels die gesamte Zeit über einen Besen zwischen den Beinen behalten. Aerodynamisch an den Sport und die Sicherheitsansprüche des Körperkontakts angepasst, handelt es sich hierbei in der Regel um leichte PVC-Stangen.

Jedes Team schickt sieben Spielerinnen und Spieler aufs Feld: Drei Jägerinnen oder Jäger (Chaser) passen sich den Quaffel, einen Volleyball, zu und versuchen, durch einen der drei Ringe der gegnerischen Mannschaft zu werfen, um 10 Punkte pro Tor zu gewinnen. Die Hüterin oder der Hüter (Keeper) verteidigt die eigenen Ringe des Teams. Zwei Treiberinnen oder Treiber (Beater) spielen mit Klatschern (Völkerbälle), die sie nach gegnerischen Spielerinnen und Spielern werfen, um diese „auszuknocken“. Jede Spielerin oder Spieler, die bzw. der von einem Klatscher getroffen wurde, muss vom Besen absteigen und darf nicht ins Spiel eingreifen, ehe sie oder er die Ringe seines eigenen Teams berührt hat. Die Sucherin oder der Sucher des Teams versucht, den Schnatz zu fangen.

Die Schnatzläuferin oder der Schnatzläufer (Snitchrunner) ist eine unparteiische Spielerin oder ein unparteiischer Spieler, in Gelb gekleidet und mit einem am Hosensack befestigten Tennisball in einer Socke, dem Schnatz (Snitch). Wird der Schnatz gefangen, d.h. die Socke herausgezogen, endet das Spiel und die erfolgreiche Sucherin oder der erfolgreiche Sucher gewinnt 30 Punkte für ihr oder sein Team.

Von den sieben Spielerinnen und Spielern auf dem Feld dürfen sich maximal vier mit dem gleichen Geschlecht identifizieren. Auf diese Weise sind Beteiligte jeden Geschlechts, ob innerhalb oder außerhalb des binären Systems, willkommen mitzuspielen.

Quidditch hat sich in den letzten Jahren rasant in Deutschland und der Welt verbreitet. Bei der letzten Weltmeisterschaft, 2018 in Florenz, waren 29 Teams von allen Kontinenten vertreten. Abgesehen von den Nationalteams, die jedes Jahr bei den zweijährlich stattfindenden Welt- oder Europameisterschaften teilnehmen, gibt es auch unter den Lokalteams regen Wettbewerb. Bei einem von zwei jährlichen Turnieren innerhalb Deutschlands entscheidet sich die Qualifikation für den einmal im Jahr stattfindenden EQC. Dieser stellt die Champions League im Quidditch dar und es treten 32 Teams aus ganz Europa an, um das beste europäische Team des Jahres zu küren.

In München trainieren die Wolpertinger zweimal die Woche am Donnerstag (19:00–21:00 Uhr) und am Sonntag (16:00–18:00 Uhr) im Wurfgarten des PSV München. Das Kidditchtraining findet jeweils von 17:30 bis 19:00 Uhr im Wurfgarten des PSV München statt. Zu den Trainings sind alle, die Quidditch einmal selbst ausprobieren wollen, herzlich willkommen. Bei Fragen kann man uns unter [munichquidditch@gmail.com](mailto:munichquidditch@gmail.com) erreichen.

## Gälische Sportarten – gälischer Fußball und Hurling



Seit 2001 bietet der Verein München Colmcilles GAA e.V. zwei traditionelle irische Sportarten in München an. In seinem Zuhause bei SV Gartenstadt-Trudering in der Nähe vom Ostpark treffen sich jeden Samstag Spielerinnen und Spieler von Jung bis Alt, um Spaß zu haben und am Training teilzunehmen. Irische Herkunft braucht man aber nicht!

### Aber was genau sind gälischer Fußball und Hurling für Sportarten?

Es sind die Hauptsportarten des im Jahr 1884 gegründeten irischen Verbands, der „Gaelic Athletic Association“ oder kurz „GAA“. Beide zählen zu den Nationalsportarten des irischen Staats und werden in Irland vor großem Publikum gespielt. Die „All Ireland Finales“ locken jedes Jahr bis zu 80.000 Fans in den Dubliner Croke Park. Das Besondere an der GAA ist, dass selbst auf höchstem Niveau kein (einziger) Spieler für seine Leistung bezahlt wird. Alle Spieler sind reine Amateure, von den regionalen Vereinen, die zu jeder Gemeinde gehören, bis hin zu den obersten Stufen.

Wer Fußball kennt, denkt vermutlich aufgrund des Namens, dass gälischer Fußball diesem sehr ähneln würde, doch das ist nicht der Fall. Die Ähnlichkeiten enden beim runden Ball und einem Tornetz. In Irland wird 15 gegen 15 gespielt, auf einem Feld von etwa 120 m x 80 m, das damit häufig größer als ein Fußballfeld ist. In Kontinentaleuropa wird dieser Sport jedoch auf Fußballfeldern 11 gegen 11 gespielt. Der größte Unterschied zum klassischen Fußball liegt darin, dass man im gälischen Fußball den Ball mit den Händen berühren und sogar tragen darf. Nach vier Schritten muss man jedoch entweder den Ball vom Boden abprallen lassen (aber nicht zweimal nacheinander) oder einen sogenannten Solo machen, indem man den Ball zu sich selbst zurückstößt. Man muss in der Lage sein, all das zu tun und dabei nicht nur möglichst schnell zu laufen, sondern den Ball auch vor den Gegnern zu verteidigen.

Die Tore sehen den Fußballtoren ziemlich ähnlich, allerdings ragen die Torpfosten deutlich höher über die Querlatte. Um zu punkten, gibt es daher zwei Möglichkeiten: Drei Punkte erhält man für jedes geschossene Tor und folgerichtig einen Punkt für einen „Point“, wenn der Ball über die Querlatte und zwischen die Torpfosten fliegt. Statt Eckbällen gibt es Freistöße aus 45 Meter Distanz, ein Angriff kann durch direkten Schulter-zu-Schulter-Kontakt ausgeführt werden und man darf zusätzlich mit nur einer Hand nach dem Ball greifen. Im Frauenspiel ist dieser Schulterangriff jedoch verboten. Um einen Pass zu machen, darf man natürlich den Ball kicken, es gibt aber auch einen Handpass, wobei man den Ball von dem Handteller einer Hand mit der anderen Faust schlägt. Schlussendlich ist beim Männerspiel noch Folgendes zu

beachten: Der Ball darf nicht mit den Händen angefasst werden, wenn er am Boden liegt. Um ihn aufzuheben, muss man das Zeheneende des Schuhs unter den Ball legen und ihn so in die Hände schaufeln.

Abschließend kann gesagt werden, dass der gälische Fußball eine Kombination aus Basketball, Fußball und Handball darstellt und man als Spieler die Fertigkeiten all dieser Sportarten vereinen muss. Es ist eine spannende Sportart, die sehr viel Spaß macht.

### Aber was ist denn mit dem Hurling?

Hurling ist sowohl „der schnellste Feldsport der Welt“ als auch vermutlich der älteste, wie Belege eines ähnlichen Sports in uralten irischen Geschichten zeigen. Er wird auf einem gleichen Feld und mit gleichem Punktesystem wie gälischer Fußball gespielt, doch anstatt eines großen Balls gibt es einen kleinen namens „sliotar“ sowie einen Schläger, der „camán“ genannt wird. Wer Eishockey spielt, könnte sich auf dem Hurlingfeld wohlfühlen.

Hier in München versammeln sich jeden Samstag bis zu 60 Kinder und bis zu 40 Erwachsene, um diese Sportarten zu betreiben. Haben wir nun deine Neugierde geweckt und du möchtest ebenfalls teilnehmen, kontaktiere uns einfach! Wir sind auf allen sozialen Medien zu finden sowie auf unserer Webseite [www.munichgaa.de](http://www.munichgaa.de). Wir freuen uns, von dir zu hören!



## American Football



Für viele ist American Football nur der Superbowl und den gibts ja nur in den USA. Doch mit der steigenden Popularität der NFL, der amerikanischen Profiligen, wollen in Deutschland viele den Sport selbst ausprobieren. Dadurch entstand ein großer Zulauf bei Footballvereinen in Deutschland, auch bei den beiden Münchner Vereinen, den Munich Cowboys und den München Rangers. Dort gibt es Footballteams von der U11 bis zu den Erwachsenen.

Der neue Boom des Footballs in Deutschland sorgt vor allem im Jugendbereich für immer größeren Zulauf, aber leider wird Football von der Gesellschaft aufgrund des ersten Eindrucks für einen gefährlichen Sport gehalten. Dabei hat dieser Sport noch eine andere Seite: Denn der Sport ist hochtaktisch, oft haben die Vereine schon in der Jugend ein Playbook, also ein Buch, in dem alle Spielzüge aufgezeichnet sind, mit mehr als 100 Seiten. Dazu sind die einzelnen Mannschaften meist über 30 Personen stark, durch die vielen spezialisierten Positionen. Dadurch haben Menschen verschiedenster Körpertypen einen Platz in dem Sport. Was genau die Faszination hinter dem Sport ist und andere Fragen stellen wir dem Vorstandsmitglied der München Rangers Max Feruga.

## Was genau ist deine Faszination bei Football?

Für mich persönlich hat das Ganze eine neue Welt eröffnet. Ich habe hier einfach eine neue Family kennengelernt. Und das Faszinierende am Football ist, dass durch die Mannschaftsgröße und die vielen unterschiedlichen Positionen so viele verschiedene Persönlichkeiten zusammenkommen. Sei es jemand, der es im Leben bis jetzt schwerer hatte und mehr ein Außenseiter ist, oder aber auch die „Superstars“. Und alle die müssen miteinander arbeiten, denn im Football ist es noch mehr als im Fußball, dass ein einziger guter Spieler wenig anrichten kann, wenn der Rest nicht mit ihm am gemeinsamen Ziel arbeitet und sich so Freundschaften bilden, die sich sonst wahrscheinlich nie gebildet hätten. Als Trainer ist das Ganze dann noch mal besonders, wenn du deine Spieler beim Aufwachsen begleitest. Wegen dieser „Family“-Perspektive interessiert mich der Football extrem, doch auch die Sportart selbst ist unglaublich interessant, sehr komplex, aber leider im Volksmund anders gesehen als das, was sie wirklich ist. Sie ist hochtaktisch, macht einfach Laune und die Spiele sind halt auch superspannend.

## Wie ist der Verein strukturiert?

Derzeit haben wir eine Herrenabteilung, eine Damenabteilung und jetzt wieder ganz frisch seit 2020 eine Cheerleader-Abteilung und natürlich auch ganz groß die Jugend. Die Jugend ist weiter aufgeteilt, da zwei Unterabteilungen vorherrschend sind, zum einen Flagfootball und dann eben der normale Tacklefootball. Die Jugend hat derzeit eine U19, die Tackle spielt, eine U16 die sowohl Tackle als auch Flag spielt, sowie die U13 und U11, die nur Flag spielen. Bei den Cheerleadern gibt es auch viele Jugendliche, aber das ist schon eine andere Sportart. Die einzelnen Teams haben natürlich auch Trainer. Eine Besonderheit beim Football ist, dass es viele Assistant-Coaches gibt, die dann eine Positionsguppe trainieren. Alleine in der U19 haben wir insgesamt 12 Trainer.

## Wie unterscheidet sich Flag- von Tacklefootball?

Der größte Unterschied ist, dass es Flagfootball einschränkt auf die Kontaktlosigkeit, es gibt dort kein Tackling. Anstatt den Spieler zu Boden zu bringen, zieht man ihm eine Flagge am Gürtel. Wobei Flag wieder Unterformen hat. Es gibt komplett kontaktloses Flag, wie es auch in den USA gespielt wird, und Flag mit „Semikontakt“, aber immer noch ohne Ausrüstung. Das hilft auch beim Einstieg, da man noch keine Anschaffung tätigen muss, denn eine neue Ausrüstung kostet um die 400 €. Es gibt aber auch Möglichkeiten, sich beim Verein Ausrüstung auszuleihen. Je nachdem was gespielt wird, hat das Ganze eine Auswirkung auf Spieleranzahl, Positionen und Taktiken.

## Wie bereitet Flag auf Tackle vor?

Im Flag liegt der Fokus auf den Techniken und den Bewegungsabläufen, denn die sind sehr komplex beim Football, es gibt viele verschiedene Positionen, die alle ein anderes Repertoire an Bewegungsabläufen fordern. Ich würde sogar sagen, dass die Wurfbewegung eines Quarterbacks eine der komplexesten Bewegungen im Sport generell ist, da man während des Wurfs so viele Sachen beachten und währenddessen noch die gegnerische Defense lesen muss. Dadurch ist Flag leichter für Spieler, die gerade erst anfangen. Wenn die Spieler dann älter werden und der Zusatz des Tacklens dazukommt, haben sie einen Vorteil, da sie schon die Grundbewegungen und -taktiken kennen. Denn die größte Gefahr beim Kontakt ist, wenn man seine Abläufe schlecht ausführt, weil man sich dort am ehesten verletzen kann.

## Fechten



Du suchst einen vielseitigen Sport? Etwas, bei dem Konzentration, Taktik, Fitness und Präzision gefragt sind? Dann bist du beim Fechten genau richtig!

Seit über 100 Jahren ist Fechten eine olympische Disziplin, die sich über Jahrhunderte aus dem militärischen Zweikampf entwickelt hat. Gefochten wird an drei Waffen: dem Florett, dem Degen und dem Säbel. Ziel ist es, den Gegner

gültig zu treffen. Die gültige Trefffläche ist abhängig von der gefochtenen Waffe. Es gewinnt der Fechter das Gefecht, der seinem Gegner zuerst 5, 10 oder 15 Treffer gesetzt hat. Ein Schiedsrichter („Obmann“) entscheidet, wer wann einen gültigen Treffer gesetzt hat. Dabei hilft ihm ein elektronisches Anzeigergerät („Melder“), das je nach Treffer grün oder rot aufleuchtet.

Ob Breiten- oder Leistungssport – ausprobieren kann man das Fechten immer. Ideal ist der Einstieg jedoch ab dem Alter von sieben Jahren. Im Verein lernst du gemeinsam mit anderen den Umgang mit den Waffen Florett, Degen und Säbel kennen, übst die Grundschritte und entwickelst Angriffs- und Verteidigungsaktionen. Wichtig dabei ist die Grundregel des Fechtens: treffen, ohne getroffen zu werden.

Das funktioniert mit jeder Waffe ein bisschen anders. Während im Degen und Florett nur Stöße zählen, sind im Säbel auch Hiebe erlaubt. Mit dem Florett und dem Säbel gibt es zudem ein Angriffsrecht, das erkämpft werden muss. Treffen kann man den Gegner im Degen überall, im Säbel oberhalb der Gürtellinie und im Florett gibt nur der Torso gültige Punkte.

In unseren Münchner Vereinen werden auf die verschiedenen Waffen unterschiedlich stark Schwerpunkte gelegt, so dass jeder etwas Passendes findet. Schau doch einfach mal beim Bayerischen Fechtverband vorbei, ob es auch bei euch in der Nähe Angebote von Vereinen gibt: [www.bfv-fechten.de](http://www.bfv-fechten.de)

Sonntag gleich nach der Kirche begonnen und bis zur späten Abendstunde gedauert, am Markttag auch bis Mitternacht. Es habe zu essen gegeben und Bierreste zu trinken, manchmal auch einen Schnaps, dazu einen guten Stundenlohn und Zusatzbeiträge bei Ehrenrunden.

In München bieten Sportkegeln folgende Vereine an: ESV Neuaubing, FC Bayern München, SKC Bavaria-Pasing München, TSV 1860 München, SV 1880 München, Sportkeglerclub Alt-München, Münchner Kegler-Verein und noch einige mehr.

## Kegeln



### Schon gewusst?

Das Kegeln zählt zu den ältesten Sportarten der Welt. Schon in einem ägyptischen Kindergrab aus der Zeit von 3500 v. Chr. fand man Teile eines Kegelspiels, das dem heutigen ähnelt. In Westeuropa lässt sich die Entwicklung des Kegelspiels bis ins 12. Jahrhundert zurückverfolgen. Im Jahre 1157 wird es in Deutschland in einer Chronik der Stadt Rothenburg erstmals urkundlich erwähnt.

### Wie wird Kegeln gespielt?

Kegeln ist eine Präzisionssportart, bei der ein Spieler von einem Ende einer glatten Bahn (Kegelbahn) aus mit kontrolliertem Schwung eine Kugel ins Rollen bringt, um die am anderen Ende der Bahn aufgestellten neun Kegel umzuwerfen. Die Kegel sind dabei gleichmäßig in Form eines Quadrats angeordnet, das auf der Spitze steht (Raute). Aus dem Kegeln hervorgegangen und daher eng mit ihm verwandt ist das Bowling, bei dem zehn Kegel (Pins) in Form eines gleichseitigen Dreiecks aufgestellt werden.

Sportkegeln wird als Einzel- und Mannschaftssportart betrieben. Eine Mannschaft besteht aus sechs, in manchen unteren Klassen auch vier Spielerinnen und Spielern. Außerdem werden Paar- und Mixed-Wettbewerbe abgehalten. Neu dazugekommen sind Tandem- und Sprintwettbewerbe, die im K.-o.-System gespielt werden. Insgesamt gibt es rund 115.000 Classic-Keglerinnen und -Kegler weltweit, davon etwa 82.000 in Deutschland.

Der Spielbetrieb des Deutschen Keglerbundes Classic findet in verschiedenen Ligen statt. Deutsche Meisterschaften in Einzel- und Mannschaftswettbewerben aller Altersklassen werden jährlich durchgeführt. Hierfür müssen sich die Einzelspielerinnen und -spieler und Vereinsmannschaften über Kreis-, Regional- und Landesmeisterschaften qualifizieren.

### Fun fact!

Bis in die 1980er-Jahre hinein stellten „Kegeljungen“ (oder Kegelbuben) die Kegel auf und rollten die Kugel zurück. Nach Darstellung des Schriftstellers Karl May sei er selbst 1854 Kegeljunge gewesen und das Kegeln habe am

## Gewichtheben



### Was ist das erste Bild, wenn du an Gewichtheben denkst?

Schwere Männer, die hohe Gewichte lautstark durch die Luft schmeißen, stimmt's? Dass diese Sportart auch für Kinder und Jugendliche sehr zu empfehlen ist, möchte ich dir im folgenden Artikel erklären.

### Was ist Gewichtheben?

Beim Gewichtheben wird eine Langhantel durch Reißen oder Stoßen zur Hochstrecke gebracht, das heißt mit ausgestreckten Armen über den Kopf gestemmt. Beim Reißen wird die Langhantel in einer einzigen Bewegung vom Boden über den Kopf mit ausgestreckten und senkrecht stehenden Armen gebracht. Das Stoßen besteht aus zwei Teilabläufen, dem Umsetzen der Hantel auf die Schultern und dem Ausstoßen der Hantel über den Kopf, was einen wesentlichen Unterschied zum Reißen darstellt.

### Ist Gewichtheben für Kinder ungesund?

Nein, Gewichtheben ist nicht ungesund für Kinder. Es liegen keine Untersuchungen vor, das Krafttraining das Wachstum oder die Knochen schädigt. Ganz im Gegenteil. Oft liegen Muskelverkürzungen und Instabilitäten bereits bei Kindern und Jugendlichen vor. Gewichtheben kann hierbei helfen, die Knochenstrukturen, Muskeln und Gelenke zu stärken und beweglich zu halten.

Beim Kinder- und Jugendtraining wird besonders darauf geachtet, dass die Nachwuchsathletinnen und -athleten breit ausgebildet werden. Das bedeutet, sie werden nicht zu früh auf die Sportart Gewichtheben spezialisiert, sondern eher darauf vorbereitet. In den Wettkämpfen werden daher verschiedene athletische Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, wie Sprünge, Würfe und Sprints, abverlangt. In den Trainings werden ebenfalls solche und weitere Elemente für die Beweglichkeit, Kraft, Koordination, Schnelligkeit und Turnelemente eingebaut.

Dadurch bleibt das Training abwechslungsreich und macht eine Menge Spaß. Die Technik und die Athletik der Kinder und Jugendlichen stehen im Vordergrund. Besonders wichtig ist es im Gewichtheben, eine sichere und stabile Hocke einnehmen zu können. Dazu müssen das Sprung- und das Kniegelenk, aber auch die Hüfte mobil sein. Des Weiteren wird ein mobiles und stabiles Schultergelenk für die Ausführung der beiden Wettkampfübungen Reißen und Stoßen benötigt, um die Hantelstange über dem Kopf im Gleichgewicht halten zu können.

### Wurde dein Interesse geweckt?

Du möchtest stärker und eine bessere Athletin oder ein besserer Athlet werden? In unsere MSJ-Sportdatenbank kannst du nach einem Sportverein in deiner Nähe suchen, der Gewichtheben anbietet. Probier es aus!

## Ringen



Ringen ist ein Kampf- und Kraftsport mit Ganzkörpereinsatz ohne weitere Hilfsmittel. Schon bei den Olympischen Spielen in der Antike von 776 v. Chr. bis 393 n. Chr. gehörte Ringen zu den ersten Disziplinen. Mit Beginn der Olympischen Spiele der Neuzeit ab 1896 gehört Ringen zum olympischen Programm. Seit den Olympischen Spielen 2004 ist Freistilringen auch olympische Disziplin für Frauen.

### Was sind die Regeln?

Beim Ringen werden zwei Stilarten unterschieden:  
**Freistil:** Der gesamte Körper, vom Kopf bis zu den Füßen, gilt als Angriffsfläche. Das gilt im Stand- wie auch im Bodenkampf.  
**Griechisch-römisch (kurz auch Greco):** Nur der Körper oberhalb der Gürtellinie gilt als Angriffsfläche. Dies gilt im Stand- wie auch im Bodenkampf.

Eine Ringerin oder ein Ringer zielt generell darauf hin, ihre Gegnerin oder seinen Gegner aus dem Stand in die Bodenlage und mit beiden Schultern auf die Matte zu bringen (Schultersieg). Dabei kommen als Techniken Würfe, Schleuder- und Hebelgriffe zum Einsatz. Schläge, Tritte, Stöße und Würgeansätze sind verboten. Die Kampfleitung und die Wertung der Grifftechniken übernimmt entweder die Kampfrichterin bzw. der Kampfrichter oder ein Kampfgericht aus drei Wertungsrichtern. Siegerin bzw. Sieger ist, wer am Ende der Kampfzeit die meisten Punkte gesammelt hat oder wer vorher seinen Gegner auf beide Schultern gebracht („geschultert“ oder „gepinnt“) hat.

Orte, an denen man den traditionellen Ringsport ausüben kann, sind in Deutschland im Vergleich zu anderen Sportarten dünn gesät. Hier in München gibt es noch einige Vereine, die Ringen anbieten. Zum Kinder- und Jugendtraining sind neben den Buben auch Mädchen willkommen. So richtig hat es sich nämlich noch nicht herumgesprochen, dass Frauenringen an Popularität immer mehr zunimmt. Bis zum Alter von zwölf Jahren kämpfen sie gemeinsam mit den Buben um Medaillen (hier haben die Buben auch das Öfteren das Nachsehen). Ringermädchen wie Ringerbuben werden spielerisch in der Technik unterwiesen und zur notwendigen Fitness gebracht.

### Noch nicht überzeugt?

Der Deutsche Ringerbund e.V. hat 10 Gründe, warum du auf die Matte gehen solltest ...

#### 1. Körperbeherrschung

Durch verschiedene Kraft- und Gleichgewichtsübungen sowie durch das Techniktraining lernen Kinder ihren Körper kennen und auch, ihn zu beherrschen.

#### 2. Fairness

Wie bei vielen Sportarten ist auch beim Ringen die Fairness ein wichtiger Bestandteil des Trainings und der Wettkämpfe: Auch ein festes Regelwerk mit klaren Grenzen trägt zur Ausbildung des Fairnessgedankens bei.

#### 3. Werte

Unser Sport vermittelt Kindern im täglichen Training Werte wie Teamgeist, Respekt, Ehrgeiz, Toleranz und Rücksichtnahme.

#### 4. Gesundheit und Fitness

Ringen strengt an – und das ist gut so. Beim Ringkampf werden praktisch alle Muskelgruppen trainiert. Ergebnisse sind eine stabile Muskulatur und effektive Verbrennungsprozesse. Ein regelmäßiges Training ist außerdem nicht nur gut für den Körper, sondern auch für den Geist.

#### 5. Eigene Grenzen

Durch Trainingskämpfe erkennen junge Sportlerinnen und Sportler oft ihre eigenen Grenzen. Sie lernen aber ebenfalls, die eines anderen einzuschätzen und nicht zu überschreiten.

#### 6. Sozialisierung und Teamgeist

Ringen ist kein Einzelsport. Im gemeinsamen Training kommen Sportlerinnen und Sportler aus allen Bereichen zusammen. Wir unterstützen uns bei Erfolgen und auch Misserfolgen, zum Beispiel bei Mannschaftskämpfen. Ringer sind Gegner und Freunde gleichermaßen, auf und neben der Matte.

### 7. Disziplin

Erfolg kommt nicht von ganz alleine. Auch beim Kampf gegen die Waage lernen Ringerinnen und Ringer Selbstbeherrschung. Bei der Wiederholung von Übungen und dem Ausdauertraining kommt die Präzision hinzu.

### 8. Selbstvertrauen

Seinen eigenen Körper und Geist zu kennen sowie zu trainieren, stärkt das Selbstbewusstsein und gibt Selbstsicherheit. Aus Nachwuchsringerinnen und -rington werden Persönlichkeiten.

### 9. Regeln & Normen einhalten

Wenn eine Person auf den Schultern liegt, ist der Kampf beendet. Regeln und Normen setzen klare Grenzen – der Ringkampf geht nicht nur bei Wettkämpfen Regeln nach, auch im Training lernen Kinder, den Hinweisen ihrer Trainerinnen und Trainer zu folgen.

### 10. Spaß

Bewegung, Spiel und Sport sind Teil der kindlichen Welt. Diesem natürlichen Bewegungsdrang können sie im Training auch auf spielerische Art nachgehen. Sport macht Spaß. Ring frei!

## Headis



Im Sommer 2006 war es noch eine Notlösung im Freibad. Der Fußballplatz war belegt und nur die Tischtennisplatte war frei. Also fing Rene Wegner an der Platte an, einen Plastikball nur mit dem Kopf zu spielen. Heute gibt es über 100.000 Menschen weltweit, die mit dem Kopf Tischtennis spielen. Daraus ist die Headis-Turnierserie entstanden, bei der pro Jahr über 1.500 Spieler an den ausgelassenen Sport-Events teilnehmen. Die Turniere lösen bei der immer weiter wachsenden Headis-Community eine regelrechte Euphorie aus.

Längst ist die Turnierserie nicht mehr nur auf Deutschland beschränkt. Es gibt regelmäßige Turniere in Tschechien, Belgien, Frankreich und den Niederlanden. Erstmals fand die European Open (bei der Spielerinnen und Spieler aus den offiziellen Partnerländern eingeladen werden) außerhalb Deutschlands, in Tschechien, statt. Der Reisebus dorthin war bereits Monate vor dem Trip mit Headis-Spielerinnen und Spielern ausgebucht. Ein Turnier in Rotterdam war innerhalb von 24 Minuten ausgebucht!

In acht Ländern gibt es offizielle Headis-Partner, die die Entwicklung vorantreiben. So ist es keine Überraschung, dass zur Weltmeisterschaft jährlich rund 200 Spielerinnen und Spieler aus mindestens zwölf Nationen anreisen. Insbesondere in Tschechien und Japan ist die professionelle Turnierserie sehr ausgereift und bringt immer mehr Spielerinnen und Spieler mit sich.

Trotz des Spaßcharakters der Turniere und der lockeren Szene spielt das Sportliche natürlich eine wichtige Rolle. Das Spiel wird immer spektakulärer. Rettungsaktionen knapp über dem Boden oder meterweit hinter der Platte sind an der Tagesordnung. „Um Weltmeisterin oder Weltmeister zu werden, braucht man neben dem Ballgefühl auch eine sehr gute Koordination und eine gewisse Fitness kann auch nicht schaden“, so Wegner. „Trotzdem ist es bei uns so, dass sich immer absolut jeder einfach online registrieren und für jedes Turnier anmelden kann. Eine Vereinszugehörigkeit ist nicht nötig. Einfach vorbeikommen!“, erklärt Wegner.

### KOPFBALLSPIEL IM FUSSBALL

Vereinzelt gibt es dennoch Headis-Vereine. Die Prominentesten dabei sind der 1.FC Kaiserslautern und der SV Darmstadt 98. Die beiden Profifußballclubs haben seit Jahren eigene Headis-Abteilungen. Headis fördert nachweislich das Kopfballspiel im Fußball, insbesondere die Präzision. „Ich hätte gern schon in meiner Jugendzeit Headis gespielt. Je früher man da anfängt, umso besser kann man sein Kopfballspiel schulen. Ich spiele auch oft mit ein paar Jungs aus der Bundesliga.“, schwärmt HSV-Profi Christoph Moritz.

Viele Mannschaften haben Headis schon in ihrem Training genutzt, wie z.B. Borussia Dortmund, Schalke 04, Arsenal London oder Borussia Mönchengladbach. Zuletzt spielten Weltmeister Mats Hummels und Benjamin Pavard. Leider gibt es in München noch nicht die Möglichkeit, Headis im Verein zu spielen. Jedoch kann man sich über die Facebookgruppe „Headis München“ mit Headisspielerinnen und Spielern treffen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener, alle sind willkommen.

## Randsport

Kinder brauchen Kinder, Kinder brauchen Sport – so lautet die Forderung, mit der die Münchner Sportjugend (MSJ) in den vergangenen Wochen auf die Münchner Politik eingewirkt hat. Denn für die MSJ ist klar, unsere Kleinsten waren von den Einschränkungen der vergangenen Monate besonders hart getroffen. Langsam kommt mit den ersten Öffnungen auch wieder Bewegung in die Diskussion um den Sport und insbesondere in den Sport für Kinder und Jugendliche. Dennoch wird auch hier wieder mal mit verschiedenem Maß gemessen. Für erwachsene Profisportler werden Möglichkeiten geschaffen, die für unsere Kinder und Jugendlichen leider größtenteils noch undenkbar sind. Und wieder einmal kann vor allem der Profi-Fußball seine Wünsche durchsetzen, obwohl es gerade die weniger von Fernsehrechtsstreits betroffenen Randsportarten besonders hart trifft.

Denn eines wird in diesen Tagen mal wieder sehr deutlich, insbesondere kleineren Randsportarten fehlt eine für sie eintretende Lobby. Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat sich über die vergangenen Wochen natürlich für alle ihm angehörenden Sportarten eingesetzt, dennoch hat der Fußball und hier vor allem der Profi-Fußball die Diskussion dominiert. Aber auch Kinder haben ein Recht auf Sport, genauso wie Profis, und Sport besteht nicht nur aus Fußball, auch in Deutschland.

Sport ist genauso vielfältig wie unsere Kinder, und genau diese Vielfalt ist für die sportliche Entwicklung unseres Nachwuchses so wichtig. Manche Schulprogramme nehmen den Vielfaltsgedanken bereits in ihre sportliche Gestaltung mit auf, so zum Beispiel das KISS- Projekt, das viele Münchner Schulen gemeinsam mit Münchner Sportvereinen anbieten. Im Vordergrund stehen hierbei das Verbessern koordinativer Fähigkeiten und das Erlernen sportlicher Grundzüge, ganz unabhängig von der letztlich später einmal favorisierten Sportart der Kinder.

Auch der normale Sportunterricht lebt von der Vielfalt, er sollte ein Ort sein, bei dem die Kinder mit möglichst vielen verschiedenen Sportarten in Berührung kommen, um herauszufinden, welche Sportart sie vielleicht interessieren könnte. Doch oft sind es auch hier gerade Randsportarten, die nicht zum Zug kommen. Leider gibt es bislang nur wenige Schülerinnen und Schüler, die in ihrer schulischen Laufbahn mit Sportarten wie Quidditch oder Ultimate Frisbee in Berührung kommen, um nur einmal zwei Beispiele zu nennen. Die MSJ will das ändern und fordert mehr Sichtbarkeit für Randsportarten. Nicht nur in Schulen, sondern auch in der medialen Berichterstattung muss den vielzähligen Randsportarten mehr Platz zugestanden werden. Denn wie sollen Kinder und Jugendliche sonst von der Vielfalt des Sports erfahren?

Und dass sie davon erfahren, ist unabdingbar. Wir wissen längst, dass Kinder Sport machen müssen und das am besten an der frischen Luft, um spielerisch auch über Zusammenhalt, Verlust, Ehrgeiz und Demokratie zu erfahren. Die MSJ fordert deshalb, Sport zu einem Kernfach in der Schule zu machen! Wo sonst könnten Kinder besser praktisch über Vielfalt lernen als im Sport?

Doch viel zu oft finden Kinder, die mit Fußball nichts anfangen können, generell auch „Sport“ doof, weil sie eigentlich nicht viele andere Sportarten kennen. Wer eine Randsportart betreibt ist meist durch Freunde oder Familie an sie geraten oder in manchen Fällen durch glückliche Zufälle. Wäre die Vielfalt des Sports aber bekannter, so könnten auch mehr Kinder für den Sport gewonnen werden. Denn bei der riesigen Auswahl an verschiedensten Sportarten allein in München dürfte für die allermeisten Kinder etwas Spannendes und Interessantes dabei sein.

Die MSJ fordert deshalb eine bessere Sichtbarkeit für Randsportarten und auch innerhalb der Stadt mehr Platz für Randsportarten. Denn wenn der Fußball den Randsport immer weiter an den Rand treibt, dann braucht es nicht verwundern, wenn unsere sportliche Vielfalt immer weiter abnimmt. Gerade Randsportarten haben meist keine starke Lobby oder einflussreiche Ligen oder Verbände. Sie brauchen unser aller Hilfe, damit unsere sportliche Vielfalt auch in Zukunft erhalten werden kann. Und diese Hilfe brauchen viele Vereine gerade jetzt. Vielleicht schauen Sie am nächsten freien Sonntag auch einfach mal bei einer ganz neuen Sportart zu und entdecken, wie vielfältig der Sport auch außerhalb der Olympischen Spiele sein kann. Wussten Sie zum Beispiel, dass im Münchner Umland auch Blindenbaseball gespielt wird? Lassen Sie uns nicht nur alle paar Jahre verwundert und fasziniert neue Sportarten entdecken, sondern helfen, eben auch unseren Münchner Randsport in die Breite zu tragen.

Die MSJ will in diesem Magazin ihren Beitrag zu dieser Diskussion leisten und Ihnen bereits ein paar erste Randsportarten vorstellen, um Lust auf mehr zu machen. Wenn auch Sie eine Randsportart betreiben, die wir im MSJ-Magazin nicht vorgestellt haben, schreiben Sie uns an: [info@msj.de](mailto:info@msj.de). Gerne setzen wir auch Ihre Sportart ins Rampenlicht.

#msjbewegt

# Seminarangebote der Münchner Sportjugend

Juni bis September 2020

## Webinare im Juni - Juli 2020

### Bildungsmaßnahmen während der Corona-Pandemie

Aufgrund der aktuellen Situation gestaltet sich eine langfristige Planung äußerst schwierig. Somit können wir noch keine verbindlichen Aussagen darüber treffen, ob alle Veranstaltungen in den kommenden Monaten wie geplant stattfinden können. Wir versuchen jedoch möglichst viele Seminare im Online-Format anzubieten, um auch in der jetzigen Zeit die Möglichkeit der Aus- und Weiterbildung zu geben.

Sollten Sie sich bereits für Kurse und Seminare in den kommenden Monaten angemeldet haben, erhalten Sie rechtzeitig von uns Informationen darüber, ob und auf welche Weise das Angebot stattfinden kann. Alle aktuellen Informationen erhalten Sie immer über unsere Homepage bzw. über unseren Newsletter.

### Grundausbildung zur Juleica: Online-Seminare können anerkannt werden!

Leider mussten wir unseren Präsenzlehrgang zur Juleica-Ausbildung in der Sportschule Oberhaching Anfang Mai absagen – jetzt gibt es gute Nachrichten aus dem Bayerischen Jugendring (BJR): unsere unten aufgeführten Webinare können auch für die Grundausbildung zur Juleica angerechnet werden und verkürzen ggf. einen späteren Präsenzlehrgang – bei Interesse bitte im Vorfeld Rücksprache nehmen unter [ausbildung@msj.de](mailto:ausbildung@msj.de)!

## Webinare im Juni - Juli 2020

## Inhalte

### Webinar – 20101SEMA0120

#### Aufsichtspflicht Teil I

Aufsichtspflicht und Rechtsfragen in der sportlichen Jugendarbeit – Teil I

Referent: Rechtsanwalt Stefan Obermeier

### Webinar – 20101SEMA0220

#### Aufsichtspflicht Teil II

Aufsichtspflicht und Rechtsfragen in der sportlichen Jugendarbeit – Teil II

Referent: Rechtsanwalt Stefan Obermeier

### Webinar – 20101IAZ0220

#### Zuschüsse für überfachliche Jugendarbeit

Informationen und beispielhafte Erläuterungen zu unterschiedlichen Fördermöglichkeiten, insbesondere auf kommunaler Ebene

Referent: Hans Radspieler, Jugendsekretär der Münchner Sportjugend

### Webinar – 20101SEMA0320

#### Prävention von sexualisierter Gewalt und Kinderschutz

Informationen und Sensibilisierung zur Prävention von sexualisierter Gewalt und zum Kinderschutz in der sportlichen Kinder- und Jugendarbeit

Referentinnen: Lisa von Eichhorn und Karin Oczenascheck, Münchner Sportjugend



## Was passiert, wenn meine JULEICA im Jahr 2020 abläuft bzw. schon abgelaufen ist?

Laut dem Bayerischen Jugendring (BJR) sind alle Jugendleiterkarten (Juleicas), die im Jahr 2020 ihre Gültigkeit verlieren würden, automatisch verlängert bis zum 31.12.2020. Grundsätzlich können Online-Fortbildungen für die Verlängerung der Juleica angerechnet werden. Es gilt allerdings nach wie vor, dass für die Verlängerung ein Zeitumfang von 8 Fortbildungsstunden erfüllt sein muss. Sollten die notwendigen 8 Fortbildungsstunden bereits absolviert worden sein (egal ob als online-Kurs oder als Präsenz-Veranstaltung), kann die Juleica natürlich auch schon vor dem 31.12.2020 neu beantragt werden.

Weitere Informationen zum Thema Juleica und Juleica-Verlängerung, finden Sie auf der Homepage des BJR unter [www.bjr.de](http://www.bjr.de) - Corona - FAQ.

## Meine Übungsleiterlizenz läuft dieses Jahr ab – was tun?

Aufgrund der abgesagten Fortbildungen werden alle am 31. März ablaufenden Lizenzen des BLSV automatisch bis zum Jahresende 2020 verlängert. Inwiefern eine Verlängerung der Lizenzen über Online-Angebote möglich ist, wird aktuell vom BLSV geprüft und geklärt. Hierzu wird der BLSV die Vereine gesondert informieren. Eventuelle Verlängerungen von Lizenzen der Sportfachverbände liegt im Verantwortungsbereich des entsprechenden Sportfachverbands. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie auf der Website des BLSV unter [www.blsv.de](http://www.blsv.de)

Zielgruppe/Lizenz	Gebühren	Termine/Ort	Anmeldung
JugendleiterInnen und BetreuerInnen, die in der Jugendarbeit der Münchner Sportvereine tätig sind, sowie Interessierte an der Jugendarbeit. Der Seminarabend Teil I wird anteilig zur Verlängerung der Jugendleiter-Card (Juleica) anerkannt. (Voraussetzung zur Juleica -Verlängerung: 8 Fortbildungsstunden)	Kostenfreies Angebot	09.06.2020  18.00 Uhr bis ca. 20:00 Uhr  Online via Zoom	Die Anmeldung erfolgt unter <a href="http://www.msj.de">www.msj.de</a> → Bildung → Seminare Weitere Informationen unter Tel.: 089 15702-206 oder E-Mail: <a href="mailto:ausbildung@msj.de">ausbildung@msj.de</a> Anmeldeschluss: 05.06.2020
JugendleiterInnen und BetreuerInnen, die in der Jugendarbeit der Münchner Sportvereine tätig sind, sowie Interessierte an der Jugendarbeit. Der Seminarabend Teil II wird nur dann anteilig zur Verlängerung der Jugendleiter-Card (Juleica) anerkannt, wenn auch Teil I besucht wurde. (Voraussetzung zur Juleica -Verlängerung: 8 Fortbildungsstunden)	Kostenfreies Angebot	10.06.2020  18.00 Uhr bis ca. 20:00 Uhr  Online via Zoom	Die Anmeldung erfolgt unter <a href="http://www.msj.de">www.msj.de</a> → Bildung → Seminare Weitere Informationen unter Tel.: 089 15702-206 oder E-Mail: <a href="mailto:ausbildung@msj.de">ausbildung@msj.de</a> Anmeldeschluss: 08.06.2020
VereinsjugendleiterInnen der Münchner Sportvereine, insbesondere „Neueinsteiger“ in der überfachlichen Jugendarbeit im Sport. Der Informationsabend wird anteilig zur Verlängerung der Jugendleiter-Card (Juleica) anerkannt. (Voraussetzung zur Juleica -Verlängerung: 8 Fortbildungsstunden)	Kostenfreies Angebot	09.07.2020  Beginn 17.30 Uhr  Online via Zoom	Die Anmeldung erfolgt unter <a href="http://www.msj.de">www.msj.de</a> → Zuschüsse → Infoabend Weitere Informationen unter Tel.: 089 15702-206 oder E-Mail: <a href="mailto:ausbildung@msj.de">ausbildung@msj.de</a> Anmeldeschluss: 07.07.2020
JugendleiterInnen und BetreuerInnen, die in der Jugendarbeit der Münchner Sportvereine tätig sind, sowie Interessierte an der Jugendarbeit. Der Seminarabend wird anteilig zur Verlängerung der Jugendleiter-Card (Juleica) anerkannt. (Voraussetzung zur Juleica -Verlängerung: 8 Fortbildungsstunden)	Kostenfreies Angebot	22.07.2020  18.30 Uhr – 20:00 Uhr  Online via Zoom	Die Anmeldung erfolgt unter <a href="http://www.msj.de">www.msj.de</a> → Bildung → Seminare Weitere Informationen unter Tel.: 089 15702-229 oder E-Mail: <a href="mailto:ausbildung@msj.de">ausbildung@msj.de</a> Anmeldeschluss: 15.07.2020

## Michael Meyer



Lange mussten meine Kollegin Erika Hüller und ich nicht überlegen, als wir darüber gesprochen hatten, wen wir aus unserem Verein für „ehrenwert“ halten. Natürlich gibt es noch viele andere Ehrenämter in unserem Verein, die diesen Titel für die Jugendarbeit verdienen. Jeder Sportverein kennt und schätzt seine stillen Helden, ohne die ein Verein nicht existieren könnte. In diesem Artikel möchte ich einen von diesen stillen Helden des ESV Neuaubing e.V. vorstellen und ihm im Namen unseres Vereins für sein ehrenwertes Engagement danken.

Michael Meyer hat erst mit 40 Jahren den Weg zum Karate

über seine zwei Kinder gefunden. Seitdem brennt er für den Sport, seinen Verein und die Jugendarbeit. Er hat den dritten Dan, ist geprüfter C-Trainer im Breitensport und stellvertretender Abteilungsleiter. Er trainiert Kinder, Jugendliche und Erwachsene, hat aber selbst nie Wettkämpfen bestritten. Dafür führt er seine Karate-Kids erfolgreich zu Wettkämpfen. Erfolg auf den Wettkämpfen ist für ihn aber zweitrangig. „Mir ist es wichtig, den Kids Freude an unserem Sport zu vermitteln.“

Sein Abteilungsleiter Andi Maier schätzt an Michael „seine Zuverlässigkeit und seinen unermüdlichen Einsatz, besonders bei Kindern und Jugendlichen“. Die Jugendarbeit wird durch Michael sehr gefördert und er genießt hohes Ansehen bei den Kindern und vor allem bei den Eltern. Er setzt sich sehr als zweiter Abteilungsleiter ein und übernimmt viele organisatorische Aufgaben in Verbänden, bei Lehrgängen und in der Kommunikation mit anderen Vereinen. Er arbeitet eng mit der Geschäftsstelle zusammen und wir freuen uns immer, wenn er bei uns vorbeischaut. Seine erwachsenen Schüler schätzen „seine Erfahrungen und sein Training, welches manchmal sehr anstrengend sein kann. Innerlich lacht Michael sicherlich, wenn er so manch einen quält.“

Dieses Engagement für unseren Verein, für die Jugend und für den Sport Karate finden wir ehrenwert.

von Florian Rädler

## Das nächste MSJ-Magazin 03/2020 erscheint am 10. September 2020

### Impressum

Heft 02 | 2020 erschienen im Juni 2020

Verleger: Münchner Sportjugend im BLSV  
Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München  
Tel.: 089 157 02-289  
Fax: 089 157 02-204  
E-Mail: [info@msj.de](mailto:info@msj.de)  
Internet: [www.msj.de](http://www.msj.de)

Verantwortlich: Dominik Friedrich  
Redaktion: Pascal Lieb  
Layout: Pascal Lieb  
Druck: Druckerei Bayerlein GmbH  
Auflage: 4.000 Exemplare

Abonnementspreis: Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.  
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder.

Heft 03 | 2020  
Redaktionsschluss: 07.08.2020  
Erscheinungstermin: 10.09.2020

Gefördert aus Mitteln der Landeshauptstadt München



Landeshauptstadt  
München

Gedruckt auf FSC-zertifiziertem Papier

### Datenschutzhinweis

Seit dem 25. Mai 2018 gelten mit der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) neue datenschutzrechtliche Vorschriften. Eines der Kernanliegen ist die Transparenz und Sicherheit der Datenverarbeitung. Wir nutzen Ihre Daten ausschließlich für den Versand unseres MSJ-Magazins. Sollten Sie kein Interesse mehr an unserem Magazin haben, können Sie der Nutzung Ihrer Daten jederzeit für die Zukunft widersprechen und das Magazin abbestellen. Ihre Daten werden umgehend gelöscht. Für die Kündigung des Abonnement oder die Änderung Ihrer Daten wenden Sie sich an Münchner Sportjugend im Bayerischen Landes-Sportverband, Georg-Brauchle-Ring 93, 80992 München oder [presse@msj.de](mailto:presse@msj.de).

# WIR FÖRDERN VEREINSSPORT-ANGEBOTE FÜR JUNGE GEFLÜCHTETE

Die Münchner Sportjugend unterstützt die Teilnahme junger Geflüchteter an Sportangeboten von Münchner Sportvereinen. Lassen Sie uns gemeinsam etwas bewegen - unterstützen Sie die Integration - wir unterstützen Sie durch Fördermittel.

## Weitere Informationen:

Sie möchten mehr darüber wissen? Weitere Informationen und Antragsunterlagen finden Sie unter:

Klick dich rein!

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



Münchner

# SPORTJUGEND

im Bayerischen Landes-Sportverband

Mit dieser Förderung wollen wir den im BLSV Kreis München-Stadt zusammengeschlossenen Sportvereinen einen Anreiz setzen, ihre Sportangebote für junge Geflüchtete zu öffnen und diese als Mitglieder zu integrieren. Gefördert wird die Teilnahme junger Geflüchteter an Trainingseinheiten der Münchner Sportvereine. Der Fördersatz beträgt 2 € je Person und besuchter Trainingseinheit.



Wir möchten uns mit  
Dir austauschen...  
**Deine Meinung zählt!**



## „Ehrenamt im Sport - Gewinnen, Halten, Anerkennen“

**Darum geht's:** Ein Sportverein lebt vom ehrenamtlichen Engagement. Doch wie können Vereine motivierte, qualifizierte und junge Menschen für das Ehrenamt begeistern und sie dann für viele Jahre im Verein halten und ihre Leistung gebührend anerkennen?

**So läuft's ab:** Nach einem kurzen Input, werdet ihr euch in virtuellen Arbeitsgruppen mit den Herausforderungen und notwendigen Voraussetzungen für ehrenamtliches Engagement im Sportverein beschäftigen.

**Das nimmst du mit:** Eure Ergebnisse arbeiten wir anschließend in eine digitale Umfrage um. Diese stellen wir euch zur Verfügung, sodass ihr Stärken, Schwächen, Potentiale und Bedürfnisse des Ehrenamts in eurem Verein analysieren könnt.

**Wann?  
Wo?**

Donnerstag, 18 Juni 2020, 18:00 - 20:00 Uhr  
Zoom-Videokonferenz

**Infos?  
Anmeldung?**

(Link zur Veranstaltung erhältst Du nach der Anmeldung)  
Ablauf und Einladung findest Du unter [www.msj.de](http://www.msj.de)  
Anmeldung bis 15.06.2020  
Name und Verein per E-Mail an [veranstaltungen@msj.de](mailto:veranstaltungen@msj.de)