

# RHEINHESSEN BEWEGT

Ausgabe 6  
Juli 2025



SPORTBUND  
Rheinhessen

Das Magazin des Sportbundes Rheinhessen



**#schlagabtausch**

„Bei den World Games gemeinsam  
an einem Strang ziehen“

**#boxenstop**

Hogwarts bei  
den Capricorns in Mainz

**#seniorenport**

Oldie but goldie im  
rhein Hessischen Seniorensport

A photograph of a group of children hugging each other, overlaid with a green tint. The children are smiling and appear to be in a joyful, supportive environment.

# Zusammen mehr erreichen!

Startet jetzt euer Crowdfunding-Projekt unter [ewr-crowd.de!](https://ewr-crowd.de)

*Pack dein Herzensprojekt au!* Ob Vertreter eines Vereins, einer gemeinnützigen Organisation oder einer Kommune – damit soziale Projekte nicht auf der Strecke bleiben müssen wir einander unterstützen. Zusammen können wir mehr erreichen und mit einer starken Community gemeinsam die Zukunft anpacken, #einfachJETZT.

*Gemeinsam*  
**Zukunft anpacken.**

A blue circular logo with the text 'EINFACH JETZT.' in white, bold, sans-serif font.

EINFACH  
JETZT.

# AUFSCHLAG



**Dr. Christoph Fischer**  
Themenverantwortlicher  
World Games im DOSB



Weitere  
Informationen zu den  
World Games 2025  
Chengdu findet ihr  
auf den Webseiten  
des DOSB und von  
Team Deutschland.

[www.dosb.de](http://www.dosb.de)  
[www.teamdeutschland.de](http://www.teamdeutschland.de)

Liebe Leser\*innen,

in wenigen Tagen werden die 12. World Games in Chengdu (CHN) eröffnet. Gut 5.000 Athlet\*innen aus circa 100 Nationen werden in der chinesischen Provinz Sichuan in 34 nichtolympischen Sportarten aufeinander treffen und in 256 Medaillenentscheidungen antreten. Bei der letzten Ausgabe der World Games im Jahr 2022 in Birmingham im US-amerikanischen Bundesstaat Alabama führte die deutsche Delegation am Ende mit 47 Medaillen die Nationenwertung an: 24 Gold-, 7 Silber- und 16 Bronzemedailles verdeutlichen die großartigen Leistungen des Team D. In den Individualsportarten Rettungsschwimmen, Flossenschwimmen und Ju-Jutsu, aber auch bei den Mannschaftssportarten Faustball, Beachhandball oder Kanupolo gehört Deutschland seit Jahren zur Weltspitze. Hand auf's Herz: Wusstet ihr dass die nichtolympischen Athlet\*innen im Team D so erfolgreich sind oder die World Games mittlerweile diese Größenordnung erreicht haben? Oder war euch diese Sportgroßveranstaltung vielleicht noch gar nicht bekannt?

Der nichtolympische Spitzensport in Deutschland hat sich in den letzten Jahren beständig weiterentwickelt. Ob Teil der World Games oder auch einfach „nur“ Sportart mit der Weltmeisterschaft als Zielwettkampf. Der nichtolympische Sport steht ganz besonders für die Vielfalt und den Facettenreichtum in der deutschen Sportlandschaft – eine erschöpfende Aufzählung der Sportarten kann hier deshalb auch gar nicht vorgenommen werden.

Wichtig ist der Blick auf die Basis und die Arbeit auf regionaler und lokaler Ebene, da hier die Grundlage des langfristigen Leistungsaufbaus gelegt wird. Gerade im nichtolympischen Sport, der sich in einigen seiner Sportarten noch im strukturellen Aufbau in der Breite befindet, ist die Unterstützung durch (leistungssportorientierte) Vereine und die Förderung von regionalen Sportbünden besonders wichtig. Es freut mich daher sehr, dass der Sportbund Rheinhessen sein Augenmerk mit der aktuellen Ausgabe von „Rheinhessen bewegt“ auf den nichtolympischen Sport und die World Games richtet. Die Einblicke, die durch die ausgewählten Beiträge gegeben werden, lassen die oben bereits angesprochene Bereicherung für das Sportangebot erkennen – ob traditionelle Sportarten wie Tauziehen, das übrigens im frühen 20. Jahrhundert auch einmal zum Programm der olympischen Spiele gehört hat, oder moderne Sportarten wie Ultimate Frisbee. Einige Sportarten werden in den Blick genommen, die vom 7. bis zum 17. August bei den World Games 2025 in Chengdu ausgetragen werden. Besonders erfreulich ist, dass ein Athlet aus Rheinhessen zu Wort kommt, der als Teil des Team D vor Ort sein wird. Seine Begeisterung für und Vorfreude auf den wichtigsten internationalen Wettkampf des nichtolympischen Sports lädt euch, liebe Leser\*innen hoffentlich ein, den Wettkämpfen in Chengdu intensiv zu folgen.

Ich wünsche euch eine spannende und informative Lektüre.

Mit sportlichen Grüßen  
Dr. Christoph Fischer

# INHALT

Ausgabe 6 - Juli 2025

## BLITZLICHT

### 03 #startschuss

Dr. Christoph Fischer gibt als Themenverantwortlicher im DOSB einen Einblick in die World Games

### 06 #schlagabtausch

Corsin Wörner berichtet über seine Arbeit als Sportdirektor beim Bundesverband Tauziehen

### 08 #kopfstand

Squashspieler Yannik Omlor über die Teilnahme bei den World Games und den Olympischen Spielen

## LIVETICKER

### 10 #insiderheinhessen

Fusionen und Verschmelzungen von Verbänden als Zukunftslösung?

### 12 #insiderheinhessen

Paddeln gegen Brustkrebs beim Faltbootclub Worms

### 14 #imfokus

Bei den Mainz Athletics geht es im Softball nicht nur um Schlagen, Fangen und Werfen

### 16 #imfokus

Mainzelrenner als gesellschaftliches Vorbild

## SPORTFAMILIE (1/2)

### 18 #laufbahn

Blaise Schröder begeistert als Nachwuchsschwimmer des Mainzer Schwimmvereins

### 20 #boxenstop

Vom „Schlag den Raab“-Hype zur Bundesliga beim Cornhole der TG Nieder-Ingelheim

## SPORTFAMILIE (2/2)

### 22 #boxenstop

Von Quidditch zu Quadball: Sportlicher Zauber in Rheinhessen

### 24 #ausgezeichnet

3.896 Gründe zum Feiern bei der Sportabzeichenehrung

## VEREINSHEIM

### 27 #spielplan

Stellt euch eure individuelle Fortbildung beim kostenlosen Sportkongress zusammen

### 28 #freistil

World Games für Alle

### 29 #verbandskasten

EU Fördermöglichkeiten für Vereine und Verbände durch die LAG Rheinhessen

## TRIATHLON

### 30 #seniorensport

Seniorenfreundliche Sportvereine in Rheinhessen

### 32 #vereinskids

Floorball Mainz auf dem Weg zur Deutschen Meisterschaft

### 34 #teampayer

Rabatte und Zuschüsse für PV-Anlagen durch SILITHIUM smart energy und die Rheinhessen Sparkasse

#### Cover-Hinweis:

Tauziehen bei den World Games ist mehr, als einfach nur am Seil zu reißen; Bildquelle: Deutscher Rasenkraftsport- und Tauzieh-Verband e.V. (DRTV)

## Impressum



Sportbund Rheinhessen e.V.  
Rheinallee 1, 55116 Mainz  
Tel. 06131-2814 204  
info@sportbund-rheinhessen.de  
www.sportbund-rheinhessen.de  
v.i.S.d.P.: Alexander Beuerle

REDAKTION: Alexander Beuerle, Sarah Pedersen & Noah Schönel  
DESIGN UND UMSETZUNG: www.porta-studio.com  
FOTOS: Sportbund Rheinhessen e.V.  
DRUCK: Weissgrund Media GmbH  
AUFLAGE: 1.350





# 12

**Pink Paddlers sagen  
Brustkrebs den Kampf an**

Bildquelle: Mirko Seifert

# 18

**Mit erst 16 Jahren ist Blaise  
Schröder bereits dreifacher  
Deutscher Junioren-Vizemeister**



# 24

**Das Deutsche Sportabzeichen  
wird gefeiert**

Corsin Wörner ist seit November 2022 als einziger hauptamtlicher Mitarbeiter Sportdirektor beim Bundesverband Tauziehen und das, obwohl er die Sportart nie aktiv ausgeübt hat. Wieso der 30-jährige Baden-Badener dennoch für die Sportart brennt und was man sonst noch über den Leistungssport Tauziehen wissen sollte, erzählt er uns im Interview..

Bildquelle: Deutscher Rasenkraftsport- und Tauzieh-Verband e.V. (DRTV)

# GEMEINSAM AN EINEM STRANG ZIEHEN

Corsin Wörner

## **Corsin, Tauziehen ist eine Sportart, die viele kennen und sich dennoch wenig darunter als Leistungssport vorstellen können. Kannst du hier ein wenig aufklären?**

Tauziehen ist sehr vielseitig und erfordert ein ganzheitliches Training in den Bereichen Schnellkraft, Kraftausdauer, Technik, Taktik, aber auch im mentalen Bereich, um über sich hinauswachsen und im Team bestehen zu können. Außerhalb der Saison liegt der Fokus auf dem Krafttraining, wobei stets Männer und Frauen gemeinsam trainieren und sich die Trainingsziele kaum unterscheiden. Es gibt lediglich geschlechtsspezifische Abstufungen. Während der Sommersaison wird darüber hinaus viel im technischen und taktischen Bereich gearbeitet. Die Sportart wird in Gewichtsklassen ausgetragen, wodurch alle Sportler\*innen im 8er Team darauf achten müssen, dass sie insgesamt die Gewichtsklasse von beispielsweise 580 Kilo beim Mixed-Wettbewerb der diesjährigen World Games nicht überschreiten. Vereinfacht gesagt hat das Team gewonnen, welches die Gegner vier Meter in die eigene Hälfte ziehen konnte. Darüber hinaus kann man auch durch Strafen verlieren, wenn man beispielsweise das Seil unter dem Arm einklemmt.

## **Wo steht Deutschland im internationalen Vergleich?**

Wir gehören eindeutig zu den besten Nationen weltweit. Bei der Heim WM 2024 in Mannheim wurden wir Weltmeister im Schwergewicht und konnten drei weitere Medaillen im Leichtgewicht, im Mixed-Team und in der U19 gewinnen. Im Jahr 2023 hat sich unsere U23 in der Schweiz ebenfalls die Goldmedaille sichern können. Wir sind also vor allem in der Breite sehr gut aufgestellt. Darüber hinaus sind die asiatischen Länder im Frauenbereich und bei den Männern England und die Niederlande, aber auch die Schweiz vorne mit dabei. Hier wird der Sport teilweise schon in der Schule

trainiert. Das ist ein entscheidender Vorteil, den wir zukünftig auch in Deutschland nutzen möchten. Südafrika ist im Nachwuchs durch große Jugendturniere mit über 100 Mannschaften sehr gut aufgestellt. Dagegen sind es bei uns insgesamt lediglich 461 Athlet\*innen in 25 Vereinen deutschlandweit, wobei vor allem Baden-Württemberg, Bayern und Hessen die Spitze bilden.

## **Was ist aus deiner Sicht das Besondere an der Sportart?**

Tauziehen wird oft in eher kleinen Dörfern ausgeübt, hat dadurch eine große Tradition und man hat bei Wettkämpfen immer ein familiäres Gefühl. Diese Gemeinschaft legt großen Wert auf Fairness und internationalen Austausch bereits im Jugendalter. Daher finden Jugendturniere häufig auch im internationalen Vergleich statt. Durch die Inhalte des Sports stehen auch Werte wie Leidenschaft, Durchhaltevermögen oder auch das gemeinsame „über sich hinauswachsen“ im Vordergrund.

## **„Es ist mehr, als einfach nur am Seil zu reißen“**



Bildquelle: Team Deutschland

Es geht im wahrsten Sinne des Wortes darum, gemeinsam an einem Strang zu ziehen. Und wenn 3.000 Heim- sowie Gästefans bei der Heim WM beide Teams lautstark anfeuern, merkt man einfach, dass dieser Sport mehr ist als ein bloßes Kräfteressen. Da kriege ich heute noch Gänsehaut, wenn ich daran denke.

## **Wie kamst du zu deinem Amt als Sportdirektor und was zeichnet deinen Beruf aus?**

Ich bin schon immer aktiver Leichtathlet in der Disziplin Hammerwerfen. Das Hammerwerfen ist eine Disziplin des Rasenkraftsports. Auch das Tauziehen ist im selben Verband organisiert und so kam ich über eine Tätigkeit beim badischen Verband schließlich zum Deutschen Rasenkraftsport- und Tauziehverband. Das Amt ist sehr vielseitig und das macht für mich den Reiz aus. Ich liebe die Kombination aus Organisation, täglichem Kontakt mit den Athlet\*innen, Vereinen und Trainer\*innen oder auch Strategieentwicklung, um unseren Verband zukunftsfähig aufzustellen. Ich bin in diesem Jahr bei den World Games dabei und bin zuversichtlich, dass wir mit weiteren Medaillen und vor allem tollen Erfahrungen im Gepäck wieder nach Hause kommen werden.

Yannik Omlor ist 28 Jahre alt, professioneller Squashspieler bei Black & White RC Worms und zum zweiten Mal Teilnehmer bei den World Games. Der gebürtige Hesse lebt für seine Sportart, die in Deutschland noch immer ein Nischendasein führt. Der Black & White RC Worms sicherte sich bereits viermal den deutschen Meistertitel (2011, 2013, 2020 und 2023) und führt aktuell weiterhin die Tabelle der Bundesliga Herren Süd an.

Bildquelle: Lennard Jessen DSQV



# RANDSPORTART IM RAMPENLICHT

**Squashspieler Yannik Omlor bei den World Games**

**S**quash ist ein Rückschlagspiel, das von zwei Spielern (oder vier im Doppel) in einem geschlossenen Raum mit vier Wänden gespielt wird. Die Spieler schlagen abwechselnd einen kleinen Gummiball mit einem Schläger so gegen die Vorderwand, dass der Gegner ihn vor dem zweiten Aufspringen erreicht. Ziel ist es, den Ball so zu platzieren, dass der Gegner ihn nicht regelkonform zurückspielen kann. Die Zählweise ähnelt dem Tischtennis: Ein Satz geht bis 11 Punkte, der Spieler muss dabei mit mindestens zwei Punkten Vorsprung gewinnen. Drei gewonnene Sätze bedeuten den Matchsieg.

Zum Squash kam Yannik durch seine Familie – sowohl seine Eltern als auch seine Schwester spielten bereits aktiv. Seit über zehn Jahren ist er mit Begeisterung dabei: „Ich schätze an Squash besonders die Komplexität – man muss in zahlreichen Bereichen stark sein, um Erfolg zu haben. Die Sportart verlangt nicht nur körperliche Fitness, sondern auch taktisches Denken und schnelle Reaktionen. Faszinierend finde ich außerdem, wie unterschiedlich die Spielstile sein können.“ Für ihn sind die Hand-Augen-Koordination, ein hohes Fitnesslevel sowie ein gutes Spielverständnis die drei wichtigsten Fähigkeiten.

## „Ich schätze an Squash besonders die Komplexität“

Der Alltag des Spitzensportlers ist strukturiert und diszipliniert. An sechs Tagen pro Woche stehen zwei bis drei Trainingseinheiten auf dem Programm. Der Morgen beginnt mit Stretching, gefolgt von Techniktraining mit dem Coach oder einem Sparringspartner. Am Nachmittag trainiert Omlor gemeinsam mit anderen Profis in der Region. Auch abends geht es sportlich weiter – sei es im Fitnessstudio, beim Schwimmen oder auf dem Fahrrad. Nur der Sonntag ist trainingsfrei. „Der Körper braucht auch mal Ruhe“, so der Sportler. Doch

selbst an ruhigeren Tagen bleibt der Fokus klar auf dem Sport gerichtet.

Parallel zur sportlichen Karriere hat Omlor ein wirtschaftliches Standbein aufgebaut: Seit Oktober 2024 studiert er Betriebswirtschaftslehre an der AKAD-Universität – online, flexibel und durch ein Sportstipendium unterstützt. Zuvor absolvierte er eine Ausbildung zum Mediengestalter. Zudem ist er Teil der Sportfördergruppe der Bundeswehr. „Wir sind ganz normale Soldaten – nur besteht unser Auftrag eben darin, Deutschland sportlich zu repräsentieren und Medaillen zu gewinnen“, erklärt Yannik.

## „Squash? Kannst du ich gar nicht“

Die World Games 2022 liefen für Omlor unter schwierigen Voraussetzungen: Nach Krankheit und Verletzung musste er sich in der Platzierungsrunde dem Ungarn Balasz Farkas geschlagen geben. 2025 soll es besser laufen – mit einer gezielten und gesunden Vorbereitung.

Ein noch größerer Traum rückt in greifbare Nähe: Squash wird 2028 olympisch. Für Omlor ist das ein Meilenstein – persönlich und für den Sport: „Es gibt nichts Größeres als die Olympischen Spiele. Dass Squash nun dazugehört, ist ein Riesenschritt und ein Hoffnungsschimmer für unsere Sportart.“

Squash war in den 1980er- und 90er-Jahren eine weit verbreitete Sportart, hat jedoch seither an Sichtbarkeit verloren. Omlor sieht in der Aufnahme ins olympische Programm einen Wendepunkt: „Viele, vor allem jüngere Menschen, wissen gar nicht, dass es diesen Sport überhaupt gibt. Durch die erhöhte Medienpräsenz bei Olympia könnte sich das ändern.“

Gerade kleinere Vereine arbeiten meist ehrenamtlich und verfügen weder über ausreichend finanzielle Mittel noch über die nötigen Strukturen, um große Nachwuchsarbeit zu leisten. Mehr Aufmerksamkeit könnte hier einen echten Schub bedeuten.

## „Viele, vor allem jüngere Menschen, wissen gar nicht, dass es diesen Sport überhaupt gibt“

Trotz der Hürden kann Omlor bereits auf einige sportliche Highlights zurückblicken: den U19-Meistertitel bei den Deutschen Jugendmeisterschaften, den Gewinn einer Profimedaille im Team in Finnland (2017), einen PSA-Titel (Professional Squash Association) beim Sechstausender-Turnier in Salzburg und 2023 den deutschen Mannschaftsmeistertitel mit dem RC Worms.

Abseits des Courts genießt der Student entspannte Fernsehabend mit seiner Freundin, geht gerne Essen oder treibt andere Ballsportarten mit seinen Freunden: „Hauptsache ein Ball ist im Spiel“, sagt der 28-Jährige mit einem Lächeln.

Bildquelle: Lennard Jessen DSQV



# ZWEI WEGE – EIN ZIEL: FUSION IM RHEINLAND- PFÄLZISCHEN SPORT

Mit der Fusion der Leichtathletikverbände Rhein Hessen und Rheinland (Leichtathletikverband Rhein Hessen Rheinland, kurz LVRR) sowie der Verschmelzung der Handballverbände Rhein Hessen und Pfalz (Handballverband Rhein Hessen Pfalz kurz HVRP) wurden 2025 entscheidende Schritte hin zu zukunftsfähigen Strukturen im rheinland-pfälzischen Sport gemacht. Trotz unterschiedlicher Rahmenbedingungen zeigen beide Prozesse bemerkenswerte Parallelen – aber auch einige Unterschiede. Wir haben mit Mathias Solms, dem ehemaligen Präsidenten des Handballverbandes Rhein Hessen sowie mit Corinna Tentrup-Tiedje, der ehemaligen Vizepräsidentin des Leichtathletik-Verbandes Rhein Hessen gesprochen.

## 1. Motivation und Zielsetzung

Beide Fusionen entstanden aus der Überzeugung, dass vereinte Kräfte effizienter und nachhaltiger wirken. In der Leichtathletik ging es um den Spagat zwischen Breiten- und Leistungssport, Nachwuchsförderung und ehrenamtlicher Entlastung. „Immer weniger Menschen sehen sich in der Lage, sich im Ehrenamt zu engagieren. In der neuen Struktur wird aus zwei Präsidien eins, es gibt drei Regionen statt 15 Kreise, es wird nur je ein\*e Beauftragte\*r für Breiten- und Leistungssport gesucht. Dies führt zu einer geringeren Anzahl an Positionen im Ehrenamt, die besetzt werden müssen und erhöht die Wahrscheinlichkeit, alle Position zu besetzen“, so Corinna Tentrup-Tiedje.

## „Der Ausstieg des Handballverbandes Rheinland hat uns nicht aufgehalten“

Beim Handball war ein externer Impuls durch die DHB-Förderregion „Rheinland-Pfalz/Saarland“ mitentscheidend. „Der Ausstieg des Handballverbandes Rheinland aus der Förderregion hat uns nicht aufgehalten – wir sahen die Chance, mit der Pfalz gemeinsam weiterzugehen“, erklärt Mathias Solms. Auch strukturelle Herausforderungen wie der zunehmende Mangel an ehrenamtlichen Funktionsträger\*innen machten eine engere Zusammenarbeit notwendig.

## 2. Fusionsprozess und Entscheidungsfindung

Die Leichtathletikfusion wurde nach einem früheren Scheitern 2021 im Januar 2024 neu gestartet – diesmal ohne die Pfalz. Regelmäßige Sitzungen und Kleingruppenarbeit prägten den Weg. Vereinsgespräche sicherten Rückhalt. „Es gab nie einen Zweifel, dass das Vorhaben gelingen würde. Wir waren uns aber auch immer der Tatsache bewusst, dass wir als Verband noch nicht vollständig sind und dass erst ein Leichtathletik-Verband RLP inklusive der Pfalz alle Möglichkeiten ausschöpft“, betont

Tentrup-Tiedje den Wunsch nach einem geeinten Verband.

Statt einer klassischen Fusion wurde aus steuerlichen Gründen beim HVRP bewusst der Weg der Verschmelzung gewählt: Da der Pfälzer Handballverband Eigentümer von Grundbesitz war, hätte eine Fusion erhebliche Grunderwerbssteuern nach sich gezogen.

## „Es gab nie einen Zweifel, dass das gelingen würde“

Durch die Verschmelzung des Handballverbandes Rhein Hessen in den Pfälzer Verband konnte dies vermieden werden. Der gesamte Prozess wurde transparent und kooperativ gestaltet: Gemeinsame Arbeitskreise zu zentralen Themen wie Spieltechnik oder Schiedsrichterwesen wurden eingerichtet.

## 3. Struktur und Organisation des neuen Verbandes

Neu ist die Aufteilung des Leichtathletikverbandes in Regionen. Von den drei neu gegründeten Regionen Mainz, Koblenz und Trier erhofft man sich viel: Bindeglied zwischen Präsidium und Vereinen, Möglichkeit zur Teilhabe vor Ort ohne die Ehrenamtlichen zu überfordern. „Natürlich gab es in diesem Prozess auch Diskussionen, die nicht alle aufgelöst werden konnten. Es liegt

an uns dafür zu sorgen, dass die neue Struktur überzeugt“, so Tentrup.

Die neue Verbandsstruktur im Handball orientiert sich an den bisherigen Systemen beider Verbände. Die bestehenden Aufgabenbereiche wurden analysiert, zusammengeführt und – wo nötig – neu verteilt. Arbeitskreise entwickelten Vorschläge für die künftige Organisation, die von den Vorständen abgestimmt wurden. Für die Vereine bleibt damit vieles vertraut, doch durch die neue Einheit entstehen zusätzliche Entwicklungsmöglichkeiten.

#### 4. Kommunikation und Einbindung der Mitglieder

Beide Verbände betonen Transparenz und Beteiligung. In der Leichtathletik fanden zwei große Vereinsrunden statt. Der Handball setzte auf Onlineformate, Präsenzveranstaltungen und außerordentliche Verbandstage, auf denen sich der Vorstand das Einverständnis der Vereine einholte. „Transparenz war für uns oberstes Gebot“, sagt Solms. „Wir wollten unsere Mitglieder nicht mit einem fertigen Paket überraschen, sondern sie aktiv in die Entwicklung einbinden.“

## „Transparenz war für uns oberstes Gebot“

### Fusion von Fachverbänden stärkt den Sport in der Region

Durch die Verschmelzung ist der Leichtathletik-Verband Rhein Hessen Rheinland für ca. 400 Vereine mit über 32.000 Mitgliedern zuständig, während sich der Handballverband Rhein Hessen Pfalz um die Belange von mehr als 100 Vereinen mit knapp 25.000 Mitgliedern kümmert. Beide Fachverbände organisieren in ihren jeweiligen Regionen den Spielbetrieb mit mehreren hundert Ehrenamtlichen und sorgen durch eine Vielzahl an Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten für qualifizierte Trainer\*innen.

#### 5. Rechtliche und finanzielle Aspekte

Juristisch gingen beide Fusionen fundiert vorbereitet ins Rennen – mit externer Beratung, um den Prozess juristisch einwandfrei zu begleiten. Finanzielle Beweggründe spielten bei der Leichtathletik eine deutlich größere Rolle. „Rhein Hessen war langfristig allein nicht tragfähig. Wir hatten tolle Ergebnisse, aber auf dem Rücken Einzelner. Jetzt können wir Qualität sichern, ohne zu überfordern“, so Tentrup-Tiedje. „Wir haben eine Verpflichtung sowohl dem Breiten- als auch dem Leistungssport gegenüber. Wir können jetzt mehr für unsere Vereine und Mitglieder tun, ohne unsere Ehrenamtlichen auszubeuten, da wir Synergien in den Ämtern sowie Unterstützung durch das Hauptamt haben.“

Während beim Leichtathletikverband der Vereinsrechtsexperte Timo Lienig aus Stuttgart die Beratung vornahm, der ebenfalls den Deutschen Leichtathletik-Verband berät, setzte der Handballverband auf regionale Unterstützung aus Kaiserslautern: „Für die rechtliche Gestaltung der Verschmelzung wurde mit Dr. Zink aus Kaiserslautern ein erfahrener Rechtsbeistand hinzugezogen. Finanzielle Erwägungen standen nicht im Vordergrund, da beide Verbände solide aufgestellt waren. Dennoch ergaben sich durch die Verschmelzung Einsparpotenziale, beispielsweise bei Infrastrukturkosten“, so Solms.

#### 6. Rückblick und Ausblick

Beide Fusionen zeigen erste Früchte: Die neuen Strukturen funktionieren, der Austausch bleibt kollegial. In der Leichtathletik lief der Sportbetrieb sofort wieder an, unterstützt von der Geschäftsstelle in Koblenz. „Dass wir uns auch nach der Fusion mit so viel Wertschätzung begegnen, ist ein großer Erfolg“, resümiert Tentrup-Tiedje. Solms sieht einen weiteren Vorteil: „Wir treten nach innen wie außen stärker auf – das war unser Ziel.“

Einigkeit herrscht auch in der Empfehlung an andere: gemeinsame Ziele, gegenseitiger Respekt und ausreichend Zeit sind unerlässlich. „Partnerschaftliche Gespräche mit Zielen und Durchhaltevermögen sind ein Muss, wohingegen ultimative Forderungen niemanden weiterbringen“, so Tentrup-Tiedje und Solms unisono.

## „Für bürokratische Prozesse sollte viel Zeit eingeplant werden“

Trotz aller Einigkeit bleibt gerade beim Leichtathletikverband die Realität: Einige bürokratische Prozesse sind noch nicht abgeschlossen, was das einheitliche Auftreten des neuen Verbandes nach außen erschwert. „Es ist sehr enttäuschend, dass vieles noch nicht abgeschlossen ist, und dass wir uns deshalb unseren Mitgliedern nicht so geeint präsentieren können, wie wir eigentlich sind.“

**A**uf den Faltbootclub Worms e.V. werden nicht nur Wassersportinteressierte aufmerksam, denn auch in Krankenhäusern, Praxen und Therapiezentren sind die Flyer des Vereins mit ihrer Gruppe Pink Paddler zu finden. Die Pink Paddler sind eine internationale Bewegung, die sich für „Paddeln gegen Brustkrebs“ einsetzt. Seit 2015 gibt es auch beim Faltbootclub Worms ein pinkes Team, das auf und neben dem Drachenboot eine eingeschworene Gemeinschaft ist. Inge Zielke hat die Pink Paddler Worms beim Faltbootclub initiiert, nachdem sie selbst an Brustkrebs erkrankte und bereits eine Selbsthilfegruppe leitete. Sie wurde auf den Drachenbootsport und seine gesundheitlichen Vorteile aufmerksam, wie die Vorbeugung von Lymphödemen, die Verbesserung der Schulter-Arm-Beweglichkeit und die Stärkung des Immunsystems.

Ein Drachenboot ist ein offenes, langes Paddelboot, das häufig besondere Bemalungen, Schnitzarbeiten und einen dekorativen Drachenkopf an der Spitze trägt. Auf dem 12,49 Meter langem Boot finden bis zu 20 Paddler\*innen und eine Steuerperson Platz. Inge war hiervon begeistert und zögerte nicht, dies dem damaligen Vorstand vorzustellen. „Unser Vorsitzender hat sofort zugesagt, dass wir ein Drachenboot anschaffen und es probieren. Im April 2015 sind wir dann mit den ersten Frauen meiner Selbsthilfegruppe gestartet und es ist bis heute einfach schön“.



# MIT 18 FRAUEN IM SELBEN BOOT

**Pink Paddlers gegen Brustkrebs**

Für Frauen, die an Brustkrebs erkrankt sind, ist es häufig schwierig im Nachgang damit umzugehen. Viele wählen den Weg in eine Selbsthilfegruppe, doch das ist nicht für jede etwas, so auch bei Michaela Pfeiffer, die heute Team Captain und Abteilungssprecherin Drachenboot beim Faltbootclub Worms ist. Sie erkrankte 2017 das erste Mal an Brustkrebs, für sie war bereits während der Behandlung klar, dass eine Selbsthilfegruppe nicht ihr Weg ist: „Im Krankenhaus habe ich den Flyer der Pink Paddler gesehen und dachte; Paddeln am Rhein, da kann ich runterkommen und das merke ich auch bis heute immer an den Frauen, die hierherkommen: Es ist für sie Balsam für die Seele“.

Zu den Pink Paddlerinnen gehören Frauen, die sich noch in der Chemotherapie befinden und sagen, dass sie „einfach Mal raus wollen“, etwas anderes sehen und sich mit Gleichgesinnten austauschen. Es sind Frauen, die schon alles hinter sich haben und ein paar Jahre nach der Krebserkrankung gerne wieder Sport machen und sich aber auch austauschen wollen, weil sie mental noch nicht mit der Erkrankung abschließen konnten. „Zusätzlich haben wir unsere Supporterinnen, das sind Frauen, die uns unterstützen und an keiner Erkrankung leiden. Sie helfen uns bei Festen, aber vor allem in sportlicher Sicht, denn wenn eine Krebsbehandlung erst Mal abgeschlossen ist, ist nicht gleich alles wieder gut. Die Betroffenen haben häufig mit Nebenwirkungen und bleibenden Schäden zu kämpfen“, berichtet Michaela.

Der Faltbootclub Worms vermerkt einen hohen Mitgliederzuwachs durch die Pink Paddler, obwohl wir mit rund 170 Mitgliedern ein kleiner Verein sind. „Während wir in unseren anderen Sportarten eher stagnieren, gewinnen wir beim Drachenboot immer mehr Zuwachs, wodurch wir bereits über 30 Paddlerinnen sind, was natürlich schön, aber auch ergreifend zugleich ist. Doch es ist faszinierend zu sehen, welcher Zusammenhalt im Team herrscht und wie sehr es die Frauen stärkt. Es sollten mehr Wassersportvereine anbieten, es lohnt sich“, betont Birgit Bachmann, 1. Vorsitzende des Vereins die Wichtigkeit der Pink Paddlers.

Gemeinschaft und Zusammenhalt wird bei den Pink Paddler großgeschrieben, so ist jede Frau willkommen und kann in ihrem individuellen Tempo einsteigen, sich austauschen oder eben einfach „nur“ Sport treiben. „Ich habe nach der Erkrankung etwas gesucht, wo ich mich zugehörig fühle, und eine Gemeinschaft habe. Es ist zwar in der Familie immer Thema, aber es kann eben keine\*r so nachempfinden, wie eine Frau, die selbst betroffen ist. Mir gibt die Gemeinschaft unglaublich viel und der Zusammenhalt ist für mich sehr wichtig. Ich fühle mich wohl, es wird nicht nur über die Krankheit gesprochen, aber wenn ich dann etwas dazu sage oder es Einschränkungen gibt, muss ich es nicht erklären, weil die anderen wissen, wovon ich spreche, das gefällt mir sehr“, beschreibt Nina Sonnec, die 2021 selbst an Brustkrebs er-

krankte und seit 2024 eine stolze Pink Paddlerin ist, das Team.

## „Wir müssen nicht immer funktionieren“

Drachenboot ist ebenfalls eine der Sportarten, die bei den World Games 2025 vertreten sind. Doch sportliche Höchstleistung ist bei den Pink Paddlern keine Priorität. Es sind die besondere Gemeinschaft und bewegende Rituale, die sie auszeichnen. „Es gibt eine besondere Blumenzeremonie, bei der mit Musik allen verstorbenen Pink Paddlerinnen gedacht wird. Jede Paddlerin hält eine pinke Blume in die Höhe, die Namen der Verstorbenen werden aufgerufen und am Ende der Zeremonie alle Blumen ins Wasser gelegt. Hier waren wir 2023 das erste Mal in unserem Drachenboot dabei, das war sehr ergreifend“, erzählt Michaela Pfeiffer.

Hier erschafft der Drachenboot-Sport etwas Besonderes, eine Gemeinschaft, einen „Safe Space“ für Frauen, die an Brustkrebs erkrankt sind. Einen Ort, an dem sie nicht funktionieren müssen, krank, geheilt oder gesund sein können, einen Ort, an dem gegenseitige Unterstützung wichtiger ist als jeder sportliche Erfolg. Die Pink Paddler des Faltbootclub Worms zeigen, wie der Sport Geschichten für das Leben schreiben kann.



# SOFTBALL BEI DEN MAINZ ATHLETICS

## Wo Leidenschaft, Leistung und Teamgeist zum Homerun führen

**B**ei den Mainz Athletics (A's) geht es im Softball nicht nur um Schlagen, Fangen und Werfen – es geht um viel mehr. Es geht um Zusammenhalt, individuelle Entwicklung und eine Sportart, die in Deutschland eher von Unbekanntheit geprägt ist, dabei aber enorm viel zu bieten hat.

„Ich bin durch die Uni zum Softball gekommen“, erzählt Felicitas Pommereining, Managerin des Softball-Bereichs. Über eine Mixed-Mannschaft fand sie den Weg zum Verein und schnell auch zu dessen besonderen Werten: „Der Verein achtet sehr darauf, dass wir familiär miteinander umgehen. Wir betreiben zwar mit vielen Teams Leistungssport, aber genauso wichtig ist, dass alle gut miteinander umgehen – egal welches Alter, egal welches Niveau.“

### Ein Sport für jede\*n

Softball unterscheidet sich in einigen Punkten vom Baseball: Der Ball ist größer und neongelb, aber ebenso hart, trotz des Namens, der irrtümlich einen weicheren Ball vermuten lässt. Auch das Feld ist kleiner, die Regeln sind leicht angepasst – was dem Spiel einen ganz eigenen Charakter verleiht. Gespielt wird vor allem im Sommer, im Winter konzentrieren sich die Teams auf Technik- und Schlagtraining in der Halle.

Ein Softballspiel umfasst sieben Innings, also Abschnitte eines Spiels, bei denen beide Teams abwechselnd entweder verteidigen oder angreifen müssen, bis

schließlich drei Aus erzielt wurden. Das Team, das am Schlag ist, wird als Offensivteam bezeichnet, während das Team auf dem Feld als Defensivteam bezeichnet wird. Ziel ist es Punkte zu machen, diese entstehen, wenn ein\*e Läufer\*in in der korrekten Reihenfolge alle drei Bases sowie die Home Plate berührt, bevor das dritte Aus im Halb-Inning erzielt wird. Das Team, das mehr Punkte erreicht, gewinnt das Spiel.

„Jede\*r kann Softball spielen“, sagt Yannic Wildenhain, Baseballspieler der As und Coach der Softball Damenmannschaft. „In unserem Verbandsliga-Damenteam nehmen wir jede auf, die Interesse hat.“ Dabei sei der Sport ein spannender Mix aus Individual- und Teamsport. „Das Du-

ell zwischen Pitcherin und Schlagfrau ist eine echte Eins-gegen-eins-Situation – aber gleichzeitig zählt auch der Teamgeist und vor allem der Zusammenhalt.“

### Es ist nicht nur ein bisschen Werfen – man ist ständig gefordert

Dieser Teamgeist zeigt sich auch in der Nachwuchsarbeit. „Wir wachsen im Nachwuchs immer weiter“, berichtet Jacqueline Blum, die seit 2007 aktive Spielerin und seit 4 Jahren Teammanagerin der Verbandsliga-Damenmannschaft ist.



Doch es gibt auch Herausforderungen: „In der Region gibt es kaum noch andere Teams – für einen Spielbetrieb braucht es aber Gegnerinnen.“ Trotzdem bleiben sie dran und versuchen den Bereich weiter aufzubauen.

Die große Vision der Mainz Athletics: Eine Rückkehr in die Softball Bundesliga in Deutschland: „Wir bauen unsere Nachwuchsbereich unter anderem hierfür aus“, erklärt Felicitas, die Softball auch im Vereinsvorstand der A's vertritt: „Wir sind die einzige Anlaufstelle für Baseball und Softball in der Region – egal ob jemand einfach spielen möchte oder Ambitionen für die Bundesliga hat, bei uns sind alle willkommen. Die Herausforderung hierbei ist, allen gerecht zu werden, da wir die Teams nicht nach Zielen trennen. Für uns ist es wichtig eine Anlaufstelle für Softball zu sein, weil wir überzeugt sind, dass es eine großartige Sportart für Kinder und Jugendliche ist“.

Dabei ist auch das Training vielseitig aufgebaut – so startet jede Einheit mit einem klassischen Warm Up, gefolgt von Einwerfen, Verbesserung der Wurftechnik, Defense und Übungen im In- und Outfield. „Mir ist die Trainingsbeteiligung sehr wichtig“, sagt Coach Yannic. „Natürlich soll es Spaß machen, aber auch Ehrgeiz gehört dazu. Jede Spielerin muss sich einbringen, um sich selbst und das Team weiterzubringen.“

## Sommersport mit Leidenschaft

Der schönste Moment im Jahr? Das erste Training im Sommer, wenn es endlich wieder auf den Platz geht. „Der Winter zieht sich“, lacht Yannic, „aber sobald wir draußen sind und das erste Spiel ansteht – das ist einfach pure Freude.“

Und obwohl Softball in Deutschland noch eher unbekannt ist, wächst das Interesse. „Ich finde es großartig, dass

Softball bei den World Games wieder eine Bühne bekommt, wodurch es langfristig vielleicht auch bei uns wieder mehr Vereine und Teams gibt. Je nachdem zu welchen Uhrzeiten die Spiele laufen, werde ich sie auf jeden Fall auch verfolgen“, beschreibt Coach Yannic

seine Vorfreude auf die World Games 2025 in Chengdu. Doch egal ob bekannt oder unbekannt, bei den Mainz Athletics steht fest: Softball ist mehr als ein Spiel. Es ist Leidenschaft, Zusammenhalt und Familie.



# MAINZELRENNER ALS GESELLSCHAFTLICHES VORBILD



## Die Verkörperung sozialer Werte beim Ultimate Frisbee

Mit 60 Jahren noch Ultimate Frisbee zu spielen, ist der Wunsch von Spielerin Antonia, die wie ihre Teamkolleg\*innen immer wieder gerne auf den Mainzer Lerchenberg zum Training erscheint. Robin Jacoby ist ihr Mitspieler beim Feldrenner Disc-Sport e.V. sowie 1. Vorsitzender. Der Verein ist mit 29 Meistertiteln der erfolgreichste in Deutschland, erst kürzlich konnte man den ungeschlagenen Aufstieg in die 1. Liga Beach feiern. Darüber hinaus macht den Verein die Spezialisierung und Eigenständigkeit besonders, da die meisten Mannschaften in dieser Sportart als Abteilung eines Breitensportvereins geführt werden. Robin sieht darin einerseits ein großes Entwicklungspotenzial, weiß als Vorstandsmitglied allerdings auch um die vielfältigen Themen, die einen eigenständigen Verein beschäftigen und im Ehrenamt bewältigt werden müssen.

Seine Motivation zeigt er nicht nur in der Vereinsarbeit neben dem Spielfeld, sondern auch im Zusammenspiel mit seinen Teamkolleg\*innen auf dem Platz. Hierbei fällt sofort die nächste Besonderheit auf, denn die Ursprungsform wurde schon immer in einem gemischten Team gespielt, welches hier unter dem Namen Mainzlerrenner geführt wird. Gleichberechtigung ist tief im Sport verankert - daneben werden auch weitere soziale Werte über den Sport hinaus gelebt und vermittelt. Es gibt keine Schiedsrichter\*innen und strittige Entscheidungen, wie beispielsweise ein Schrittfehler werden stets zwischen den Spieler\*innen direkt auf dem Spielfeld geklärt. Denn sobald das Frisbee gefangen wurde, darf lediglich der aus dem Basketball bekannte Sternschritt ausgeführt werden, um das Spielgerät an die sich freilaufenden Teamkolleg\*innen weiterzuleiten. Das kann beim Fangen des Spielgeräts im Vollsprint schon einmal zu Diskussionen führen, wobei man sich in der Regel schnell einig wird.

Grundsätzlich spielt man sieben gegen sieben auf einem Fußballfeld, das längs

geteilt ist. An den beiden Enden des Feldes befindet sich eine Endzone, die es durch Pässe im Team zu erreichen gilt. Sobald in der Endzone das Frisbee innerhalb des eigenen Teams gefangen wurde, gibt es einen von 15 notwendigen Punkten, um das Spiel zu gewinnen. „Wir haben alle gemeinsam viel Spaß, obwohl ein Sieg natürlich immer noch ein bisschen mehr Freude bereitet“, verdeutlicht Robin seinen sportlichen Ehrgeiz.

### „Es macht Spaß, sportliche Erlebnisse für andere zu ermöglichen“

Der Spaß steht auch abseits des Spielgeschehens im Vordergrund. Durch den in der Sportart üblichen Turniermodus an den Wochenenden, verbringt man sehr viel Zeit mit den Mannschaftskamerad\*innen, die für alle schnell zu Freund\*innen geworden sind. Bei den Ausflügen quer durch Deutschland ist sportartenüblich eine große Durchmischung von Jung und Alt vorhanden, was wiederum den Austausch zwischen den Generationen auf und neben dem Platz stärkt. All diese sozialen Aspekte des fairen und gleichberechtigten Miteinanders werden beim Ultimate Frisbee unter dem „Spirit of the Game“ zusammengefasst. „Es gibt eigentlich keinen Tag ohne Training oder Treffen mit meinen Freund\*innen aus dem Sport“, gibt Spieler Florin einen Einblick in die enge

Verbindung aller Teammitglieder über den Sport hinaus.

Neben dem Verein liegt Robin auch der internationale Austausch und Wettbewerb sehr am Herzen. Bei der Ausrichtung der U24 Weltmeisterschaft, welche 2019 in Heidelberg ausgetragen wurde, übernahm er die Organisation und in der Rolle als Teammanager durfte er die besten Spieler\*innen Deutschlands 2022 zu den World Games nach Birmingham begleiten. Diese Erfahrung bleibt ihm besonders positiv in Erinnerung. „Der Austausch mit Athlet\*innen anderer Sportarten und die gegenseitige Unterstützung bei Wettkämpfen ist einzigartig“, schwärmt der Vereinsvorsitzende. Diese Erfahrungen wünscht er dem Nationalteam auch bei den diesjährigen World Games in Chengdu.

### „Gleichberechtigung, Fair Play und Teamgeist“

Zukünftig erhofft sich Robin weiterhin mehr Sichtbarkeit für den Sport, um Nachwuchs sowie Sponsoren für die Randsportart zu gewinnen. Letzteres ist ihm besonders wichtig, da es sogar auf Profiebene der Regelfall ist, dass man die Kosten für die Teilnahme an einer Weltmeisterschaft privat tragen muss. Dennoch stehen für ihn die Wertevermittlung durch den Sport und die Freundschaft mit den Mitspieler\*innen über allen Herausforderungen. „Der soziale Zusammenhalt im Verein ist außergewöhnlich“, bringt er seine Liebe für den Vereinssport auf den Punkt.



# VOM SEEPFERDCHEN ZUM DEUTSCHEN JUNIOREN-VIZEMEISTER

## Blaise Schröder begeistert als Nachwuchsschwimmer des Mainzer Schwimmvereins

Leistungssport kann zu einzigartigen Erfolgen und Momenten führen, wenn gerade in jungen Jahren die Familie und der Trainer unterstützend wirken. So ist es auch bei Blaise Schröder, denn er ist in seinem jugendlichen Alter bereits dreifacher Deutscher Junioren-Vizemeister in den Disziplinen Schmetterling und Lagen. Sein Trainer Gabor spielt dabei eine tragende Rolle, da er den 16-jährigen seit seinem Seepferdchen kennt und fördert. „Blaise hat sich sehr gut entwickelt und wir arbeiten stetig daran, seine Fähigkeiten weiter zu verbessern“, führt Gabor weiter aus.

### Spaß am Sport führt zum Erfolg

Blaise ist seinem Trainer sehr dankbar für den bisherigen Erfolg, jedoch steht für den Nachwuchsschwimmer nicht nur der sportliche Erfolg im Vordergrund. „Gabor ist mein Trainer, aber vor allem auch mein Freund“, bestätigt er die besondere Verbindung zu seinem Trainer. Erfolg bedeutet für ihn darüber hinaus,

Spaß am Schwimmsport zu haben und weitere Freund\*innen durch den Sport zu finden. So ist die gesamte Familie Schröder durch die jahrelange Zusammenarbeit mit Trainer Gabor befreundet. Für den Trainer ist ein freundschaftliches, familiäres Umfeld wichtig und selbstverständlich: „Das Schwimmbad ist meine zweite Familie und dementsprechend verhalte ich mich auch.“

Die Unterstützung der Eltern spielt in dieser einzigartigen Beziehung eine große Rolle. Das große Engagement von Familie Schröder zeigt sich überwiegend

Bildquelle: Mirko Seifert



durch Vater Jan als nahezu täglicher Taxifahrer für die Kinder. Denn auch Blaises Schwester ist aktive Schwimmerin. An den Wochenenden verbringt die Familie ihre gemeinsame Zeit bei Wettkämpfen der Kinder. Unter der Woche bleibt gerade abends wenig Zeit für ein Beisammensein, um außerhalb des Sports beispielsweise ein gemeinsames Abendessen durchzuführen. Dennoch versucht Familie Schröder, trotz der späten Trainingszeiten Zeiträume für die Familie zu finden.

## „Eltern sollten ihre Kinder unterstützen, jedoch keinen Druck aufbauen“

Die Eltern von Blaise haben über die Jahre gelernt, wie sie in Bezug auf den Leistungssport die Balance zwischen motivierend und auch aufbauend wirken finden können. „Wir müssen uns da mehr und mehr zurücknehmen und Blaise einfach machen lassen. Eltern sein ist kein Ausbildungsberuf“, sagt Jan. Trainer Gabor ist ebenfalls davon überzeugt, dass die Familie sehr wichtig für die Entwicklung der Kinder im Leistungssport sind. „Eltern sollten ihre Kinder unterstützen, jedoch verbleibt die Zielsetzung bei den Sportler\*innen und Trainer\*innen“, verdeutlicht er die Aufgabenverteilung.

## Leistungssport braucht Ausgleich

In der Wettkampfvorbereitung hört Blaise gerne Musik, da sie ihm beim Abschalten und bei der Konzentration hilft. Sein Trainer versucht ihn in der Phase zu lesen, um ihm je nach Tagesform die richtigen Impulse mit auf den Weg zu geben. Die allgemeine Zielsetzung des Trainers um-

fasst neben den regelmäßigen Trainingseinheiten, die kurz vor Wettkämpfen noch einmal erhöht werden, vor allem auch möglichst viel Freizeit für seinen Schützling. „Blaise braucht den Ausgleich, um den Spaß am Schwimmsport nicht zu verlieren“, erläutert er. Gabor ist fest davon überzeugt, dass Kinder niemals gezwungen werden sollten, mehr zu trainieren als sie eigentlich möchten, um das Training positiv zu gestalten.

Eben jene positiven Momente aus den Trainingseinheiten oder den Vielzahl gemeinsamen Wettkämpfen an den Wochenenden bleiben dem Duo ein Leben lang positiv in Erinnerung.

Das gesamte Interview mit Blaise, seinem Vater Jan und seinem Trainer Gabor mit weiteren spannenden Details gibt es auf dem YouTube-Kanal des Sportbundes Rheinhessen.





# CORNHOLE: TRENDSPORT ODER FREIZEITSPIEL?

## Vom „Schlag den Raab“-Hype zur Bundesliga

Für viele schon seit Jahren als Freizeitsport bekannt, hat sich Cornhole in Deutschland in den letzten Jahren nicht nur als echte Sportart etabliert, sondern so professionalisiert, dass es mittlerweile sogar eine Bundesliga gibt. Die TG Nieder-Ingelheim ist hier ganz vorne mit dabei und hat seit fast zehn Jahren eine eigene Cornhole-Abteilung. Die Sportart stammt ursprünglich aus den USA und wurde 2012 durch die Fernsehshow „Schlag den Raab“ in Deutschland populär. Zunächst wurde das Spiel auf Festen und im privaten Kreis gespielt, ehe es ein Zuhause in Sportvereinen fand. Silke Bitz, Abteilungsleiterin Cornhole bei der TG, erzählt uns im Interview, dass es bei ihnen durch den Freundeskreis entstand: „Ein Bekannter, der das Spiel bei ‚Schlag den Raab‘ sah, hat uns Cornhole 2015 gezeigt. Es begann mit einem Straßenfest – so hat sich nach und nach eine Mannschaft und schließlich die Abteilung entwickelt.“

## Freizeitspiel und Geselligkeit für alle

Doch was genau ist Cornhole eigentlich? Es gibt vier Säcke („Bags“), gefüllt mit Granulat oder Mais, und zwei Holzbretter, die 8,23 Meter voneinander entfernt stehen sowie jeweils 120 cm lang sind. Gespielt wird gegen ein\*e Gegner\*in, der\*die ebenfalls vier Säcke hat. Je nachdem, ob ein Sack auf dem Brett oder sogar im Loch landet, werden Punkte gezählt – gespielt wird bis 21. Es gibt Einzel- und Doppel-Formate, also Spiele zu zweit oder viert. Mittlerweile hat jede\*r Spieler\*in der TG eigene Bags – denn es gibt zahlreiche Varianten, die sich in der Beschaffenheit und somit auch in der Geschwindigkeit unterscheiden, das Gewicht liegt hierbei immer bei 450 Gramm. Auch im Wettkampfbetrieb bringen die Spieler\*innen ihre eigenen Bags mit – so ist eine gezielte Vorbereitung möglich.

Das Training bei der TG gestaltet sich sehr frei und selbstbestimmt, da es keine\*n Trainer\*in im klassischen Sinne gibt. Zwei Mal pro Woche kommen die Spieler\*innen für bis zu drei Stunden zusammen und trainieren meist individuell. Das Besondere: Cornhole kann jede\*r spielen – unabhängig von Alter oder Geschlecht. Doch bleibt die Frage: Ist Cornhole ein klassischer Sport oder nur ein Freizeittrend? Silke stellt klar: „Ich bin Wettkampf- und Turniermensch. Ich fuchse mich da sehr schnell und gerne rein. Man spielt bei Turnieren den ganzen Tag, oft auch über mehrere Tage. Man muss konzentriert sein und braucht körperliche Ausdauer. Für mich ist das ganz klar ein Sport.“

## Ein Sport, der an die Substanz geht

Beim TG-Team „Cornhole Freunde Ingelheim“ (CFI) spielt auch die Gemeinschaft eine zentrale Rolle. Die Spieler\*innen besuchen neben dem Training regelmäßig regionale Feste – und sind auch international sportlich unterwegs. „Der größte Erfolg war im Februar 2025 – da gewann ich zusammen mit Silke das Doppel der Swiss Open und 2024 haben wir gemeinsam die Dutch Open gewonnen. Wir fahren jedes Jahr nach Schweden, haben dort schon mehrfach gesiegt. Silke und ich sind immer dabei – die anderen auch mal“, erzählt Arno Simons, der seit Beginn an Teil des Teams ist. Ihm geht es jedoch nicht nur um sportlichen Erfolg, sondern um das Miteinander: „In Schweden Menschen zu treffen, die ich sonst nie kennengelernt hätte – das macht es besonders. In ganz Europa sind großartige Freundschaften entstanden mit Menschen, die das gleiche Interesse teilen und immer freundlich sind.“

In Ingelheim kann jede\*r schnuppern und in eigenem Tempo einsteigen – allerdings von Anfang an mit offizieller Wettkampfdistanz, damit sich die Spieler\*innen daran gewöhnen. Ziel ist es, aus einem Freizeitspiel einen ernstzunehmenden Sport zu machen. „Die Präzision, die man braucht, um die Säcke ins Loch zu werfen – da zu treffen, wo man will – das taktische Spiel auf dem Brett ist schon besonders. Es ist mehr als nur ‚die Bags reinschubsen‘“, erklärt Isabelle Roos. Sie war vorher viele Jahre in der Tischtennisabteilung der TG aktiv und kam 2016 zum Cornhole. Seitdem ist sie mit Leidenschaft dabei und aus dem Team nicht mehr wegzudenken.

Es wird deutlich: Cornhole ist längst mehr als ein Spaßspiel aus dem Fernsehen. Seit 2024 gibt es in Deutschland eine Cornhole-Bundesliga. Sie umfasst zwei Spieltage mit Hin- und Rückrunde, eingeteilt in vier regionale Staffeln, hierbei spielen die Cornhole Freunde in der „Staffel Mitte“. An den Spieltagen tritt jede\*r gegen jede\*n an. „Unsere Staffel führen wir aktuell an“, erzählt Silke stolz. „Zusätzlich gibt es eine Teammeisterschaft – hier wurden wir letztes Jahr Fünfter.“ Sowohl Silke als auch Arno sind Teil des deutschen Nationalteams und Silke führt die deutsche Rangliste sogar auf Platz 1 an.

## Anyone can play, anyone can win

Ob lockeres Werfen im Park oder fokussierter Wettkampf auf europäischer Bühne – Cornhole verbindet Generationen, bringt Menschen zusammen und fordert sportliches Können. Wer einmal den ersten Sack versenkt hat, bleibt meist dabei. Cornhole ist gekommen, um zu bleiben.





# VON QUIDDITCH ZU QUADBALL:

**Sportlicher Zauber in Rheinhessen**

Was einst als fiktiver Sport auf fliegenden Besen begann, hat längst den Sprung in die echte Welt geschafft – mit vollem Körpereinsatz, Taktik und einer Menge Spaß. Die Capricorns Mainz sind seit 2023 Teil dieser besonderen Sportbewegung und zeigen, dass hinter dem einstigen „Harry Potter-Sport“ weit mehr steckt als Zauberei.

Der Verein Capricorns Mainz wurde 2023 von Daniel Bick und Lukas Dahl ins Leben gerufen. Beide sind nicht nur Gründungsmitglieder, sondern auch leidenschaftliche Coaches. Mit ihrem Engagement wollen sie den Sport in der Region etablieren und zeigen, dass Quadball (wie die Sportart heute heißt) nicht nur ein nerdiger Nischensport, sondern ein anspruchsvolles, inklusives und actiongeladenes Teamspiel ist.

### Warum nicht mehr Quidditch? Der Schritt zu Quadball

Was heute Quadball heißt, wurde 2005 in den USA von zwei Sportstudenten als reale Version des Quidditch-Spiels aus den Harry-Potter-Romanen erfunden. Nur drei Jahre später fand die Sportart ihren Weg nach Deutschland. Mittlerweile ist sie gut organisiert: Acht Regionalligen gibt es bundesweit – und mit den Capricorns Mainz und den Binger Beasts auch zwei Vereine in Rheinhessen.

Seit einiger Zeit heißt der Sport offiziell nicht mehr Quidditch, sondern Quadball. Der Grund: Der Wunsch, sich als ernstzunehmende Sportart zu etablieren – und sich gleichzeitig vom ursprünglichen Markenbegriff zu lösen. Auch kritische Äußerungen der Autorin der Harry-Potter-Reihe zu Themen wie Trans-Rechten hatten weltweit zu Diskussionen geführt. Mit dem neuen Namen setzt die Szene ein klares Zeichen für Eigenständigkeit und Offenheit.



### Jagen, Treiben, Suchen: Die Spielmechanik erklärt

Gespielt wird auf einem rechteckigen Feld mit drei Torringen auf jeder Seite. Zwei Teams mit jeweils sieben Spieler\*innen stehen sich gegenüber. Die Rollen sind vielfältig: Es gibt drei Chaser (Jäger\*innen), die Tore erzielen, einen Keeper (Torhüter\*in), zwei Beater (Treiber\*innen), die mit Bällen Gegner\*innen „abschießen“ und so das Spiel beeinflussen, sowie einen Seeker (Sucher\*in), der den Schnatz jagt – ein\*e neutrale\*r Spieler\*in mit einer gelben Flagge am Hosenbund. Diese\*r kommt erst nach 20 Minuten ins Spiel, kann aber das Blatt mit 30 zusätzlichen Punkten entscheidend wenden. Pro Tor gibt es 10 Punkte fürs Team und gewonnen hat, wer entweder den Schnatz gefangen hat oder – falls dieses Team vom Punktstand hinten liegt – wer als erstes den dann festgelegten Ziel-Score erreicht.

Gespielt wird übrigens mit speziellen Bällen: Der Quaffel, ein leicht entlüfteter Volleyball, lässt sich gut greifen und gezielt werfen – trotz des zusätzlichen Handicaps: Alle Spieler\*innen müssen während des Spiels eine PVC-Stange – den sogenannten „Besen“ – zwischen den Beinen halten.

### Fair Play für alle Geschlechter

Ein besonderes Merkmal des Sports ist die geschlechtliche Ausgewogenheit in den Teams. Die sogenannte „Gender Rule“ schreibt vor, dass pro Team nie mehr als vier Spieler\*innen desselben Geschlechts gleichzeitig auf dem Feld stehen dürfen – egal ob männlich, weiblich oder nicht-binär. So entsteht eine faire, vielfältige Spielatmosphäre, in der alle Geschlechter gleichwertig vertreten sind.

Was den Sport so besonders macht, bringt Spielerin Annie, Beater bei den Capricorns, auf den Punkt: „Es macht unheimlich viel Spaß, weil der Sport sehr abwechslungsreich ist. Es ist immer was los auf dem Platz, immer Action! Du musst stets aufmerksam sein: Wo ist gerade der Ball, wo werde ich gerade gebraucht, wo kann ich unterstützen?“ Auch für Marc, der gleich mehrere Positionen spielt, steht vor allem der Teamgeist im Vordergrund: „Ja, es macht einfach Spaß, mit den Leuten zusammenzuspielen.“

Mit viel Energie und Herzblut wollen die Capricorns Mainz den Sport in der Region weiter bekannt machen. Regelmäßige Trainings, Freundschaftsspiele und Turnierteilnahmen stehen auf dem Programm. Und vielleicht dauert es nicht mehr lange, bis auch in Mainz regelmäßig das Jagdfieber nach dem Schnatz ausbricht.

# 3.896 GRÜNDE ZUM FEIERN

## Prüfer\*innen und Erwerber\*innen des Deutschen Sportabzeichens ausgezeichnet

Die Sportabzeichenehrung des Sportbundes Rheinhes- sen rückt alljährlich die Würdigung außergewöhnlicher sportlicher Leistungen und ehrenamtlichen Engagements in den Mittelpunkt. Vereinsvertreter\*innen, Lehrer\*innen, Prüfer\*innen und langjährige Sportabzeichen-Erwerber\*innen wurden in feierlichem Rahmen am 13. Mai bei der TG Nieder-Ingelheim für ihre Erfolge und ihren Einsatz ausgezeichnet.

Mit insgesamt 3.896 abgelegten Sportabzeichen in ganz Rheinhessen im Jahr 2024 konnten die starken Zahlen aus den letzten Jahren bestätigt werden. Nach der Corona-Delle ging es im Jahr 2022 wieder bergauf. Im Jahr 2023 war durch 3.879 Abnahmen des Deutschen Sportabzeichens eine weitere Steigerung zu erkennen.

### Vereins- und Schulwettbewerbe: Spitzenplätze und starke Beteiligung

Den Vereinswettbewerb dominierten folgende Vereine:

- Gruppe I (bis 400 Mitglieder): DJK Ballspielclub Mainz
- Gruppe II (401–600 Mitglieder): Turnverein Monsheim
- Gruppe III (601–900 Mitglieder): Handballsportverein Alzey
- Gruppe IV (über 900 Mitglieder): Turnverein Laubenheim 1883

Auch im Familienwettbewerb glänzten einige Vereine mit starker Beteiligung. Die SG 1926 Spiesheim stellte mit 30 Abnahmen die aktivste Familie (Familie Martin) sowie die größte Familienbeteiligung (6 Abnahmen, Familie Barthel). Weitere herausragende Familien kamen aus Gau-Bischofsheim, Bretzenheim und Alzey.

Im Schulwettbewerb sicherten sich folgende Einrichtungen die Spitzenplätze:

- Gruppe I (bis 150 Schüler\*innen): Grundschule Mauchenheim
- Gruppe II (151 bis 300 Schüler\*innen): Grundschule am Sonnenberg Alshheim



- Gruppe III (301 bis 500 Schüler\*innen): Grundschule Mainz-Laubenheim
- Gruppe IV (501 bis 750 Schüler\*innen): Theodor-Heuss-Schule Mainz-Hechtsheim
- Gruppe V (mehr als 750 Schüler\*innen): Rabanus-Maurus-Gymnasium Mainz

### Langjährige Prüfer\*innen und Mehrfachabsolvent\*innen geehrt

Für ihre beeindruckende Ausdauer beim Erwerb des Deutschen Sportabzeichens wurden unter anderem Gertrude Reismann (45 Abzeichen), Harald Steinberg, Heike Singer-Müller, Gerd Plachetka und Manfred Hinkel (jeweils 40 Abzeichen) geehrt. Besonders herausragend: Gertrude Reismann und Manfred Hinkel wurden zudem für jeweils 40 bzw. 60 Jahre Prüfertätigkeit ausgezeichnet. Weitere Ehrungen für Prüfer\*innen gingen an Christine Rückeshäuser (45 Jahre Prüferin), Klaus Weigand (55 Jahre Prüfer) und Roland Capito (40 Jahre Prüfer).

### „Meine Motivation für das Sportabzeichen begann in der Schulzeit“

„Meine Sportabzeichen Laufbahn fing mit dem Nicht-Bestehen als 15-Jähriger an. Die Sportlehrer meiner Schule hatten mir damals verboten, 600 Meter zu schwimmen statt zu Laufen. Somit durfte ich das Sportabzeichen nicht bekommen. Das habe ich aber als Motivation gesehen, das Sportabzeichen zu erwerben, mich anzustrengen und so konnte ich im Laufe der

## „Das Deutsche Sportabzeichen bildete die Basis meiner Welt- und Europameistertitel“

Jahre und Jahrzehnte immer besser werden. Mein Ziel bleibt es, das Sportabzeichen ein Mal pro Jahr zu erwerben“, so der 81 Jahre alte Hinkel.

„Das Sportabzeichen war mein Eintritt in eine große Karriere in der Leichtathletik. Ich wurde mehrfach Welt- und Europameisterin in verschiedenen Disziplinen und alles begann mit dem Ablegen des Deutschen Sportabzeichens. Es war die Basis für meinen sportlichen Erfolg. Doch es muss nicht wie bei mir die große Karriere sein. Gerade für Kinder und Jugendliche ist es wichtig, dass sie sich sportlich betätigen. Ob das nun Bronze, Silber oder Gold ist, spielt gar nicht so die große Rolle“, betont die 77 Jahre alte Gertrude (Trudel) Reismann, dass das Sportabzeichen auf allen Ebene Gutes bewirken kann.

### Showacts als sportliches Highlight

Zwischen den Ehrungen sorgten hochklassige sportliche Darbietungen für Begeisterung: Die Sportakrobatik-Gruppe des SAV Laubenheim beeindruckte mit ihrer Körperbeherrschung, der TSC Ingelheim brachte mit seiner Hip-Hop-Performance Dynamik auf die Bühne, und das Naginata Kampfkunstzentrum Ingelheim präsentierte fernöstliche Disziplin mit meditativer Eleganz.



# QUALIFIZIERUNGSANGEBOTE

Jetzt QR-Code scannen oder Kasten anklicken und online anmelden.



## KINDERYOGA IN ZAUBERHAFTEN GESCHICHTEN

Ingelheim  
4 LE  
Dienstag, 19. August 2025  
18:00 – 21:00 Uhr  
20 €  
KS2025-SJ-03

Yoga ist langweilige Entspannung für Erwachsene!

Ganz und gar nicht. Wie Yoga für Kinder im jungen Alter kreativ in Märchengeschichten verpackt werden kann und wie mit Bewegungen nicht nur Beweglichkeit, sondern auch Entspannung gefördert werden können, zeigen wir euch, um den Kleinen eine entspannende Erfahrung zu bieten.

## SO GEHT "FINANZCHEF" TEIL 1 VON 2

Online  
2 LE  
Dienstag, 26. August 2025  
18:00 – 19:30 Uhr  
Kostenlos  
OW2025-SB-75

Sparfüchse aufgepasst: das Verwalten der Vereinsfinanzen kann vereinfacht werden. Wie das in den vier steuerlichen Bereichen eines Sportvereins gelingen kann, zeigt Teil 1 dieser Onlineveranstaltung. Eine Fortbildung, die in keinem Tresor von Schatzmeister\*innen fehlen und um Teil 2 zwei Wochen später sogar ergänzt werden sollte. Unsere Online-Workshops finden mit der Plattform Microsoft Teams statt.

## VON KLEIN BIS GROSS - IDEENKISTE ELTERN-KIND-SPORT

Gau-Odernheim  
8 LE  
Samstag, 23. August 2025  
9:00 – 16:00 Uhr  
40 €  
TS2025-SJ-03

In dieser Fortbildung zu Bewegungsstationen für die Kleinsten (1 bis 4 Jahre) erfahrt ihr, wie ihr eine abwechslungsreiche Sportstunde gestalten könnt, die sowohl Kinder als auch Erwachsene anspricht. Wir stellen kreative Stationen vor, die die motorischen Fähigkeiten, das Gleichgewicht und die Koordination fördern. Durch spielerische Übungen und Interaktionen zwischen Kindern und Erwachsenen entsteht eine fröhliche Atmosphäre, in der Bewegung und Spaß im Mittelpunkt stehen.

## UMGANG MIT CHRONISCH KRANKEN KINDERN

Online  
3 LE  
Mittwoch, 27. August 2025  
18:30 – 20:45 Uhr  
15 €  
OW2025-SJ-10

In diesem Seminar erhaltet ihr eine umfassende Einführung in die positiven Effekte von Bewegung bei chronischen Erkrankungen wie Krebs und Herzfehlern. Wir thematisieren Risiken und notwendige Anpassungen im Training.

Zudem erörtern wir sozialrechtliche Rahmenbedingungen, die im Umgang mit betroffenen Kindern zu beachten sind. Der Fokus liegt auf leistungslimitierenden Erkrankungen von Herz, Lunge, Muskulatur und Skelett.

## KOORDINATIONSTRAINING UND GLEICHGEWICHTSSCHULUNG ALS STURZPROPHYLAXE

Mainz  
4 LE  
Dienstag, 26. August 2025  
17:30 – 20:45 Uhr  
20 €  
KS2025-SB-13

In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmenden die Bedeutung von Koordination und Gleichgewicht für die Sturzprophylaxe kennen. Stürze sind eine der häufigsten Ursachen für Verletzungen im Alter, und durch gezieltes Training können viele dieser Risiken minimiert werden. Neben der theoretischen Einführung in das Thema, werden im Anschluss gezielt praktische Übungen durchgeführt und der Übertrag zur Umsetzung in den Alltag geschaffen.

## MIT GROSSEN GELENKEN GROSSES BEWIRKEN - USE IT OR LOSE IT

Mainz  
6 LE  
Samstag, 30. August 2025  
09:30 – 14:30 Uhr  
30 €  
TS2025-SB-09

Normalerweise ist Gewichtsreduzierung positiv – doch wenn der Bewegungsapparat in den Gelenken abnimmt, führt das im Verlauf des Älterwerdens zu allerhand unangenehmen Symptomen. Die großen Gelenke wie Hüfte und Schultern sind davon im besonderen Maß betroffen. Um dem zunehmend bewegungsarmen Alltag entgegenzuwirken, werden Übungen zur Ausschöpfung der ganzen Bewegungsamplitude der Gelenke vermittelt und ausprobiert.

# 2025

# Rheinhausen bewegt

Der Kongress des Sportbundes Rheinhausen



Gefördert durch:



Jetzt QR-Code  
scannen und dich  
anmelden!



**Samstag, 06. September 2025**  
**Ort: Gelände der IGS Mainz-Bretzenheim**

### Inspiration, Vernetzung und Weiterbildung am 06. September in Mainz

Wir laden euch zu unserem neuen Kongress „Rheinhausen bewegt“ ein – dem Treffpunkt für alle, die den Vereinssport mitgestalten, weiterentwickeln und zukunftsfähig machen möchten.

Ob Vereinsmanager\*innen, Jugendleiter\*innen, Übungsleiter\*innen oder einfach engagierte Sportbegeisterte – beim Kongress erwartet euch ein vielfältiges Programm mit praxisnahen Workshops, Impulsen aus der Sportwissenschaft, Austausch mit Expert\*innen und spannenden Impulsen für euren Vereinsalltag. Hierbei könnt ihr euch passende Workshops zu eurer Vereinstätigkeit frei auswählen, wodurch alle Teilnehmer\*innen ihren ganz eigenen Kongress zusammenbauen können.

Dank der Unterstützung unseres Frische-Partners LIDL ist die Teilnahme am Kongress kostenfrei.

### Das erwartet euch:

- 17 Workshops aus den Bereichen Training, Gesundheit, Inklusion, Jugendarbeit, Vereinsmanagement, Digitalisierung & Kommunikation
- Hochkarätige Referent\*innen aus Praxis, Wissenschaft und Sportverbänden
- 2 Lerneinheiten (LE) je Workshop für Übungsleiter-C, Jugendleiter, Vereinsmanager
- Für jede Lizenz können bis zu 8 LE erworben werden
- Workshops können einzeln besucht werden, eine Präsenz am ganzen Tag ist nicht notwendig
- Austausch & Netzwerken mit Engagierten aus ganz Rheinhausen
- Digitale Tools, kreative Ideen und neue Perspektiven für eure Vereinsarbeit

### Anmeldung:

Ihr könnt euch ab sofort über unser Veranstaltungsportal anmelden: <https://sportportal-rheinhausen.intelliverband.de/ifver/html/addons/SportBizIfVer/default.html?VerNum=KON2025-SB-01>



Hierbei könnt ihr in jeder Workshop-Phase ein passendes Thema für euch buchen




SPORTBUND  
Rheinhausen

# WORLD GAMES FÜR ALLE

- Alter: ab 4 Jahren (abwandelbar je nach Alter)
- Anzahl: 10-30 Personen
- Material: Seil/Tau, Musik, Sprossenwand + Matte, 2-4 kleine Kästen, Klötze/Reifen, 2 Bänke/Balken, 2 große Käste, 2 Softbälle + 6 Reifen (Material für Parcours individuell anpassbar)

## Spielablauf:

- 2 gleichgroße Teams spielen an 5 Stationen gegeneinander (Team Rot vs. Team Blau)
- Jede Station lässt sich auf eine Sportart der World Games zurückführen
- Je gewonnene Station erhält das Gewinnerteam einen Punkt
- Die Stationen und Spiele können je nach Gegebenheiten und Personen abgewandelt werden

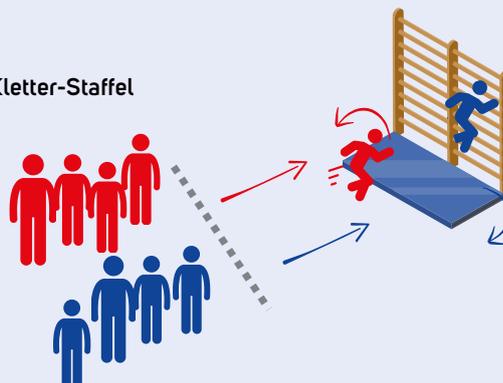
### Station 1: Tauziehen



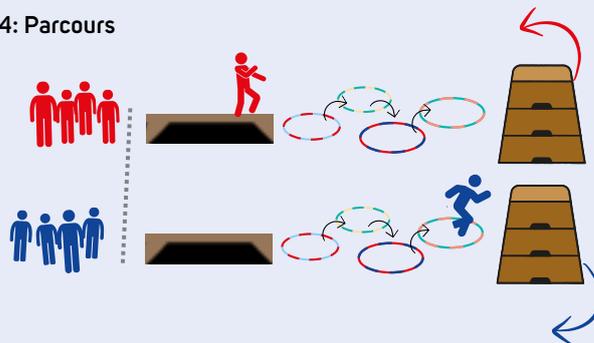
### Station 2: Stopptanz



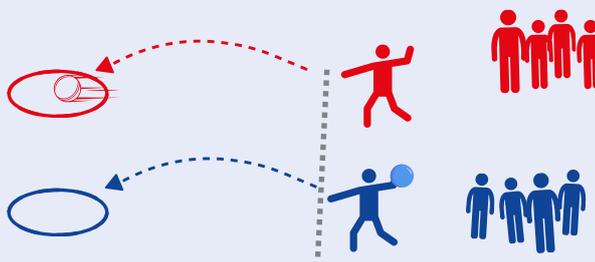
### Station 3: Kletter-Staffel



### Station 4: Parcours



### Station 5: Softball



Weitere Impulse für eure Übungsstunden findet ihr hier:



# LEADER-FÖRDERUNG: UNTERSTÜTZUNG FÜR DIE ENTWICKLUNG LÄNDLICHER REGIONEN IN RHEINHESSEN

Die LEADER-Förderung ist ein europäisches Programm, das gezielt die Entwicklung und Stärkung ländlicher Regionen fördert. Im Gegensatz zu herkömmlichen Förderungen werden bei LEADER die Einwohner der Region aktiv in die Entwicklung der Strategien eingebunden. Jede LEADER-Region verfügt über ein eigenes Budget, das bis zum Ende einer Förderperiode in regionale Projekte investiert werden soll.

Unter dem Leitbild „Zukunftsregion Rheinhessen – genussvoll, lebenswert, nachhaltig“ sollen alle Lebensbereiche der Einwohner verbessert werden. Ein besonderes Augenmerk liegt auf dem Bereich „Lebensumfeld gemeinsam gestalten“.

## Welche Fördermöglichkeiten gibt es?

Sportvereine spielen eine wichtige Rolle, da sie den Freizeitbereich vieler Generationen verbinden und einen Beitrag dazu leisten, die Region lebenswert zu machen. Allerdings stehen viele Vereine vor Herausforderungen, da sie auf ehrenamtliches Engagement angewiesen sind, das immer weniger Zeit für die Vereinsarbeit aufbringen kann. Um das Ehrenamt zu stärken und die Vereine zukunftsfähig zu machen, unterstützt das LEADER-Konzept in Rheinhessen Maßnahmen wie Vernetzungs- und Qualifizierungsangebote, Fortbildungen, Kommunikationsplattformen und Modernisierung der Vereinsstrukturen.

Neben dem Projekt des Sportbundes Rheinhessen wodurch u. a. das Bewegungsspiel „Raupe ImmerSport“ an pädagogische Einrichtungen und Vereine verteilt wurde, ist auch der Generationen-Aktiv-Park in Selzen entstanden. Die Sportstationen der Anlage ergänzen das Angebot der Sportvereine und stehen jedem zur Nutzung zur Verfügung. Die Antragstellung lief in diesem Fall über die Ortsgemeinde. Aber auch Sportvereine können von attraktiven Fördersätzen von bis zu 75 Prozent der Gesamtkosten für mögliche Vorhaben profitieren.

## Wie läuft das Bewerbungsverfahren ab?

Das Regionalmanagement der LAG Rheinhessen veröffentlicht mindestens zweimal im Jahr einen Projektauftrag mit einem fest-

gelegten Förderbudget. Interessierte Projektträger können bis zur Einreichfrist Kontakt aufnehmen, ein Beratungsgespräch führen und ihre Ideen anhand eines Projektsteckbriefs einreichen.

Das Verfahren ist zweistufig: Zunächst prüft der Vorstand der LAG, ob das Projekt zu den Zielen der Entwicklungsstrategie passt. Das Gremium besteht aus öffentlichen Institutionen, Wirtschafts- und Sozialpartnern sowie Vertretern der Zivilgesellschaft, wie dem Sportbund Rheinhessen. Nach einer Bewertung anhand festgelegter Kriterien erfolgt die Entscheidung über die Förderung. Bei positiver Entscheidung unterstützt die Geschäftsstelle gern bei der Antragstellung bei der Bewilligungsbehörde (ADD).

Sobald der Zuwendungsbescheid vorliegt, können die Projekte in die Umsetzungsphase starten.

## Habt ihr eine Idee?

Wenn ihr wissen möchtet, ob euer Projekt förderfähig ist, steht die LAG-Geschäftsstelle für eine Beratung gerne zur Verfügung. Oft reicht ein kurzes Telefonat, um die Fördermöglichkeiten zu klären. Ihr erreicht die Geschäftsstelle unter [lag@alzey-worms.de](mailto:lag@alzey-worms.de) oder telefonisch unter 06731 408-1023.



# FIT IM FORTGESCHRITTENEN ALTER

## Das Qualitätssiegel "Seniorenfreundlicher Sportverein" im Fokus



Im Sportverein spielt Vielfalt eine große Rolle. Egal, ob Angebote für junge oder alte Menschen – im Vereinssport ist für jede\*n etwas dabei. Im Bereich des Seniorensports verleiht der Sportbund Rheinhessen bereits seit 2011 das Qualitätssiegel „Seniorenfreundlicher Sportverein“. Doch was genau muss ein Verein leisten, um die Auszeichnung zu erhalten?

Um mit dem Qualitätssiegel ausgezeichnet zu werden, sollte es im Verein mindestens fünf Angebote für Senior\*innen geben. Im Bereich der Leitung der Angebote sollte es eine\*n ausgebildete\*n Seniorenberater\*in, eine\*n Übungsleiter\*in C Breitensport Fitness und Gesundheit oder eine\*n Übungsleiter\*in der zweiten Lizenzstufe geben, wobei alle genannten senior\*innenbezogene Fortbildungen besuchen sollten. Neben den sportlichen spielen auch außersportliche Angebote für Senior\*innen eine Rolle bei der Bewertung.

Sobald alle Kriterien erfüllt sind, erhält der Verein das Qualitätssiegel in Form einer Urkunde sowie einem Schild für die Außendarstellung des Engagements. Nach vier Jahren ist die Beantragung einer Verlängerung notwendig. Darüber hinaus erhält der Verein pro Beantragung eine Gutschrift in Höhe von 150 Euro zur Anschaffung von senior\*innengerechten Spiel- und Sportgeräten.

In diesem Jahr darf sich erstmalig der TV 1893 Nieder-Olm über die Auszeichnung mit dem Qualitätssiegel „Seniorenfreundlicher Sportverein“ freuen. Seniorenberaterin Steffi Iriohn ist sehr stolz auf die Anerkennung: „Unser Verein bietet den Senior\*innen die Möglichkeit, regelmäßig mit einem vielseitigen Angebot ein 'bewegtes' Zuhause zu finden, wo der Spaß, der Austausch mit Gleichgesinnten und das Miteinander im Vordergrund stehen.“ Besonders schön sei es dabei, jeden Montag zu erleben, wie die Teilnehmer\*innen lächelnd und mit neugieriger Erwartung gerne in die Stunde kommen. Der Verein bietet ein vielseitiges Bewegungsangebot für insgesamt 354 Teilnehmer\*innen ab 61 Jahren an. In den sechs verschiedenen Kursformaten Fit bis ins hohe Alter, Gelenkschule, Herzfit, Rückenfitness 60 plus, Fit und gesund am Morgen sowie Nordic Walking werden gezielt koordinative und alltagsrelevante konditionelle Fähigkeiten trainiert.

Der TV 1846 Weisenau ist bereits seit 2012 dabei. Der Verein erhält in diesem Jahr bereits zum vierten Mal die Auszeichnung und ist nach wie vor von der Relevanz senior\*innenfreundlicher Angebote überzeugt. „Neben der Geselligkeit im Verein, ist es vielen älteren Menschen wichtig, beweglich zu bleiben, die Muskeln zu erhalten oder aufzubauen und das Gleichgewicht zu trainieren. Alles zusammen bedeutet schlicht und einfach mehr Lebensqualität“, unterstreicht die Seniorenberaterin Gitta Weber die Wichtigkeit der Angebote. Für 260 Senior\*innen gibt es eine breite Palette an Angeboten – darunter Rückenschule, Pilates, Gymnastik 40+, Fitness und Gesundheit, Hockergymnastik sowie Stretch & Relax. Die Nachfrage nach Gymnastik- und Tanzangeboten, Gerätturnen und sogar Volleyball ist nach wie vor ebenfalls groß.

Die Turngemeinde 1861 Mainz-Gonsenheim, der TuS 06 Nackenheim sowie der TSV 1920 Nieder-Hilbersheim sind auch seit vielen Jahren im Bereich des Seniorensports aktiv und wurden bereits mehrfach mit dem Qualitätssiegel ausgezeichnet. Dabei sticht die TGM Gonsenheim mit einem außersportlichen Angebot heraus. „Unser regelmäßiges Treffen 'Stricknadel trifft Häkelnadel' heißt alle Menschen willkommen. In der sozialen Gemeinschaft wollen

wir ein angenehmes Umfeld schaffen – auch außerhalb des Sports“, erläutert Seniorenberaterin Frauke Braun.

**„Jeden Montag erleben wir, wie die Teilnehmer\*innen lächeln und mit neugieriger Erwartung gerne in die Stunde kommen“**

Der demografische Wandel wird zukünftig weitere Vereine erfordern, die sich gegen Vereinsamung im Alter und für ein gesundes Älterwerden stark machen. Wenn auch dein Verein das Qualitätssiegel „Seniorenfreundlicher Sportverein“ erhalten sollte oder weitere Informationen benötigt, melde dich gerne bei unserer Referentin Breitensport, Heike Franke, per Mail an [h.franke@sportbund-rhein Hessen.de](mailto:h.franke@sportbund-rhein Hessen.de) oder per Telefon unter 06131-2814.



# FLOORBALL MAINZ AUF DEM WEG ZUR DEUTSCHEN MEISTERSCHAFT

**E**in Quietschen der Plastikschläger, ein gefühlvoller Pass, ein schneller Abschluss – und schon pfeift der Trainer das „Abschlusspiel“ an. Genau hier, in der BBS-Halle in Mainz, zeigt sich jeden Montagabend, was Floorball so einzigartig macht: hohes Tempo, teamorientierte Spielfreude und eine jugendliche Leidenschaft, die ansteckt.

Nachdem die Sportart beim Mehrspartenverein Hechtsheim zu groß und zu teuer für den Spielbetrieb wurde, trennte sich die Abteilung und Floorball Mainz gründete sich 2013 mit 14 Mitgliedern als eigen-

ständiger Verein. Heute zählt der Verein rund 180 Mitglieder – von siebenjährigen Kindern bis ins Erwachsenenalter.

Floorball ist eine Hockeysportart mit hohem Tempo, viel Technik und vor allem starkem Teamgeist. Gespielt wird in der Halle auf einem Feld in Handballgröße, umgeben von Banden. Im Gegensatz zum Eishockey trägt nur der\*die Torhüter\*in Schutzkleidung – die Feldspieler\*innen nutzen lediglich Schutzbrillen, denn Härte wird hier konsequent geahndet. Zur weiteren Ausrüstung gehören ein Schläger, dessen unteres Ende aus einem

Gitterblatt besteht, sowie ein leichter, gelochter Plastikball. Gespielt wird entweder im Kleinfeld (3 gegen 3) oder im Großfeld (5 gegen 5) plus Torhüter\*in. Eine Besonderheit: Es gibt keine Geschlechtertrennung – alle Geschlechter spielen gemeinsam in einem Team. Das stellt für Mädchen keinen Nachteil dar, wie der Trainer der U15 Mannschaft Maximilian (Maxi) Lücke erklärt: „Tendenziell macht es auch keinen so großen Unterschied, ob ich jetzt als Mädchen bei den Jungs mitspiele oder nicht, weil es viel auf Technik und Geschwindigkeit ankommt, und da merkt man die Unterschiede kaum.“



## Herausforderungen einer Randsportart

Trotz dessen, dass die Geschlechter nicht getrennt sind, bringt Floorball als Randsportart einige Herausforderungen mit sich, die sich auch im Vereinsalltag von Floorball Mainz deutlich zeigen. Eine der größten Schwierigkeiten ist die geringe Bekanntheit der Sportart in Deutschland. Obwohl Floorball international wächst und unter anderem bei den World Games vertreten ist, sorgt das hierzulande nur für sehr begrenzte Aufmerksamkeit. Diese geringe Verbreitung hat direkte Auswirkungen auf die Vereinsarbeit: „Wir müssen uns sehr um neue Mitglieder bemühen, da man eben nicht mal bei der Suche nach einer neuen Sportart über uns stolpert.“ erläutert Maxi. Außerdem gibt es in Rheinland-Pfalz und Hessen nur wenige Vereine, was dazu führt, dass sowohl die Trainer als auch die Eltern der U15-Mannschaft zu Auswärtsspielen teilweise Strecken von bis zu 200 Kilometern zurücklegen müssen.



## Eine Erfolgsgeschichte außerhalb des Rampenlichts

Neben den Spielen am Wochenende, trainiert die U15-Mannschaft jeden Montag und Freitag jeweils anderthalb Stunden. Zuerst bauen die Spieler\*innen das Feld mit den Banden auf, danach folgt ein Warm-up, bevor das eigentliche Training beginnt – mal mit taktischen Übungen, mal in freien Spielformen. „Wir als Trainer geben Übungen vor, die die Spieler\*innen dann umsetzen sollen, manchmal gestalten wir das Training auch eher als freie Spielform. Ich möchte nicht nach Plan A alles abspielen, sondern das Training flexibel gestalten.“ Am Ende dürfen sich die Kinder immer auf das Abschlussspiel freuen. Da die U15 demnächst wichtige Spiele hat, ist eine Nachbesprechung am Ende der Einheit unverzichtbar.

## Höhepunkte der U15-Mannschaft

Denn in diesem Jahr hat der Verein die Möglichkeit, sich durch die Ausrichtung der Deutschen Meisterschaft im Kleinfeld der U15 Ende Juni stärker zu präsentieren. Als Gastgeber ist man automatisch qualifiziert, doch auch sportlich hat sich die Mannschaft durch den zweiten Platz bei der Westdeutschen Meisterschaft qualifiziert. Spieler Martin freut sich schon jetzt auf das Heimturnier: „Dass die DM bei uns stattfindet, ist etwas ganz Besonderes. Unsere Eltern und Fans sind live dabei, und unser Ziel ist es, ins Halbfinale zu kommen.“ Eine weitere Meisterschaft im Großfeld findet Anfang der Sommerferien in Bremen statt. Dafür muss sich die U15-Mannschaft an Pfingsten bei einem Qualifikationsturnier erneut beweisen.

Floorball Mainz zeigt eindrucksvoll, was eine engagierte Gemeinschaft trotz begrenzter Mittel und Bekanntheit erreichen kann. Der Verein ist nicht nur ein Ort für sportliche Entwicklung, sondern vor allem ein Zuhause für alle, die Spaß an Bewegung, Teamarbeit und sportlicher Fairness haben. Mit Blick auf die anstehende Deutsche Meisterschaft wird klar: Diese Geschichte ist noch lange nicht zu Ende erzählt.



# RABATTE UND ZUSCHÜSSE FÜR PV-ANLAGEN

## Starke Allianz für nachhaltige Energie im rheinhessischen Sport

SILITHIUM smart energy, Tochter der EWR Gruppe, wird Partner des Sportbundes Rheinhessen und erweitert das Dienstleistungsangebot des Dachverbands. Der neue Partner mit Sitz in Walldorf ist auf eine dezentrale erneuerbare Energieerzeugung durch die Installation von Photovoltaik-Anlagen spezialisiert und ermöglicht nun auch den Mitgliedern des Sportbundes eine nachhaltige Energieversorgung.

„Der Sportbund Rheinhessen schafft ideale Voraussetzungen für nachhaltige und klimaeffiziente Lösungen – sowohl für seine Mitglieder als auch für deren Sportstätten und Vereinsgebäude. Wir von SILITHIUM smart energy bieten maßge-

schneiderte Lösungen, um diese Vision zu realisieren – ganz nach unserem Motto: Sei dein eigenes Kraftwerk. Wir freuen uns auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit mit dem Sportbund Rheinhessen“, sagt Sebastian Seibert, Geschäftsführer SILITHIUM smart energy.

SILITHIUM smart energy möchte die Energiewende aktiv begleiten und fördern. Mit eigenen Beratungs-, Montage- und Installationsteams bietet SILITHIUM ihren Kund\*innen einen vollumfänglichen Dienstleistungsservice vom kostenfreien Erstgespräch vor Ort bis zur Inbetriebnahme der Photovoltaikanlage. Im Paket enthalten ist zudem eine Versicherung der Photovoltaikanlage über 5 Jahre. Die

Kosten übernimmt für diesen Zeitraum SILITHIUM. Ebenso bietet der neue Partner speziell für die Mitglieder des Sportbundes Rheinhessen gestaffelte Vergünstigungen für jede Anlagengröße, um je nach Energiebedarf die optimale Versorgung gewährleisten zu können.

„Steigende Energiepreise haben unsere Vereine in der Vergangenheit vor enorme finanzielle Herausforderungen gestellt. Daher freut es uns umso mehr, dass wir unseren Mitgliedern nun einen Partner an die Hand geben können, der sie auf dem Weg zu einer eigenständigen Energieversorgung professionell unterstützt und ausstattet“, erklärt Thorsten Richter, Vorstand des Sportbundes Rheinhessen.



Ergänzt wird die neue Partnerschaft durch die Rheinhessen Sparkasse, welche die Vereine zusätzlich zu den Preisnachlässen von SILITHIUM smart energy mit einer Spende von jeweils 1.000 Euro für ein neues Solarpaket unterstützt. Darüber hinaus steht sie als Finanzierungspartner zur Seite. Dabei kommen die Ansprechpartner\*innen der Rheinhessen Sparkasse auch in die Vorstandssitzungen der Vereine, um alle ehrenamtlich Tätigen vor Ort zu ehrenamtsfreundlichen Uhrzeiten zu unterstützen.

„Nachhaltigkeit und regionale Förderung gehen für uns als Rheinhessen Sparkasse Hand in Hand. Gemeinsam mit SILITHIUM smart energy möchten wir den Vereinen des Sportbundes Rheinhessen die Möglichkeit bieten, aktiv etwas zur Energiewende beizutragen und gleichzeitig ihre Energiekosten nachhaltig zu senken. So entsteht eine zukunftsorientierte Lösung, von der sowohl die Vereine als auch die Umwelt profitieren“, so der Bereichsdirektor Digitalisierung, Digitaler Vertrieb und Nachhaltigkeit der Rheinhessen Sparkasse, Dirk Scherrer, bezüglich der Kooperation.

Die Kooperation ermöglicht den Mitgliedern des Sportbundes Rheinhessen somit neben dem finanziellen Zuschuss der Rheinhessen Sparkasse 5 Prozent Rabatt auf eine Anlage bis 30 Kilowatt Peak. Auf größere Anlagen gewährt SILITHIUM smart energy einen Rabatt in Höhe von 3 bis 4 Prozent, gestaffelt nach Größe.

„Dank der Partnerschaft mit SILITHIUM smart energy sowie der Unterstützung durch die Rheinhessen Sparkasse können wir als Dienstleister unsere Vereine bei dem zukunftsweisenden Thema der Nachhaltigkeit nun noch besser unterstützen und unsere Dienstleistungspalette zu Gunsten unserer Vereine nochmal erweitern“, sagt Klaus Kuhn, Präsident des Sportbundes Rheinhessen.



### Die Vorteile der Partnerschaft mit SILITHIUM smart energy und der Rheinhessen Sparkasse auf einen Blick:

- Nachhaltige Energieversorgung durch maßgeschneiderte Photovoltaik-Lösungen für Vereinsgebäude und Sportstätten
- Professionelle Unterstützung durch eigene Beratungs-, Montage- und Installationsteams von SILITHIUM smart energy
- Kostenfreies Erstgespräch vor Ort und umfassender Service bis zur Inbetriebnahme der Anlage
- 5 Jahre Versicherungsschutz für die Photovoltaikanlage
- Rabatte mit bis zu 5 Prozent auf Anlagen bis 30 kWp
- 1.000 € Zuschuss je Verein durch die Rheinhessen Sparkasse
- Finanzierungsmöglichkeiten durch die Rheinhessen Sparkasse – inklusive Beratung zu ehrenamtsfreundlichen Zeiten vor Ort



Rheinland-Pfalz

***Partner des Sports***



Anbieter gem. §9 Abs. 8 GlüStV 2021. Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen.  
Nähere Informationen unter [www.buwei.de](http://www.buwei.de). Hotline der BZgA: 0800 1 372 700 (kostenlos und anonym).