



Lizenz? Geht auch im Rollstuhl!

Landessportbund bildet 15 neue Übungsleiter*innen C Erwachsene/Ältere aus /
Martin Honcu lässt sich durch seine Behinderung nicht aufhalten

Sieben Wochenenden lang haben sie zugehört, gebraint, geschwitzt, getestet, angeleitet – und vor allem viel gelernt. Nun, an diesem Sonntag Mitte Juli, nehmen sie stolz ihre Lizenz als Übungsleiter*in C Erwachsene/Ältere entgegen: 15 frisch ausgebildete Männer und Frauen strahlen mit Sportlehrer Tobias Dauner um die Wette. Sie sind glücklich und sie wissen: Obwohl die Ausbildung zu den bewertesten zählt, die der Landessportbund Hessen e.V. (lsb h) anbietet, haben sie ein Stück Sportgeschichte geschrieben. Nicht nur, weil sie in Zeiten, in denen Ehrenamtliche dringend gesucht werden, so viel Freizeit eingebracht haben. Sondern auch, weil in dieser Ausbildung Inklusion gelebt wurde!

Denn unter ihnen ist Martin Honcu. Er ist begeisterter Sportler, Vorstandsmitglied im VSG Darmstadt – und er sitzt im Rollstuhl. „Wenn über Inklusion im Sport gesprochen wird, geht es häufig darum, Sportangebote für Menschen mit Behinderung zu öffnen. Mit der erfolgreichen Teilnahme von Martin Honcu haben wir nun gezeigt, dass mehr möglich ist, dass Inklusion auch in der Aus- und Fortbildung von Übungsleitenden möglich ist. Und dass sie so auch in unsere Vereine ge-

tragen wird“, sagt Dr. Frank Obst, für Bildung zuständiger Geschäftsbereichsleiter des lsb h.

Damit das möglich wurde, hat der Landessportbund das Ausbildungskonzept entsprechend angepasst. Das war naturgemäß etwas schwieriger als bei der Vereinsmanager C-Ausbildung, die Honcu bereits 2022 beim lsb h absolviert hat. „120 Lerneinheiten so zu gestalten, dass die Bedarfe eines Rollstuhlfahrers stets berücksichtigt werden, war eine Herausforderung – aber eine, von der sowohl ich als auch alle 15 Teilnehmenden nachhaltig profitiert haben“, sagt Sportwissenschaftler Dauner, der den auf sieben Wochenenden verteilten Lehrgang geleitet hat.

Wertvolle Erfahrung für alle

Honcu selbst sieht es ähnlich: „Die Erfahrungen, die man in so einem inklusiven Lehrgang macht, sind unbezahlbar und sehr wertvoll für die spätere Arbeit im eigenen Verein.“ Berührungspunkte seien aus seiner Sicht schnell abgebaut gewesen. Auch, weil Honcu sehr offen mit seiner Behinderung umgeht: Seit zehn Jahren ist er an Multiple Sklerose (MS) erkrankt. Weil

O B E N

Für eine Einheit im Bereich Seniorensport wechselten alle Teilnehmenden in einen Sportrollstuhl, um ein Gefühl davon zu bekommen, wie man ein Sportangebot für Menschen mit Einschränkung gestalten kann.

Foto: lsb h

sie bei jedem anders verläuft, wird sie auch „Krankheit der 1.000 Gesichter“ genannt. Bei Honcu sind vor allem die Beine durch starke Spastiken betroffen. Laufen ist nicht mehr möglich, der Rollstuhl dient als Fortbewegungsmittel, um sich zeit- und kraftsparend fortzubewegen.

Vielfältige Ausbildungsinhalte

Basierend darauf hatten alle angehenden Übungsleitenden bei ihren Lehrproben die Aufgabe, eine Übungsstunde so zu gestalten, dass auch Rollstuhlfahrer bestmögliche Trainingsergebnisse erzielen können. Honcu selbst lernte in der Lizenzausbildung vor allem, wie er auch solche Lerninhalte vermitteln kann, die er selbst nicht vormachen kann. Schließlich will der lizenzierte Übungsleiter künftig selbst als Trainer aktiv werden: Aus der inklusiven Gruppe des VSG Darmstadt, in der er seit vier Jahren Rollstuhl-Handball spielt, möchte er eine Mannschaft formen, die ab 2024 am Ligabetrieb von Rollstuhlhandball Deutschland (RHD) teilnehmen soll.

Auf ihre neue Aufgabe als Übungsleitende hat der Lehrgang die Teilnehmenden optimal vorbereitet. Wie kann ein Aufwärmtraining gestaltet werden und wie können kleine Spiele auch erwachsene Sportler*innen begeistern? Wie plant man eine Trainingseinheit und was versteht man unter funktionellem Bewegen? Wie kann man ein Ausdauertraining abwechslungsreich gestalten, wie Kraft und Koordination trainieren? Die Zielgruppe – Erwachsene und Ältere – stets mitzudenken, war dabei ein wichtiger Aspekt, den die Ausbilder*innen immer wieder vor Augen führten.

Und zur Zielgruppe, das wurde bei dieser Ausbildung besonders deutlich, dürfen ganz explizit auch Menschen mit Behinderung gehören. „Es hat sich in den letzten Jahren schon sehr viel getan, aber wir sind noch lange nicht am Ende angelangt. Von Inklusion darf nicht nur geredet werden, sie muss gelebt werden“, sagt Teilnehmer Honcu. In seinem Verein, dem VSG Darmstadt, funk-

tioniere das schon sehr gut. Nun wünscht er sich, dass noch weitere Vereine sich für das Thema öffnen.

Für Frank Obst und Tobias Dauner steht deshalb fest, dass es nicht bei der Premiere bleiben soll: „Wir freuen uns, wenn weitere Personen mit Beeinträchtigung sich für eine Ausbildung beim Landessportbund entscheiden.“ Die nötigen Anpassungen hätten dabei keine Auswirkungen auf die hohen Qualitätsstandards der Lizenzausbildungen, die vom Deutschen Olympischen Sportbund vorgegeben werden. „Ganz im Gegenteil: Die Ausbildung gewinnt durch den inklusiven Charakter weiter an Qualität“, so Obst.

Barrierefreiheit als Ziel

So wurde in die nun abgeschlossene Ausbildung im Block Seniorensport etwa eine Einheit im Rollstuhl integriert. 15 Rollstühle hatte der Lsb h dafür angemietet. „Darin Sport zu treiben oder gar mit Bällen zu trainieren, haben viele Teilnehmende als etwas Neues und zugleich Großartiges beschrieben“, erläutert Dauner. Bei allen Herausforderungen sei dabei auch der Spaß nicht zu kurz gekommen und zum Abschluss absolvierten alle Teilnehmenden noch die Anforderungen des Sportabzeichens des Hessischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbandes (HBRS).

Bei dieser besonderen Einheit wurden die Teilnehmenden auch darauf aufmerksam, dass selbst kleine Unebenheiten für Rollstuhlfahrer*innen eine echte Behinderung sein können. „Bauliche Hindernisse und unebene Bodenbeläge sind aber der Alltag eines Rollstuhlfahrers“, so Honcu. Auch deshalb findet er es gut, wenn Inklusion in Ausbildungen nun eine größere Rolle spielt: „Je mehr Menschen sich mit dem Thema befassen, desto mehr werden die Bedarfe von Menschen mit Behinderung im Verein mitgedacht. Desto eher wird Barrierefreiheit als Ziel definiert – baulich und in allen anderen Bereichen.“

Isabell Boger



Weitere Informationen zu den Ausbildungen des Landessportbundes Hessen unter: yourls.lsbh.de/ausbildung

UNTEN

Erfolgreicher Abschluss: Martin Honcu (linkes Bild) bzw. alle frisch gebackenen Übungsleiter*innen freuen sich gemeinsam mit den Ausbilder*innen über ihre Lizenz.

