

Sport im Wandel

Gedanken zur Situation und zu Chancen der RG Lahr

Vorlage für Herrn Schöneboom

Erster Bürgermeister der Stadt Lahr



Die Existenz der Ringervereine ist in der großen Mehrheit fragil, da sie fast ausschließlich auf „einem Bein“ steht. Es kommt zukünftig darauf an, mit beiden Beinen ins Gleichgewicht zu kommen.

Inhalt

A) Gesellschaftliche Entwicklung	3
B) Ursachen des Sterbens von Ringervereinen in Lahr	4
C) Schlussfolgerungen	5
D) Die RG Lahr – eine Bestandsaufnahme	8
E) Schaffen eines zweiten Standbeines	19
F) Breitensportgruppe	20
G) Eltern und Kind-Ringen	22
H) Fitness durch Gewichtheben	23
I) Seniorengruppe	23
J) Cheerleader	25
K) Mädchen- und Frauengruppe	26
L) Meisterschaften und Gewichtsklassenturniere	26
M) Vom Gewaltpräventions- zum Bildungsprojekt	28
N) Lahrer Schulturnier	34
O) Sozial- und Integrationsarbeit	35
P) Spitzensport = Mannschafts- und Einzelwettbewerbe	36
Q) Impressionen	40

A) Gesellschaftliche Entwicklung

„Langeweile ist out, Spaß ist in“

Der Sportler von morgen frönt am liebsten als Individualist seinem eigenen Spaß. Nur etwa jeder fünfte 18- bis 22-jährige denkt an Vereinssport. Zu diesem Ergebnis kommt eine repräsentative Umfrage unter 3000 Bundesbürgern (Badische Zeitung vom 9. Mai 2017).

Sport treiben ohne Zwänge, Freizeit- statt Vereinssport, Spaß statt Trainingsmonotonie – diese Entwicklungen bestätigen zahlreiche Studien der Jugendforschung in den vergangenen Jahren. „Sport ist im Verein **nicht** mehr am schönsten“ sondern „viel Fun und wenig Druck“ heißt das neue Motto, besonders für ältere Jugendliche. Sie werden zu „Sporthoppern“, die zwischen Sportvereinen und Freizeitclubs hin und her wechseln und dabei ihre Sportarten austauschen wie ihre Kleidung. Nach den Befunden des Freizeitforschers Horst W. Opaschowski gehen die Zeiten, in denen vor allem Teenager mit ganzem Herzen Sportler und Vereinsmitglieder waren, langsam zu Ende.

Die Tendenz, dass die Kindergruppen in den Vereinen immer größer, die Jugendlichen dagegen weniger werden, werden nicht nur durch Bestandserhebungen des DSB, sondern auch durch die Erfahrungen in den Vereinen unserer Sportart untermauert.

Wie kann dieser Gefahr, die besonders traditionelle Sportarten wie Ringen betrifft, begegnet werden? Können wir als Ringerverein, weiterhin ausschließlich auf den Wettkampf ausgerichtet, beruhigt in die Zukunft gehen oder müssen auch wir uns den geänderten Werten und Einstellungen der Sport treibenden Jugend anpassen und wenn ja, auf welche Weise? Wie brechen wir unsere teilweise verstaubten Strukturen auf, um wieder neue Mitglieder zu gewinnen?

Wettkampf- und Leistungssport stehen bei Jugendlichen auch weiterhin hoch im Kurs. Rund zwei Drittel der Jugendlichen, die Mitglieder in einem Verein sind, betreiben wettkampforientierten Sport. Nach Arne Güllich, Referent für Leistungssport im DSB, haben sich die Zahlen kaum verändert **und die Rahmenbedingungen für Talente, die den Schritt in Richtung „Profisport“ gehen wollen, waren noch nie so gut.**

Man kann sagen, dass zukünftig die Sporttreibenden ein vielfältiges Angebot erwarten. Nach den Studien sollte der Verein die Qualität eines Dienstleistungsunternehmens bekommen. Es geht weniger um Leistung als um die Lust der Sporttreibenden. **Als Konsequenz wird es ein Nachwuchsproblem im Leistungssport geben, wenn nicht „profihafte“ Ambitionen dahinterstehen, und es wird weniger ehrenamtliches Engagement geben.**

Können wir also uns als Ringerverein auch weiterhin voll auf unsere bisherigen „Stärken“ konzentrieren und in der bisherigen Schiene weiterfahren? Die fallenden Mitgliederzahlen im DRB und der Schwund an Vereinen sprechen eigentlich eine andere Sprache.

Wo liegen hier die Ursachen und wo sind die Stellschrauben für eine zukünftige positive Entwicklung?

B) Ursachen des Sterbens von Ringervereinen in Lahr

-persönliche Erfahrungen eines sog. „Urgesteins“-

Im Umkreis von 6 km gab es in den 1960-iger Jahren in Lahr noch drei Traditionsringervereine. Zusammen hatten sie über 1000 Mitglieder. Was bedeutete nun im eigentlichen Sinne Traditionsverein?

Sportlich Gleichgesinnte schlossen sich zu einem Verein zusammen, trainierten ohne finanzielle Forderungen, verwalteten diesen ohne Bezahlung ehrenamtlich und finanzierten die Kosten von Meisterschaften, Mannschaftskämpfen und Verbandsabgaben über Mitgliedsbeiträge und Einnahmen aus verschiedenen Festivitäten. Gewichtheber- und Rasenkraftsportabteilungen gehörten zur Struktur des Schwerathletikverbandes und Identität, Zusammenhalt und finanzielles Gleichgewicht genossen höchste Priorität. So bauten beispielsweise aktive und passive Mitglieder das erste Vereinsheim am Altvater aus geschenkten, aus Abriss gewonnenen Backsteinen auf.

Im Zuge der Kommerzialisierung und der Professionalisierung wurde dieses Gleichgewicht erheblich gestört. Die Ringer gründeten einen eigenen Verband, bezahlte Trainer begannen den Anforderungen der Leistungsgesellschaft auch im Ringen gerecht zu werden. Die Vereine gerieten in eine finanzielle Wettbewerbssituation, da eigene Talente nun finanziell umworben wurden. Das Hamsterrad der Finanzierung dieser Entwicklung wurde nun von den weiterhin ehrenamtlich tätigen Vereinsfunktionären gedreht.

Der ASV Lahr wollte diese Entwicklung nicht mitmachen, brachte aber deshalb auch keine Mannschaft mehr an den Start. Der Verein verlor dadurch talentierte Jugendliche an den KSV Kuhbach. Durch eine spätere Fusion mit dem finanziell und personell stärker ausgestatteten Rivalen glaubte man nun mit doppelter Mitgliederzahl die Zukunft besser gestalten zu können. Sportlich gelang dem KSV Lahr-Kuhbach ein unglaublicher Aufstieg bis in die höchste nationale Klasse, bei Einzel- und Mannschaftswettbewerben konnten viele nationale Titel, nationale und internationale Medaillen gewonnen werden. Höhepunkt war der 5. Platz von Andreas Steinbach bei den Olympischen Spielen in Seoul, wo er nur knapp eine Silbermedaille verpasste. Welchen Preis aber musste der Verein letztendlich dafür bezahlen? Vor allem ausgebrannte Ehrenamtliche, die sich in der Organisation und Finanzierung bis zum Äußersten engagiert hatten. Auch die Mitgliederanzahl nahm rapide ab. Viele verließen den Verein, weil der neue Klebstoff „Höchstleistung“ den Verlust der eigenen Identität nur kurz überdecken konnte.

Noch einmal schien sich das Schicksal zum Besseren zu wenden. Der ASV Reichenbach konnte kurze Zeit das Ringen im Ortsteil zum Blühen bringen. Er profitierte sportlich auch von guten Ringern des erfolgreichen Erstligisten, die dort keine oder nur wenige Einsätze in der 1. Mannschaft hatten. Allerdings wurden wiederum die Folgen der Finanzierung des Wettkampferfolges durch den Einsatz von Ehrenamtlichen unterschätzt.

So schlossen sich zwei angeschlagene Vereine zusammen, in der Hoffnung leistungsmäßig ein hohes Niveau finanzieren zu können. Die neugegründete RG Lahr konnte nur kurzfristig diese Erwartungen erfüllen, dann kam der freiwillige Abstieg in die unterste Liga. Auch die Mitgliederzahl befand sich im freien Fall, sie hat sich heute bei etwa 300 eingependelt.

Die sportliche Entwicklung ist heute durch eine intensive und erfolgreiche Jugendarbeit wieder auf einem guten Weg. Aber welche Konsequenzen sollte man aus dem Verschwinden der ehemaligen Traditionsvereine ziehen, zumal auch das Ansehen des Ehrenamtes eine Wandlung erfahren hat und kaum noch Vereinsfunktionäre in ihrer Freizeit unbezahlt den bezahlten Wettkampfbetrieb verwalten und finanzieren wollen?

Ulrich Trosowski

C) Schlussfolgerungen

Den Weg in die Kommerzialisierung haben in Deutschland unter dem Dach des DRB viele Traditionsvereine nicht überlebt. Auch Spitzenvereine konnten auf Dauer den immer teurer werdenden Mannschaftsbetrieb nicht finanzieren, stiegen freiwillig in untere Ligen ab und legten den Schwerpunkt wieder auf die Jugendarbeit.

1. **Die erste Möglichkeit für die RG Lahr besteht darin, weiterhin ohne große Veränderungen in den bestehenden Ligastrukturen seinen Platz zu festigen. Das bedeutet aber auch, sich den Finanzierungsaufgaben zu stellen. Festivitäten im herkömmlichen Sinn werden nicht mehr ausreichen, um den finanziellen Wettbewerb zu bestehen. Der Aufbau eines Sponsoring-Netzwerkes ist daher unerlässlich. Die ehrenamtliche Vorstandschaft muss sich dazu bekennen, auch auf die Gefahr hin, dass zu jeder Zeit das fragile System, das ausschließlich auf Wettkampf ausgerichtet ist und sozusagen auf einem Bein steht, zusammenbrechen kann und man wieder von vorne anfangen muss. Von dieser Entwicklung zeugt der nachfolgende Bericht der Badischen Zeitung über die Jahreshauptversammlung 2018 der RG Lahr.**

BADISCHE ZEITUNG

Bei den Ringern klappt eine große Lücke in der Kasse

Von wob

Mo, 12. März 2018

Lahr

Die RG Lahr ist sportlich sehr gut aufgestellt – weil die Finanzen aber zunehmend Sorgen bereiten, werden Sponsoren gesucht.

•

LAHR (wob). Sportlich sind die Athleten der Ringergemeinschaft Lahr bestens aufgestellt. Jugend wie Senioren erringen Meisterschaften am Fließband, wie in der Hauptversammlung am Freitag in der Festhalle Kuhbach zu hören war. Doch der sportliche Erfolg hat auch seine Risiken: "So kann es finanziell nicht weitergehen", warnte Vorsitzender Ferrit Kellouche.

Rechnerin Katharina Miller legte für das Vorjahr ein Verlustergebnis von 7000 Euro vor. Kellouche warnte vor den Folgen einer Spirale, die es in der Vergangenheit schon einmal in der RG Lahr gegeben habe. Der Vorstand leiste sich eine gute Trainerarbeit, die im Jahr mehrere tausend Euro koste. Weitere dreistellige Beträge im Jahr seien für die aktiven Ringer fällig, sagte der Vorsitzende, der mit Blick in die Zukunft ein "finanzielles Desaster" auf die RG Lahr zukommen sah – wenn nicht schnellstens gegengesteuert werde.

Ein Minus von 10 000 Euro im Haushaltsplan

Kellouche forderte "Kontinuität auf hohem sportlichem Niveau", gleichzeitig aber eine stabile Grundlage. Dass dies kein einfacher Weg ist, zeigte sich in der Hauptversammlung. "Die Kosten erhöhten sich in allen Bereichen", sagte die Rechnerin, die von Mehrausgaben für die Mannschaften berichtete, gleichzeitig aber auch von einem Rückgang der Spender und Sponsoren, die sich in der Summe halbierten. Eine Erhöhung der Mitgliedsbeiträge verbiete sich, so der Vorsitzende. Der Verein sei bei den Aufwandsentschädigungen für die erste Mannschaft in einer Größenordnung von mehr als 10 000 Euro bereits an seine Grenze gekommen, sagte Kellouche. "Wenn dies so weitergeht, sind wir in zwei Jahren pleite". Kopfnicken bei den Mitgliedern. Mit einem "Sponsorentag" am 18. März in der Geroldseckerhalle will die RG Lahr Werbung in eigener Sache machen, weitere Aktionen sollen folgen.

Dorothea Oldak, Pressesprecherin der RG Lahr und frühere Vorsitzende, regte an, mit

Vereinsaktivitäten (wie früher das Bockbierfest in Reichenbach) die Einnahmen anzukurbeln. Sie appellierte an die knapp 30 Mitglieder im Besprechungsraum der Kuhbacher - Festhalle, gemeinsam mit dem Vorstand nach Wegen zu suchen.

"Die Jugend ist das Aushängeschild der RG Lahr", sagte Kuhbachs Ortsvorsteher Norbert Bühler, der bedauerte, dass in der Gesellschaft das Verständnis für eine Sozialarbeit abhandengekommen sei, die es finanziell zu unterstützen gelte. Dass es auch bei der RG Lahr in diesem Jahr finanziell nicht rosiger aussehe, zeigte der Haushaltsplan 2018, der mit einem Minus von rund 10 000 Euro – ohne Gegenstimme – angenommen wurde.

Nur positive Seiten zeigte der Sportbericht von Trainer Andreas Steinbach. Sowohl bei den drei Jugendmannschaften als auch bei den Senioren, die in die Verbandsliga aufgestiegen sind, werde fleißig trainiert. "Die Erfolge können sich sehen lassen, wir sind auf dem richtigen Weg", sagte der Trainer, der sich eine Stabilisierung des Mannschaftsgefüges wünschte. "Unsere Jugend ist richtig heiß, in die erste Mannschaft aufzusteigen", so der frühere Olympiaringer. Gut angenommen werde der Kleinbus, der von der Sparkasse für 18 000 Euro gestiftet wurde. Stolz zeigten sich die Verantwortlichen, dass die RG Lahr drei Jugendmannschaften führe: "Dies ist einmalig in Südbaden", sagte Steinbach. Positiv fielen auch die weiteren Berichte aus, die sich auf die Gewaltprävention (Uli Trosowski) und die Damen-Gymnastik (Brigitte Burkhard) bezogen.

2. **Sich nur als Ausbildungsverein zu verstehen und gut ausgebildete Jugendliche abwandern zu lassen, könnte eine Alternative sein. Doch auch hier würde bald eine Desillusionierung und Demotivation aller Beteiligten eintreten.**
3. **Die dritte Möglichkeit wäre, wie heute noch bestehende Traditionsvereine, vorwiegend Turnvereine, sich dem Breitensport aller Altersgruppen zu öffnen. Ist die**

Spitzensportabteilung erfolglos, bricht nicht der ganze Verein zusammen. Eine Gliederung in unterschiedliche Abteilungen zu verschiedenen Zeiten ist dann der Normalfall. Die Übungsleiter werden nur mit den von den Landessportbünden festgelegten Zuwendungen für Scheininhaber entlohnt. Oft verwaltet dann eine Geschäftsstelle den relativ großen Verein.

4. Die Absicht der Stadt Lahr (Gespräch F. Kellouche und U. Trosowski mit Herrn Schöneboom am 29.3.2018), neben dem Breitensport den Spitzensport zukünftig mehr in den Blick zu nehmen, bedeutet einen nicht erwarteten Motivationsschub für alle Verantwortlichen der RG Lahr. Es gibt der Vorstandschaft die begründete Hoffnung, die finanziellen Voraussetzungen für den Sportbetrieb auch weiterhin bewältigen zu können.

Unabhängig davon darf die Arbeit in der Breite nicht vernachlässigt werden, um immer wieder Eigengewächse in die Seniorenmannschaften integrieren zu können. Das heißt, dass wir den Aufbau von traditionell mit dem Ringkampfsport verbundenen Abteilungen zunächst als Ziele formulieren müssen.

D) Die RG Lahr – eine Bestandsaufnahme

1. Mitgliederstand

Mitglieder der letzten fünf Jahre

BSB Meldungen					
Meldejahr	2014	2015	2016	2017	2018
Zahlen aus	(2013)	(2014)	(2015)	(2016)	(2017)
Gesamt	330	309	313	318	316
Männlich	267	251	255	259	267
Weiblich	63	58	58	59	49

Davon sind bei den Männern wie auch bei den Frauen ca. 30 % sportlich aktiv.

2. Sportliche Entwicklung

2014 erfolgte der Abstieg der 1. Mannschaft in die Kreisliga, die unterste Liga des Bezirks II des Südbadischen Ringerverbandes. In dieser Mannschaft befanden sich mehrheitlich jugendliche Eigengewächse. Ehemalige Ringer stellten sich noch einmal für die Besetzung der schweren Klassen zur Verfügung. Eine Konsolidierung konnte erreicht werden und nach 2 Jahren **auch der Aufstieg in die Bezirksliga**. 2017 gelang dann der **Aufstieg in die Verbandsliga**.

Seit dem Jahre 2012 machten auch die ersten Einzelerfolge Schlagzeilen in der Lahrer Presse. So wurde mit **Patrick Allgeier** nach Jahren der Abstinenz **der erste Deutsche B-Jugendmeister** der neuen Generation gefeiert.

Dieser Erfolg war der Auftakt einer Erfolgsserie mit den **Trainern Andreas Steinbach und Toni Oldak**, die bis heute anhält. Namen wie **Mark Fischer, Patrick Allgeier, Ilja Krivopljas, Viktor und Christian Hubert** stehen stellvertretend für eine große Anzahl erfolgshungriger und vielversprechender Nachwuchsringer, die wie ihre Vorbilder nach nationalen und internationalen Einsätzen streben.

3. Erfolge 2018

Es würde den Rahmen dieser Vorlage sprengen, würde man allein die Erfolge von 2017 hier aufführen. Wir beschränken uns deshalb auf 2018 und verweisen auf unsere Homepage

www.rg-lahr.de/news

Drei Medaillen für den Lahrer Nachwuchs

Von **BZ-Redaktion**

Mo, 09. April 2018

Ringen

Deutsche Meisterschaft der Jugend: RG Lahr in Frankfurt/Oder und Herdecke erfolgreich.



Trainer Toni Oldak zeigt sich stolz mit Calvin Keil und Eugen Schell (rechtes Foto).
Über Silber freuen sich Trainer Willi Fening und Luis Fening (linkes Foto).

RINGEN (do). Nachwuchsathleten der RG Lahr kehrten mit Gold, Silber und Bronze von zwei Deutschen Jugendmeisterschaften nach Hause.

Eugen Schell und Calvin Keil starteten bei der Meisterschaft der B-Jugend in Frankfurt/Oder im griechisch-römischen Stil in der Gewichtsklasse bis 52 Kilogramm. Beide Ringer entschieden jeweils drei Kämpfe für sich, bevor sie aufeinander trafen. Schell siegte in diesem Duell und zog ins Finale ein. In einem starken Kampf besiegte er dort Yakup Keklik (ASV Schwäbisch Hall) mit 6:0 und wurde verdient Deutscher Meister. Keil gewann seinen Kampf um Platz drei gegen Elias Meister (ASV Hüttigweiler) und sicherte sich nach vier Siegen und einer Niederlage die Bronzemedaille.

Ihr Vereinskamerad Luis Fening ging in Herdecke (NRW) bei der Deutschen

Meisterschaft im freien Stil in der Klasse bis 41 Kilogramm auf die Matte. Mit 18 Teilnehmern war diese Gewichtsklasse stark besetzt. Fening siegte souverän fünf Mal und zog ins Finale ein, in dem er sich knapp Marcel Wagin (KSV Seeheim) geschlagen geben musste. Am Ende zeigte er sich jedoch glücklich über die Vizemeisterschaft. Die Trainer waren stolz auf ihre drei Schützlinge. "Eifer, Ausdauer, Geduld und Trainingsfleiß haben sich ausgezahlt", sagte Trainer Toni Oldak, der in Frankfurt/Oder mit dabei war, glücklich.

Ruben Kallfaß vom ASV Altenheim zeigte in Herdecke eine ausgezeichnete Vorstellung. In der Klasse bis 38 Kilogramm erkämpfte er unter 16 Konkurrenten den fünften Rang.

3.1.

31
MAR
2018

Marco Bender Gedächtnisturnier in Nordbaden

182 Teilnehmer gingen heute in Östringen bei einem starken Jugendturnier an den Start, unter ihnen auch drei Jungs der RG Lahr. In der D-Jugend startete Jason Keil in der Gewichtsklasse bis 28kg. Mit einem Schulter Sieg und vier technisch überhöhten Punktsiegen fegte er alle Gegner souverän von der Matte, Gold für Jason.

Ebenfalls Gold gewann Roman Schell (C-Jugend, 44kg). Mit drei starken Schulter Siegen und einem TÜP stand Roman ebenfalls verdient ganz oben auf dem Treppchen.

Bei der E-Jugend startete Alexander Fening in der Gewichtsklasse bis 26kg und auch er zeigte, was er in den letzten Monaten im Training gelernt hatte. Mit drei deutlichen Schulter Siegen zog er ins Finale ein, dort musste er sich zwar Mike Seel vom SC Kleinostheim geschlagen geben, und doch ein ganz starker Auftritt des kleinen "Sascha", Sohn unseres Vorstandsmitglieds und als Trainer mitgereisten Alexander Fening.

Stolz mit drei Medaillen machten sich unsere Jungs nach dem Turnier wieder auf den Heimweg. Dies war die erste offizielle Fahrt mit unserem neuen Vereinsbus. An dieser Stelle gilt unser Dank insbesondere der Sparkasse Offenburg/Ortenau sowie dem Autohaus Schillinger, Lahr - ohne die die Anschaffung des neuen Busses nicht möglich gewesen wäre. Herzlichen Glückwunsch unseren Ringern zu der tollen Leistung.

3.2.**NOMINIERUNG DER B-JUGEND ZU DEUTSCHEN MEISTERSCHAFTEN**

27
MAR
2018

Nach den Vorbereitungslehrgängen haben unsere B-Jugendlichen heute die Nominierungen zur Deutschen Meisterschaft erhalten. Wir gratulieren unseren Ringern und wünschen Euch schon heute eine erfolgreiche DM und bis dahin eine verletzungsfreie Vorbereitungszeit!

Nominierung zu den Deutschen Meisterschaften der Jugend B gr.röm. Stil vom 06.-08.04.2018 in Frankfurt / Oder, Brandenburg-Halle, Stendaler Str. 26 in 15234 Frankfurt/Oder

Nominiert:

52 kg Calvin Keil, RG Lahr

52 kg Eugen Schell, RG Lahr

Nominierung zu den Deutschen Meisterschaften der Jugend B Freistil vom 06.-08.04.2018 in Herdecke, Treffpunkt: Bleichsteinhalle, Hengsteysseestraße in 58313 Herdecke.

Nominiert:

41kg Luis Fening, RG Lahr

3.3.**DM DER JUNIOREN GR.-RÖM. IN HEMSBACH**

18
MAR
2018

Viktor Hubert startete in der Gewichtsklasse bis 60kg. Bereits sein erster Kampf hatte es in sich und Viktor zeigte, dass er unbedingt gewinnen wollte. Mit 8:8 Punkten gelang ihm das hauchdünn gegen Colin Eckert von der SVG Nieder-Liebersbach. Auch den 2. Kampf konnte Viktor für sich entscheiden, er besiegte Alex Bögel vom TSV Kottorn. Im dritten Kampf fand Viktor keine Einstellung gegen den starken Andrej Ginc vom SAV Torgelow, der am Ende Deutscher Meister wurde. Im kleinen Finale unterlag Viktor dann leider Tobias Knittel vom KSV Pausa. Doch Viktor zeigte insgesamt eine starke Leistung und wir gratulieren herzlich zum 5. Platz bei der Deutschen Meisterschaft.

Marc Fischer startete in der Gewichtsklasse bis 72kg. Zunächst besiegte er Chris Militzer vom KSV Pausa souverän mit 8:0, danach gelang Marc ein Schulterrieg gegen Pascal Wittke vom KSV Witten. In einem sehr ausgeglichenen Kampf hatte Marc am Ende leider mit 3:4 ganz knapp gegen Erik Löser von der RSK JK Gelenau das Nachsehen. Doch im kleinen Finale zeigte Marc nochmals sein ganzes Können und siegte überragend auf Schulter gegen Jakob Eich vom KSV Waldaschaff. Herzlichen Glückwunsch zu Platz 3 und der verdienten Bronzemedaille. Eine tolle Leistung beider Lahrer Ringer, die somit auch zur grandiosen Gesamtleistung des Südbadischen Ringerverbandes beitragen konnten, der souverän in der Teamwertung Platz 1 für sich entscheiden konnte.

Für unseren Trainer Andreas Steinbach und die beiden Ringer war es eine Selbstverständlichkeit, direkt nach ihrer Rückkehr die 1. Sponsoren-Gala des Vereins zu besuchen, wo sie von den anwesenden Vereinsmitgliedern, Sponsoren und Gästen gefeiert wurden.

3.4.

TAG 2 DER SÜDBADISCHEN MEISTERSCHAFTEN

04
MAR
2018

Heute wurden die südbadischen Meisterschaften der A- und B-Jugendlichen im griechisch-römischen Stil in Waldkirch ausgetragen und die Lahrer Ringer erkämpften sich grandios den Tagessieg und wurden als beste von 26. Mannschaften ausgezeichnet.

Gold konnten sich Sascha Herbertshagen (110kg), Luis Fening (44kg) und Eugen Schell (52kg) erkämpfen. Silber gab es für Ilja Krivopljas (65kg), der sich lediglich dem starken Lukas Brenn vom KSV Tennenbronn geschlagen geben musste. Jeweils Bronze erkämpften sich Niklas Erke (51kg), Mike Köln (60kg) und Calvin Keil (52kg).

Da die Punkte bis zum 6. Platz in die Gesamtwertung einfließen, trugen auch Felix Haag (57kg) und Sanzhar Torekhanuly (52kg) mit ihren guten 5. Plätzen zum großartigen Gesamtergebnis bei. Die Trainer Willi Fening, Toni Oldak und Andreas Doll waren sehr stolz auf die Leistungen ihrer Schützlinge, die insbesondere im Hinblick auf die nun folgenden Deutschen Meisterschaften ein hoffnungsvolles Zeichen gesetzt haben.

Die Ringergemeinschaft Lahr ist unfassbar stolz. Vier unserer Ringer sind doppelte Südbadische Meister, ein großartiges Ergebnis. Jason Keil, Luis Fening, Eugen Schell und Sascha Herbertshagen gelang es, im freien Stil sowie auch im griechisch-römischen Stil jeweils Südbadischer Meister zu werden. Herzlichen Glückwunsch zu dieser großartigen Leistung

Foto von links nach rechts

Willi Fening, Toni Oldak, Mike Köln, Calvin Keil, Felix Haag, Luis Fening, Ilja Krivopljas, Sanzhar Torekhanuly, Sascha Herbertshagen, Eugen Schell, Andreas Doll.

3.5.

GOLD UND BRONZE BEI DER SÜDBADISCHEN MEISTERSCHAFT

03
MAR
2018

In Waldkirch fand heute die SBM der C-Jugend im freien Stil statt. Fünf Teilnehmer der RG Lahr gingen an den Start. In der Gewichtsklasse bis 27kg zeigte Jason Keil großartige Kämpfe. Raphael Gliese vom KSK Furtwangen legte er auf die Schulter. Mit 16:0 ließ er Anastasia Becherer von der RG Waldkirch-Kollnau keine Chance. Im dritten Kampf besiegte er Iannis Luppü überzeugend mit 14:0. Im Finale wurde es dann spannend. Jason und Leon Schmidt vom ASV Urloffen lieferten sich einen spannenden Kampf, den Jason am Ende hauchdünn und mit der letzten Entscheidung 4:4 für sich entscheiden konnte und mit seinem vierten Tagessieg verdient Südbadischer Meister 2018 wurde.

Denis Geist (34kg) und Adilet Torekhanuly (38kg) waren gegen ihre Gegner heute leider chancenlos und mussten sich mit Platz 13 bzw. Platz 14 am Ende begnügen.

Roman Schell und Jonathan Holm gingen beide in der Gewichtsklasse bis 42kg auf die Matte. Roman konnte die ersten zwei Kämpfe souverän gewinnen, bevor er ganz knapp mit 8:7 gegen Konstantin Polewoi vom ASV Vörstetten verlor.

Jonathan tat es Roman gleich, auch für ihn zwei Siege und eine Niederlage und so standen sich die zwei Vereinskameraden im kleinen Finale gegenüber, das Roman deutlich für sich entscheiden konnte. Somit wurde Roman 3. Südbadischer Meister und Jonathan wurde 4. In der Gesamtwertung kam die RG Lahr heute auf den 3. Platz. Herzlichen Glückwunsch an unsere Teilnehmer, die von unserem Trainer Andreas Doll begleitet wurden.

Morgen geht die A- und B-Jugend im gr.-röm. Stil an den Start und wir wünschen unseren Teilnehmern in Waldkirch auch morgen viel Erfolg. Wir bitten alle Sportler, Trainer und Fans morgen um Beachtung, dass der Autobahnanschluss in Lahr gesperrt ist.

Foto von links: Trainer Andreas Doll, Denis Geist, Jonathan Holm, Jason Keil, Roman Schell

3.6.

**19
FEB
2018**

Am Wochenende fanden die Südbadischen Meisterschaften in Haslach statt. Bei der C-Jugend konnte insbesondere Jason Keil in der Gewichtsklasse bis 27kg triumphieren. Mit drei Schulter Siegen und zwei technisch überhöhten Punktsiegen fegte er alle Gegner von der Matte und wurde verdient Südbadischer Meister. Auch Roman Schell startete in der 42kg-Klasse souverän. Er gewann alle vier Kämpfe ganz stark mit Schulter Siegen. In einem hart umkämpften Finalkampf musste er sich dann zwar leider Konstantin Polewoi vom ASV Vörstetten knapp mit 6:3 geschlagen geben, doch die Silbermedaille war mehr als verdient. Adilet Torekhanuly (34kg) kam auf Platz 9, Denis Geist wurde 11.

Am Nachmittag gingen die Männer an den Start. In der Gewichtsklasse bis 82 kg kam Stefan Turenko auf den 4. Platz. Doch die Ergebnisse der Lahrer Ringer waren von einer Sekunde auf die andere nicht mehr wichtig, da sich Christian Hubert gleich im ersten Kampf gegen Andreas Heidt vom SV Gresgen so schwer verletzte, dass er aufgeben musste. Im Krankenhaus wurde ein Bruch im Ellenbogen festgestellt, der inzwischen bereits erfolgreich und ohne Komplikationen operiert wurde. Da es bei den Männern in der Gewichtsklasse bis 55kg mit Christian Hubert und Andreas Heidt nur zwei Teilnehmer gab, blieb Christian die Silbermedaille als kleiner Trost. Sein Viktor (63kg) konnte sich in Sorge um den verletzten Bruder Christian nicht mehr wirklich auf seine Kämpfe konzentrieren, am Ende Platz 4 für ihn.

Der Sonntag verlief besser für die jungen Wilden. In der A-Jugend wurde Sascha Herbertshagen (110kg) südbadischer Meister, Mike Köln (60kg) kam auf Platz 5 und Ilja Krivopljas (65kg) auf Platz 6. In der B-Jugend zeigten Luis Fening (41kg) und Eugen Schell (52kg) mit jeweils vier deutlichen Siegen bärenstarke Kämpfe. Beide strahlten am Ende über ihre Goldmedaillen. Calvin Keil (52kg) gewann drei Kämpfe und musste sich im Finale nur seinem Mannschaftskameraden Eugen Schell geschlagen geben. Ein guter 5. Platz von Felix Haag (57kg) und der 6. Platz von Sanzhar Torekhanuly (52kg) trugen dazu bei, dass die RG Lahr die Tageswertung nach dem KSV Tennenbronn und ASV Urloffen mit einem sehr guten dritten Platz für sich entscheiden konnte. Die Trainer waren überaus zufrieden mit den Leistungen ihrer Ringer, wenn auch die Verletzung von C. Hubert die Freude trübte. Wir wünschen an dieser Stelle Christian gute Besserung und schnelle Genesung!

3.7.

VIER SÜDBADISCHE MEISTER BEI DER RG LAHR

19
FEB
2018

Am Wochenende fanden die Südbadischen Meisterschaften in Haslach statt. Bei der C-Jugend konnte insbesondere Jason Keil in der Gewichtsklasse bis 27kg triumphieren. Mit drei Schulter Siegen und zwei technisch überhöhten Punktsiegen fegte er alle Gegner von der Matte und wurde verdient Südbadischer Meister. Auch Roman Schell startete in der 42kg-Klasse souverän. Er gewann alle vier Kämpfe ganz stark mit Schulter Siegen. In einem hart umkämpften Finalkampf musste er sich dann zwar leider Konstantin Polewoi vom ASV Vörstetten knapp mit 6:3 geschlagen geben, doch die Silbermedaille war mehr als verdient. Adilet Torekhanuly (34kg) kam auf Platz 9, Denis Geist wurde 11.

Am Nachmittag gingen die Männer an den Start. In der Gewichtsklasse bis 82 kg kam Stefan Turenko auf den 4. Platz. Doch die Ergebnisse der Lahrer Ringer waren von einer Sekunde auf die andere nicht mehr wichtig, da sich Christian Hubert gleich im ersten Kampf gegen Andreas Heidt vom SV Gresgen so schwer verletzte, dass er aufgeben musste. Im Krankenhaus wurde ein Bruch im Ellenbogen festgestellt, der inzwischen bereits erfolgreich und ohne Komplikationen operiert wurde. Da es bei den Männern in der Gewichtsklasse bis 55kg mit Christian Hubert und Andreas Heidt nur zwei Teilnehmer gab, blieb Christian die Silbermedaille als kleiner Trost. Sein Viktor (63kg) konnte sich in Sorge um den verletzten Bruder Christian nicht mehr wirklich auf seine Kämpfe konzentrieren, am Ende Platz 4 für ihn.

Der Sonntag verlief besser für die jungen Wilden. In der A-Jugend wurde Sascha Herbertshagen (110kg) südbadischer Meister, Mike Köln (60kg) kam auf Platz 5 und Ilja Krivopljas (65kg) auf Platz 6. In der B-Jugend zeigten Luis Fening (41kg) und Eugen Schell (52kg) mit jeweils vier deutlichen Siegen bärenstarke Kämpfe. Beide strahlten am Ende über ihre Goldmedaillen. Calvin Keil (52kg) gewann drei Kämpfe und musste sich im Finale nur seinem Mannschaftskameraden Eugen Schell geschlagen geben. Ein guter 5. Platz von Felix Haag (57kg) und der 6. Platz von Sanzhar Torekhanuly (52kg) trugen dazu bei, dass die RG Lahr die Tageswertung nach dem KSV Tennenbronn und ASV Urloffen mit einem sehr guten dritten Platz für sich entscheiden konnte. Die Trainer waren überaus zufrieden mit den Leistungen ihrer Ringer, wenn auch die Verletzung von C. Hubert die Freude trübte. Wir wünschen an dieser Stelle Christian gute Besserung und schnelle Genesung!

Der Sonntag verlief besser für die jungen Wilden. In der A-Jugend wurde Sascha Herbertshagen (110kg) südbadischer Meister, Mike Köln (60kg) kam auf Platz 5 und Ilja Krivopljas (65kg) auf Platz 6. In der B-Jugend zeigten Luis Fening (41kg) und Eugen Schell (52kg) mit jeweils vier deutlichen Siegen bärenstarke Kämpfe. Beide strahlten am Ende über ihre Goldmedaillen. Calvin Keil (52kg) gewann drei Kämpfe und musste sich im Finale nur seinem Mannschaftskameraden Eugen Schell geschlagen geben. Ein guter 5. Platz von Felix Haag (57kg) und der 6. Platz von Sanzhar Torekhanuly (52kg) trugen dazu bei, dass die RG Lahr die Tageswertung nach dem KSV Tennenbronn und ASV Urloffen mit einem sehr guten dritten Platz für sich entscheiden konnte. Die Trainer waren überaus zufrieden mit den Leistungen ihrer Ringer, wenn auch die Verletzung von C. Hubert die Freude trübte. Wir wünschen an dieser Stelle Christian gute Besserung und schnelle Genesung!

3.8.

ZWEI MEDAILLEN UND ZWEIMAL PLATZ 4 BEI DER BW MEISTERSCHAFT

20
JAN
2018

Bei der Baden-Württembergischen Meisterschaft der Junioren gingen in Östrigen vier Lahrer Ringer auf die Matte. Christian Hubert belegte nach fünf Kämpfen in der Gewichtsklasse bis 55kg den starken vierten Platz. Auch für seinen Bruder Viktor, der in der 60kg Klasse startete, am Ende ein guter Platz 4. Marc Fischer konnte nach seinen starken Kämpfen das kleine Finale um Platz 3 gewinnen. In der Gewichtsklasse bis 72kg konnte er Alican Ulu vom TuS Adelhausen mit einem großartigen Kampf und technisch überhöhtem Punktesieg souverän besiegen und freute sich über die Bronzemedaille. Patrick Allgeier zeigte einmal mehr eine bärenstarke Leistung. In der Gewichtsklasse bis 67kg besiegte er alle Gegner bis ins Finale souverän und auch Khamzat Temarbulatov vom StV Singen musste sich Patrick geschlagen geben, der am Ende verdient ganz oben auf dem Treppchen stand. Die RG Lahr ist mega stolz auf die Leistungen der vier Ringer. Wenn auch die Hubert-Brüder beide knapp an der Bronze-Medaille vorbeigeschrammt sind, so haben sie doch ebenfalls sehr gute Kämpfe gezeigt und gemeinsam haben es die vier in der Gesamtwertung der Greco-Teilnehmer auf den grossartigen Platz 2 geschafft. Herzlichen Glückwunsch, toll gemacht. Auch unsere Trainer Andreas Steinbach und Toni Oldak waren sehr zufrieden mit den Leistungen des heutigen Tages. Am kommenden Wochenende finden die Bezirksmeisterschaften beim AC Gutach-Bleibach statt, bevor dann am 17. und 18. Februar sowie am 3. und 4. März die Südbadischen Meisterschaften folgen. Details zu den kommenden Meisterschaften unter www.ringensbrv.de unter Terminvorschau sowie unter Meisterschaft/Turniere.

3.9.

2. TAG DER BEZIRKSMEISTERSCHAFTEN IN KAPPEL

14
JAN
2018

Die RG Lahr gewinnt heute die Gesamtwertung bei der BZM Freistil der B-, D- und E-Jugend. Herzlichen Glückwunsch, ganz starke Leistung !

D-Jugend

Platz 2 - Maxim Kratz - 25kg
 Platz 1 - Jason Keil - 27kg
 Platz 2 - Hadi Akkouche - 27kg
 Platz 10 - Nico-Alexander Ekrot - 27kg
 Platz 1 - Maxim Miller - 29kg
 Platz 3 - Adilet Torekhanuly - 34kg
 Platz 7 - Daniil Ovsjanikov - 34kg
 Platz 1 - Luis Justus - 38kg
 Platz 2 - Louis Witmaier - 38kg
 Platz 4 - Lukas Herbertshagen - 38kg
 Platz 1 - Jonathan Holm - 42kg

E-Jugend

Platz 1 - Damian Hepting - 22kg

Platz 1 - Alexander Fening - 26kg

Platz 2 - Alexander Reiswich - 29kg

B-Jugend

Platz 2 - Luis Fening - 44kg

Platz 1 - Eugen Schell - 48kg

Platz 4 - Calvin Keil - 52kg

Platz 6 - Sanzhar Torekhanuly - 52kg

4. Kosten

Mit den sportlichen Erfolgen, vor allem mit den Voraussetzungen auf dem Weg dorthin, sind die finanziellen Belastungen gestiegen.

4.1. Trainerkosten

Trainerkosten für Männermannschaft ca. 240,00 € /mon. = 2880,00 €/Jahr

Trainerkosten der Jugend ca. 350,00 € /mon. = 4200,00 €/Jahr

4.2. Kosten der Männermannschaft für die Wettkämpfe lt. Steuerberater

Gebühren und Kosten	2016	2017
Entschädigungen, Sportveranstaltungen, allgemeine Kosten des Sportbetriebs	7.033,70	9.015,05
Beiträge, Traineraufwandsent., Turniere, Schiedsrichter, Sportkleidung, Versicherung, Verwaltungskosten, Startgebühren (ca. 3000€)	9.045,03	10.027,26
Trainerkosten Trainingsstunden und Ausgaben für die Mannschaft	8.125,56	13.848,56
Gesamtkosten	24.000,00€	31.000,00€

Mit eingeschlossen sind dabei Ausgaben für Hallengebühren, DRK, GEMA, Lizenzen, Fahrtkosten.

Aufwandsentschädigungen von Trainern und Mannschaft steigen parallel mit dem Aufstieg der Männermannschaft bzw. Männermannschaften in eine höhere Liga.

4.3. Kalkulierte Kosten für die Einführung einer Eltern/Kind-Ringen Gruppe und einer Breitensport orientierten „Anfangsgruppe“ (siehe Punkt F und G).

Ein rascher Aufbau dieser Gruppen wäre donnerstags in der Tennishalle möglich, wenn auch hier die Kostenfrage geklärt wäre. In der folgenden Kalkulation werden auch die Ausgaben für das Bildungsprojekt aufgeführt (siehe Punkt M).

Die notwendigen Kostenerstattungen mit den dazu gehörenden Aufwandsentschädigungen würden kalkulatorisch bei etwa 9500,00 € liegen.

Trainer 18.00 – 19.30 Uhr	Kind/Eltern Gruppe	25,00€
Trainer 19.30 - 21.30 Uhr	Breitensport – Anfangsgruppe	25,00€

Jahresaufwand

Trainer	2 x 2400€	4800€
Aufwandsentschädigung/z.B. Lehrgänge		800€
Verbandsabgaben		840€
Kindergarten und Schulbetreuung (Projekt)		1000€
Gerätschaften und Abschreibungen		1500€
Verwaltung und Sonstiges		450€
Gesamt		9390€

E) Schaffen eines zweiten Standbeines Herausforderung der Zukunft

Da sich auch die RG Lahr dem veränderten Werteverhalten von jungen Menschen auf Dauer nicht entziehen kann, muss der Verein neben dem traditionellen Angebot parallel auch räumlich oder organisatorisch getrennte Klubangebote anbieten, die durch gesonderte Eintritts- oder Nutzungsgebühren finanziert werden.

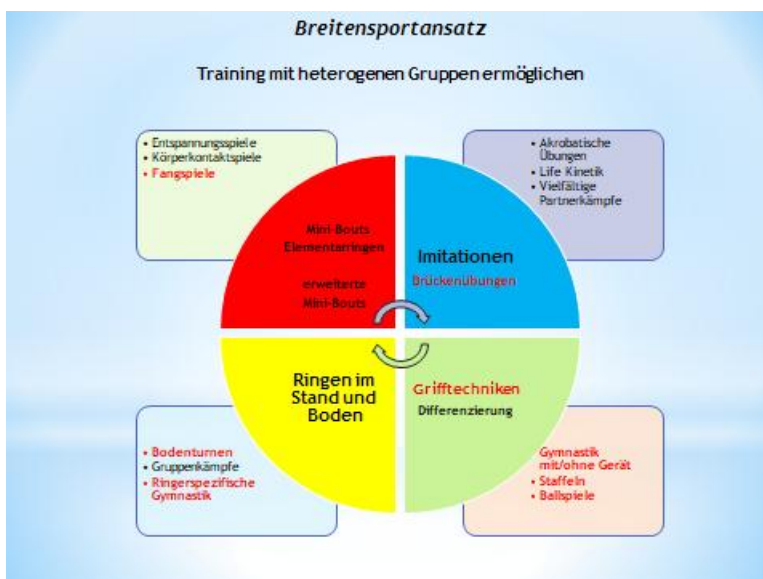
Um Mitglieder zu gewinnen, eröffnete bspw. die TSG Bergedorf bei Hamburg ein 500 Quadratmeter großes Trendsportzentrum. Free-Climbing, Streetball- und Inlinekurse sollten dem Klub vor allem junge Mitglieder in die Arme treiben.

„Sportspaß“, ein Hamburger Verein ging einen anderen Weg. Jugendliche bis 16 Jahre können für einen geringen Monatsbeitrag ihren persönlichen Sportplan aus über 400 Kursen zusammenstellen. Sportspaß wurde 1976 gegründet und ist heute mit 17500 Mitgliedern der viertgrößte Verein in Deutschland.

1. Für die RG Lahr, die am Wettkampfbetrieb festhalten will, **kann eine Ausweitung aber nicht beliebig sein**, sondern muss sich nahe am Kern der Sportart bewegen und sollte möglichst eine Finanzierungsquelle für den Wettkampfsport darstellen. In der Praxis muss aber genau gerechnet werden, da für jede neue Abteilung auch Übungsleiter bezahlt werden und sonstige Kosten anfallen. **Im Sinne der Nachwuchsgewinnung scheint eine Ausweitung aber unumgänglich.** Da Neugründungen auch eine längere Anlaufzeit erfordern, haben Mario Lauer und Ulrich Trosowski ein Schülertraining mit Breitensportansatz entwickelt, das alle Leistungsgruppen umfasst und in der gleichen Halle zur gleichen Zeit durchgeführt werden kann. Das Ziel ist, die hohe Fluktuation, die bei einem erfolgsorientierten Training automatisch entsteht, abzumildern. Dieser Ansatz wurde „erlebnisorientiertes“ Schülertraining genannt. Allerdings erfordert dieses Zusammenfassen von verschiedenen Leistungsgruppen eine hohe methodische Fachkompetenz der Übungsleiter. Die ist nicht immer gegeben, da die Mehrzahl der engagierten Trainer, oft direkt von der Arbeit kommend, nur mit ihrer eigenen methodischen Erfahrung Trainingsstunden gestalten können. Eine Aufteilung in kleinere Gruppen ist deshalb die Regel.
2. Eine andere Variante, die von vielen Ballsportarten praktiziert wird, ist die Einteilung in verschiedene Altersgruppen, die zu unterschiedlichen Zeiten oft auch an unterschiedlichen Orten trainieren. Ein gemeinsames Training mit den Männern ist dann erst ab dem 17. Lebensjahr möglich. Für diese Variante fehlen uns bisher das Personal und die Räumlichkeiten.
3. **Da Vor- und Nachteile neuer Formen noch mehr Erfahrungswerte bedürfen, wird die RG Lahr im Wettkampfbereich an den bisherigen Strukturen festhalten**

F) Breitensportgruppe

Zusätzlich zu den erprobten und erfolgreichen Strukturen werden wir donnerstags ab 19.30 Uhr ein Training „Breitensport Ringen“ in der Tennishalle anbieten. Hier ist ein fließender Übergang möglich. Methodisch werden Inhalte aus dem erlebnisorientierten Schülertraining vermittelt, aber auch freie Zeiten stehen den Teilnehmern zur Verfügung. Da der Rückzug aus dem Wettkampfbereich ab 14 Jahren nach unserer Erfahrung beginnt, glauben wir, dass mit diesem Angebot für viele Jugendliche ein Auffangbecken geschaffen werden kann. Ringerische Entwicklung dauert Jahre. So denken wir, dass es aus dieser Gruppe wieder Seiteinsteiger in die Leistungsgruppe geben wird. Auch die 2. Mannschaft wird aus dieser Gruppe sicher „Spätberufene“ gerne willkommen heißen. Die Gespräche mit entsprechend geschulten Trainern werden demnächst geführt. Zum aktuellen Zeitpunkt (05.05.18) sind diese Gespräche erfolgreich verlaufen.



Die grundlegende Trainings-Philosophie dieser Gruppe orientiert sich an den Ergebnissen einer **umfangreichen amerikanischen Untersuchung**, die man auf das Ringen übertragen kann.

Junge Kicker auf dem Schulhof: Gewinnen ist nicht das Wichtigste

Ob Kinder und Jugendliche Sport treiben, hängt von einem wesentlichen Faktor ab: Spaß! Wenn Ballspiele, Schwimmen, Laufen oder Turnen Freude bereiten, taugt Sport auch als Hobby - und nicht nur als quälende Einheit im Stundenplan.

Doch was genau bringt eigentlich Spaß beim Sport? Eine Gruppe von US-Forschern um Amanda Visek von der George Washington University in Washington D.C. hat 142 Fußballspieler unter 16 Jahren, 57 Mütter und Väter sowie 37 Trainer aufwendig befragt, um das herauszufinden.

*Zuerst ermittelten sie in einem Brainstorming sämtliche Elemente, die beim Sport Spaß bringen können: vom gemeinsamen Aufwärmen im Team übers Lob des Trainers bis hin zum Erlernen neuer Techniken. 81 verschiedene Faktoren kamen so zusammen, berichtet das Team im **"Journal of Physical Activity & Health"**. Anschließend sortierten die Teilnehmer diese in verschiedene Kategorien, von denen sich elf herausbildeten, und gaben an, wie wichtig ihnen die jeweiligen Faktoren sind, wie oft diese vorkommen und wie gut sie im Spielalltag umsetzbar sind.*

Fairness und Anstrengung

Das Ergebnis: Am meisten Spaß ziehen die Jugendlichen aus einem fairen, gemeinsamen Spiel. Gut als Team zusammen zu spielen, von der Mannschaft unterstützt zu werden und sie selbst zu unterstützen - diese Punkte standen weit oben auf der Liste.

Die zweitwichtigste Kategorie ist tatsächlich die fordernde, anstrengende Natur des Sports: zu versuchen, das Beste zu geben, aktiv zu sein, gut zu spielen, zu konkurrieren.

An dritter Stelle folgt ein gutes Coaching: Ein Trainer, der seine Spieler respektvoll behandelt, unterstützt, klar kommuniziert und ein Vorbild ist, fördert auch den Spaß am Spiel. Dass diese Respektsperson selbst mittrainiert oder Witze macht, ist den Kindern und Jugendlichen dagegen weniger wichtig.

Freude bereitet es den jungen Sportlern außerdem,

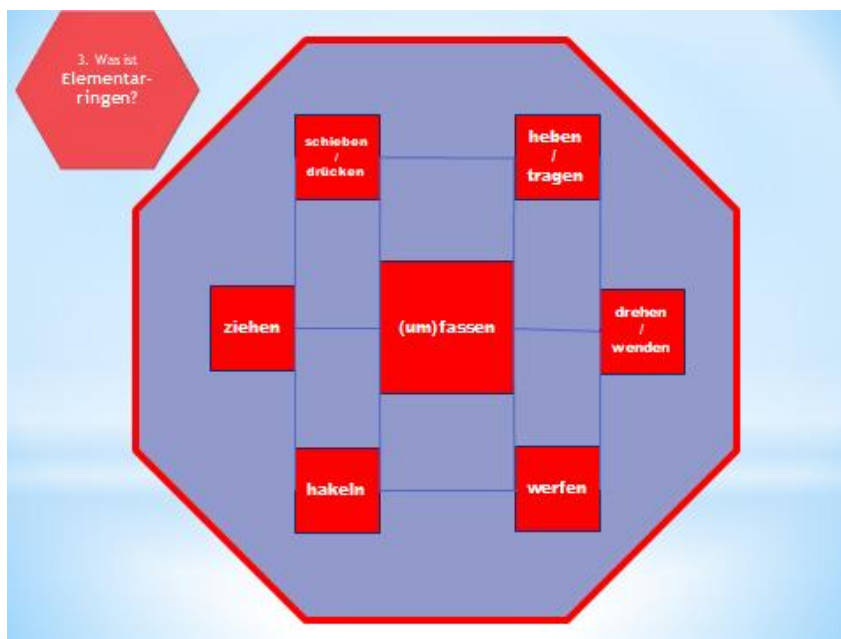
- *wenn sie etwas Neues lernen und besser werden,*
- *wenn sie bei einem Spiel bejubelt werden, ihre Eltern zugucken und diese sich auch fair benehmen (also nicht schreien, sondern ihre Kinder anfeuern),*
- *wenn sie auf ihrer besten Position gegen ein etwa gleich gutes Team spielen.*

Und wie steht es mit dem Gewinnen? Das taucht zwar in der langen Liste auch auf, aber erst nach all den genannten Punkten in der neuntwichtigsten der elf Kategorien: mentale Boni. Noch weniger wichtig für den Sport-Spaß sind demnach nur Team-

Rituale wie das Umarmen nach einem Torschuss und materielle Boni, wie die Sport-Ausrüstung, Medaillen oder Reisen zu anderen Spielstätten.

G) Eltern und Kind – Ringen

Das traditionelle Bambini-Training erfordert von den Übungsleitern einen außergewöhnlich hohen Einsatz. Auch sind die Inhalte für diese Altersgruppe den persönlichen Erfahrungen des Betreuers anheimgestellt. In unserer Kindergartenarbeit haben wir seit 2010 die Orientierung an einem Erwachsenen-Ministraining eine Absage erteilt und mit einem auf die Bedürfnisse dieser Altersgruppe abgestimmten „Elementarringen“ die Kinder begeistern können.



Die Erfahrung, dass die Erzieherinnen sich oft gerne in das Mattengeschehen eingemischt haben, hat uns veranlasst mit einem neuen perspektivischen Ansatz, den Eltern Gelegenheit zu geben, sich mit ihren Kindern auf eine ganz neue Art zu beschäftigen. Auch hier werden wir donnerstags ab 18.00 Uhr die Tennishalle in Anspruch nehmen.

Elementarringen nutzt die im Schaubild aufgeführten Grundformen der Sportart, zu denen entsprechende ungefährliche Mini-Kämpfe ausgesucht wurden. „Werfen“ allerdings bleibt älteren Jahrgangsstufen vorbehalten.

Für die Arbeit mit 4- bis 6-jährigen Kindern haben wir inzwischen ein spezielles Curriculum entwickelt.

H) Fitness durch Gewichtheben

Traditionell ist Gewichtheben ein integraler Bestandteil des Ringens. Dass ein eigenständiger Gewichtheber Verband sich bildete, war im Zuge der Spezialisierung zwar unumgänglich, hat aber viele Ringer von der „Hantel“ entwöhnt und in die teuren Fitness-Studios getrieben. Wir sind uns sicher, dass ein auf Fitness ausgerichtetes Hanteltraining nicht nur unsere Ringer begeistern wird, sondern auch junge Leute, die ein preiswerteres, gesundes „Bodybuilding“ bevorzugen. Wir haben zwei junge Ringer im Verein, die bisher in Freiburg Gewichtheben auch wettkampfmäßig betreiben, die als Betreuer in Betracht kommen und auch ein ehemaliger Gewichtheber, jetzt im Rentenalter, soll angefragt werden. Als vorläufige Trainingsmöglichkeit könnte der Krafraum in der Halle im Mauerfeld in Frage kommen, der schon einmal vom Verein genutzt wurde.

I) Seniorengruppe

Neben der bestehenden Damen-Gymnastik -Abteilung hatten ehemalige Ringer lange Zeit die Möglichkeit, sich in der Schulturnhalle in Reichenbach einmal in der Woche weiterhin körperlich betätigen zu können. Ein hoher Respekt gilt weiterhin den Verantwortlichen, die diese Form des Seniorensports lange aufrechterhielten. Die eigene Sportart kam deshalb nicht zum Zuge, weil man noch nicht die Veränderungspotenziale erkannt hatte und somit das Seniorenringen für zu verletzungsträchtig hielt.

Den Perspektivenwechsel bereitete ein Artikel in der Badischen Zeitung (Februar 2017) vor, in dem Clemens Becker, der Leiter der Klinik für Geriatrische Rehabilitation an der Robert-Bosch-Klinik in Stuttgart zu folgenden Ergebnissen kam:

- 2. Das Thema Gleichgewicht ist nach wie vor völlig unterschätzt.**
- 3. Auch wenn man das optimale Training noch nicht kennt, weiß man immerhin: Das Gleichgewicht ist trainierbar.**
- 4. Wer sein Gleichgewicht trainiert, vermindert seine Verletzungs- und Sturzgefahr.**
- 5. Wer sein Gleichgewicht trainiert, trainiert gleichzeitig sein Gehirn.**
- 6. Gleichgewichtstraining erhöht die Lebensqualität im Alter enorm.**

Als untermauerndes Bild für das Thema Gleichgewicht wurde eine Turnerin auf dem Schwebebalken dargestellt.

Nur nicht umfallen

Was ist das hundertprozentige Gleichgewicht? Wissenschaftler nähern sich an / Der Gleichgewichtssinn ist trainierbar / Von Claudia Füllner

Clemens Becker will Menschen hinfallen sehen. Gemeinsam mit Kollegen tüftelt der Leiter der Klinik für Geriatrische Rehabilitation an der Robert Bosch-Klinik Stuttgart deshalb gerade an einer ganz besonderen Maschine: Sie soll jeden zu Fall bringen, egal, wie gut derjenige Unebenheiten auf dem Boden und wacklige Untergründe ausbalancieren kann. „Natürlich sind die Personen dabei immer gut gesichert, wir wollen ja nicht, dass hier jemand zu Schaden kommt“, sagt Becker. Was die Wissenschaftler aber wollen: sich an das hundertprozentige Gleichgewicht herantasten.

„Das Thema Gleichgewicht ist nach wie vor völlig unterschätzt“, sagt Clemens Becker. Er ist Mitglied der Bundesinitiative Sturzprävention und hat täglich mit Menschen zu tun, die die Balance verloren haben. Das große Problem, sagt Becker, sei, dass man in der Wissenschaft noch nicht vollends verstanden habe, wie der Mensch das perfekte Gleichgewicht erreicht. „Das liegt daran, dass wir die Kapazität von 100 Prozent beim Gleichgewicht, also das Optimum, nicht kennen, wir können es nicht messen. Also lässt sich auch schlecht daraufhin trainieren.“ Sportwissenschaftler können zum Beispiel jemandem, der einen Marathon laufen möchte, genau sagen, wie oft er wie weit laufen und welche Übungen er zusätzlich machen muss, um sein Ziel zu erreichen. Für das Gleichgewicht fehlen solche Erfahrungen und Werte. Deshalb baut Becker eine Sturzmaschine.

Wie es um das eigene Balancegefühl bestellt ist, zeigt ein einfacher Test: Fünf Sekunden einigermmaßen sicher auf einem Bein zu stehen, sollte kein Problem sein. Gelingt das nicht, macht es Sinn, das Gleichgewicht zu stärken. Auch wer für zehn Meter Gehen im normalen Tempo zehn Sekunden und mehr braucht, hat Clemens Becker zufolge bereits ein dynamisches Gleichgewicht verloren. „Wichtig ist dabei nur, die Schwierigkeit individuell so anzupassen, dass ein hochfrequentes Ein- und Ausschalten der Muskulatur an den Gelenken erreicht wird.“

An Gollhofers Institut arbeiten die Wissenschaftler nicht nur mit Sportlern zusammen, sondern sie testen auch Geräte für Astronauten. „Im All besteht durch die fehlende Schwerkraft keine Notwendigkeit zu balancieren, also haben Menschen, die mehrere Monate in der Schwerelosigkeit sind, massive Probleme mit dem Gleichgewichtssinn. Wir entwickeln Techniken, mit denen Astronauten im All ihr Gleichgewicht trainieren können.“

Gleichgewichtstraining erhöht die Lebensqualität im Alter enorm. Die eingeschränkte Bewegungsfähigkeit lässt ältere Menschen oft unsicher werden. Sie haben Angst davor zu fallen, trauen sich weniger zu und verstärken genau durch diese Furcht ihre Fallneigung. „Diesen Kreislauf kann man mit einem trainierten Gleichgewicht durchbrechen. Studien haben gezeigt, dass dadurch nicht nur die Kondition der Senioren gestärkt wird, sondern auch ihr Selbstvertrauen. Sie bewegen sich sicherer durch ihren Alltag und machen wieder Dinge, die vorher nicht mehr gingen“, sagt Gollhofer.

Stürzt ein älterer Mensch, ist das Risiko hoch, dass er sich dabei etwas bricht. Besonders fatal sind Oberschenkelhalsbrüche, weil sie den Patienten lange ans Bett fesseln. In Deutschland erleiden jedes Jahr etwa 120 000 Menschen einen solchen Bruch. Etwa 30 Prozent sterben innerhalb des ersten Jahres nach der Verletzung an den Folgen, mehr als die Hälfte bleibt ganz oder teilweise pflegebedürftig. Auch Hüftfrakturen machen alte Menschen schnell zum Pflegefall. Die Bundesinitiative Sturzprävention setzt sich daher für Rückendeckung ein.



Um die Bedeutung der Sportart Ringen bezüglich der Entwicklung des Gleichgewichts zu verdeutlichen, könnte man das Bild ohne Schwierigkeiten mit Kampfszenen von der Ringermatte ersetzen, denn

Ringen ist ein Kampf(spiel) um die Erhaltung des eigenen und die Überwindung des gegnerischen Gleichgewichts mittels Techniken.

Gleichzeitig wird dadurch auch ein Alleinstellungsmerkmal der Sportart hervorgehoben, denn

Ringen ist die einzige Kampfsportart, die nicht auf die Verletzung des Gegners abzielt.

Die wissenschaftlichen neuen Ergebnisse zusammen mit den inzwischen vorhandenen Inhalten des Elementarringens können für ringerische Seniorenabteilungen genutzt werden. Leider haben wir den Trainingsabend in Reichenbach abgegeben, aber unsere Bestrebungen sind darauf gerichtet, wieder eine Trainingsmöglichkeit zu bekommen. Zum aktuellen Zeitpunkt (05.05.18) würden bei entsprechenden Räumlichkeiten zwei Übungsleiter zur Verfügung stehen.

J) Cheerleader-Gruppe

Ein Herzstück der Ringergemeinschaft war 2 Jahre lang die Cheerleader-Gruppe unter Leitung von Vivian Steinbach und Nicole Fischer. Selbst bei den Kämpfen in der untersten Liga und den vorgeschalteten Schülerkämpfen vermittelten die Mädchen mit ihrer Aufführung einen Hauch von großem Sport. Beide Leiterinnen mussten leider aus familiären Gründen aufhören und trotz großer Anstrengungen des Vereins, Ersatz zu finden, ist dies bisher nicht gelungen. Wir werden mit aller Kraft weiterhin nach einer Übungsleiterin suchen, die dann eine bessere Trainingsstätte bekommt als die Bühne der Kuhbacher- Festhalle, wo parallel das Ringertraining stattfindet.



K) Mädchen- und Frauenringen



wird uns hierbei ein Vorbild sein.

Frauenringen wurde 2001 als Olympische Sportart zugelassen. Südbaden ist seitdem neben Nordrhein-Westfalen und Berlin eine Hochburg in dieser Disziplin. Immer wieder verirrt sich kämpferisch veranlagte Mädchen in unser Vereinstraining, aber Platz- und Trainermangel konnten diesen kein entsprechendes Ausbildungsangebot machen. Wir haben aber diesen wichtigen Teil nicht aus den Augen verloren und warten auf den geeigneten Augenblick, diese Lücke füllen zu können. Der KSV Germania Krefeld

L) Meisterschaften und Gewichtsklassenturniere

Die Mannschaftskämpfe in den Ligastrukturen des Deutschen Ringerbundes ziehen tausende von Zuschauern wöchentlich in ihren Bann. So verfolgten ca. 5000 Ringkampfbegeisterte 2014 das Finale um die Deutsche Mannschaftsmeisterschaft im Eisstadion in Schwenningen. Auch zu Zeiten der 12-jährigen Bundesligazeit des KSV Lahr Kuhbach füllten zwischen 400 und 800 Zuschauer die Halle in Kuhbach. Unvergessen auch der Aufstiegskampf gegen Bad Reichenhall um den Aufstieg in die Eliteklasse, wo offiziell 1600 Zuschauer in der Geroldsecker - Halle in Reichenbach die Siegermannschaft frenetisch bejubelten. Ringen kann also die örtlichen Hallen füllen.

Allerdings ist die Wettkampfzeit mit maximal vier Monaten zwischen September und Dezember ausgesprochen kurz. Gibt es außer Einzelmeisterschaften und Einzelturnieren auf unterschiedlichem Niveau noch andere Möglichkeiten, neue Zuschauer für das Ringen zu gewinnen?

Tennisspieler haben ihre kleinen und großen nationalen und internationalen Einzelturniere, Turner ihre DTB-Pokalturniere und Weltcupmeetings, Leichtathleten ihre Top-Events, wo Einzelsportler ihre Leistungen auch in bare Münze umsetzen können. Bei uns recht wenig bekannt sind die großen Ringerturniere in Russland, die mit hohen Preisgeldern dotiert sind.

Das Beispiel Turnen zeigt die internationalen Verdienstmöglichkeiten. So bekam Elisabeth Seitz für ihren 2. Weltcupplatz 8.500€. Wird sie nach der vierten Veranstaltung in Tokio die Führung im Gesamtklassement weiter behalten, so werden nochmals 25.000 Franken als Siegpriämie ausgeschüttet.

Nur 0,099 Punkte fehlen

Drei Monate nach einer Fuß-OP wird Elisabeth Seitz Zweite beim Turn-Weltcup in Stuttgart

STUTTGART (dpa). Knapper geht es kaum: 0,099 Punkte fehlten Elisabeth Seitz in Stuttgart zum dritten Weltcup-Sieg der deutschen Turnerinnen in Serie. Die deutschen Turner waren nicht unzufrieden, konnten aber an diese Erfolge der Frauen nicht anknüpfen.

Elisabeth Seitz winkte freudig ins Publikum und ließ sich den Schmerz über den so knapp verpassten Turn-Weltcupsieg in Stuttgart nicht anmerken. Mit dem Minirückstand von 0,099 Punkten musste die deutsche Rekordmeisterin hinter der Chinesin Zhang Jin (53,431 Punkte) mit Rang zwei vorlieb nehmen. In den zurückliegenden beiden Jahren hatten Sophie Scheder und Tabea Alt Siege für die deutsche Frauen-Riege beim DTB-Pokal erkämpft.

Seitz war erst am 20. Dezember am Fuß operiert worden. „Als ich zu Weihnachten auf Krücken durch die Gegend lief, hätte ich nie gedacht, dass ich hier dabei bin. Und jetzt bin ich auf dem Podium

– unglaublich“, sagte Seitz glücklich. Die Zuschauer feierten die Lokalmatadorin, die sich mit 53,332 Punkten 10 000 Schweizer Franken (etwa 8500 Euro) Preisgeld sicherte. Sarah Voss aus Köln kam bei ihrem Weltcup-Debüt mit 52,466 Punkten auf Platz fünf.

Nach ihrem sechsten Rang beim American Cup in Chicago übernahm Seitz nun die Führung im Weltcup-Klassement, für das nach der vierten Veranstaltung in Tokio noch einmal 25 000 Franken (21 400 Euro) an die Siegerin ausgeschüttet werden. Schon 2012 war Seitz ein zweiter Weltcup-Rang in ihrer Wahlheimat gelungen, danach hatte sie als erste Turnerin überhaupt den Gesamt-Weltcup gewonnen.

Seitz glänzte vor allem an ihrem Spezialgerät Stufenbarren mit der Tageshöchstnote von 14,80 Punkten. Trotz eines Patzers am Balken lag sie bis zum letzten Gerät in Führung und musste sich erst nach der Bodenübung der Chinesin so knapp geschlagen geben.

Damit stahlen die Frauen einmal mehr den Männern die Schau. Marcel Nguyen und Andreas Bretschneider waren tags zuvor Sechster und Siebter geworden. Beide bestritten Comebacks im Mehrkampf nach langen Pausen. Nguyen empfand die Atmosphäre vor den 23 000 Zuschauern an drei Tagen als „besten Vorgesmack auf die Heim-WM“ im kommenden Jahr. Bei seinem ersten Sechskampf seit den Spielen in Rio 2016 sah er nach 81,966 Punkten neben einigen kleinen Fehlern vor allem Reserven am ungeliebten Pauschenpferd. Der Chemnitzer Bretschneider hatte vor 14 Monaten zwei Schulteroperationen über sich ergehen lassen. Sein schmerzverzerrtes Gesicht nach der Ringübung zeigte, dass die Nachwirkungen noch nicht abgeklungen sind. Als Top-Mehrkämpfer erwies sich David Beljowski aus Russland. Mit 85,732 Punkten sicherte er sich überlegen den Sieg. Team-Olympiasieger Yusuke Tanaka aus Japan stürzte an Pferd und Ringen. Er belegte Rang drei.

Ist Ähnliches für das Ringen umsetzbar? Worin läge der Unterschied zu normalen Einzelmeisterschaften, die üblicherweise auf drei Matten ausgerungen werden und einen hohen organisatorischen Aufwand erfordern. Dazu steht der finanzielle Ertrag oft in keinem Verhältnis. Bei den Vorausscheidungen ist es selbst für interessierte Freunde der Sportart oft schwer, sich auf eine Matte zu konzentrieren. Noch schwerer haben es interessierte Laien, die wir als Fans gewinnen wollen.

Das könnte sich ändern, wenn sich der organisierende Verein auf eine Gewichtsklasse und auf eine Matte beschränken würde. Er bestimmt die Gewichtsklasse, die Stilart, den Einzugs- und Altersbereich und die Preisgelder. Der organisatorische Aufwand ist im Vergleich zu einer Meisterschaft um einiges geringer. Werbepartner, die für die Finanzierung zu gewinnen sind, öffnen wahrscheinlich für ein interessantes, örtliches Sportereignis eher ihre Geldbörsen. Der Zuschauer kann sich an einem Wettkampftag auf jeden Athleten der Gewichtsklasse konzentrieren und allgemein Sportinteressierte finden vermutlich vermehrt den Weg zu einer Ringerveranstaltung. Weniger könnte auf diesem Weg mehr sein und einen Versuch auf einer kleineren Ebene haben wir „fast“ 2016 gewagt. Der letzte Mut fehlte dann doch.

Unabhängig davon wäre ein erster Schritt, uns für die Organisation einer Deutschen Meisterschaft zu bewerben.

M) Vom Gewaltpräventions- zum Bildungsprojekt

1. Gewaltprävention: „Elementarringen - faires Kämpfen lernen“

Lange Zeit bestand in den Schulen der Bundesrepublik Deutschland ein weit verbreitetes Vorurteil gegen Kampfsportarten. Nicht nur weibliche, aber vor allem weibliche Lehrkräfte lehnten das Ringen ab, weil sie diesen Sport als brutal und gefährlich empfanden. Ebenso wie auch viele Eltern setzten sie den Kampfsport Ringen mit der sozial inadäquaten Fertigkeit des Raufens gleich. Es wurden der Sportart Verrohung und große Verletzungsgefahren zugeschrieben. Diese emotionalen Vorurteile waren sehr fixiert, so dass eine ernsthafte, wissenschaftliche Auseinandersetzung erst jetzt in Gang kommt, auch deshalb, weil die kommunikativen Methoden der Gewaltprävention nicht ausreichend die erhofften Wirkungen zeigen.

Diese lange Abstinenz an deutschen Schulen, die aggressionsmildernden Wirkungen des Ringens zur Kenntnis zu nehmen, ist umso verwunderlicher, wenn man die griechische Wurzel unseres Kulturerbes in dieser Hinsicht näher sich anschaut. So waren Platon, Aristoteles und Pythagoras die bekanntesten Vertreter der Sportart, wobei Platon Ringen für Jugendliche in den Gesetzen verankern wollte.

In Amerika trifft man auf Schritt und Tritt Berühmtheiten aus Politik (Benjamin Franklin, Norman Schwarzkopf), Wissenschaft (David Schramm/Astrophysiker, Joe Allen, Michael Collins/Astronauten), Film (Kirk Douglas) und Literatur (John Irving), die ihre persönliche berufliche Entwicklung auch dem Ringen zuschreiben.

Die Zahl der organisierten Ringer weltweit wird auf 20 Millionen geschätzt. Ringen liegt im Ranking aller Sportarten an 6. Stelle, bei den Zuwachsraten an vierter. Die Zuschauerzahlen z.B. bei den Finalkämpfen der USA Meisterschaften in Colorado betragen 20.000 und der Schulrekord wurde beim Wettkampf zwischen Universitäten von Iowa und Minnesota mit 13.000 Zuschauern erreicht. Im Iran werden in Fußballstadien Meisterschaften vor 60.000 Zuschauern ausgetragen.

Was die körperliche Gewalt unter Jugendlichen angeht, so ist es unbestritten, dass die Täter immer jünger werden, die Mädchen ihre Zurückhaltung spürbar aufgeben und sich die Qualität gewalttätiger Auseinandersetzungen in Richtung zunehmender Brutalität und Hemmungslosigkeit verändert. Diese Realität wirkt in die Schule hinein und erfordert Überlegungen zur Entwicklung von Gegenmaßnahmen.

So liegen zwei zentrale Felder der schulischen Gewaltprävention

- in vielfältigen Bewegungsangeboten, die Aggressionsabbau-, -kanalisierung und -kontrolle ermöglichen
- und in Bewegungsangeboten für besonders aggressionsbereite Schüler/innen, die die Entfaltung einer positiven Identität ermöglichen.

Diese 2. Aussage bedeutet, dass auffällige Schüler noch keine positive Identität entwickelt haben und Gewaltprävention durch Ringen darauf ausgerichtet sein muss, nicht nur auf die Probleme, die Schüler machen, sondern auch auf die Probleme, die sie haben, einzugehen. Ansonsten können keine Verhaltensänderungen erreicht werden.

Für verhaltensauffällige, aggressionsbereite Jungen und Mädchen, so sagt die Wissenschaft (**Prof. Dr. Gunter A. Pilz „Aggressionsabbau und Gewaltprävention durch Ringen im Schulsport“**), schafft Gewalt

- scheinbar Eindeutigkeit in unklaren, unübersichtlichen Situationen
- täuscht die Überwindung der eigenen Ohnmacht vor
- ist ein Mittel, um Beachtung und Aufmerksamkeit zu erlangen
- verschafft in der Gruppe Anerkennung
- erweist sich als ein Erfolg versprechendes Instrument, eigene Interessen durchzusetzen
- ist ein Mittel, um Abenteuer und Action zu erleben

Der Ansatz der Gewaltprävention durch Ringen zielt also auf die Stärkung der Identität ab, was bedeutet, einen Raum zur Verfügung zu stellen in dem positive Körpererfahrungen gemacht werden können. Das Angebot, das wir seit 2010 in den Lahrer Bildungseinrichtungen durchführen, ist sicher kein Allheilmittel, aber aus unserer Erfahrung wissen wir, **dass Ringen**

1. **einen ganzheitlichen, indirekten Weg zu den Problemen, die Kinder haben, anbietet.**
2. **an den Stärken von Jugendlichen, ihrem Erlebniswunsch und Bewegungsdrang ansetzt.**
3. **hohe körperliche Aktivität und Kondition erfordert.**
4. **einen geschützten Erfahrungsraum zum Erleben verdeckter Gefühle und zum Erproben neuer Verhaltensweisen, insbesondere mit Gefühlen wie Angst, Unsicherheit, Wut, Aggression zur Verfügung stellt.**
5. **durch den übersichtlichen äußeren Rahmen klare Wertvorstellungen, Orientierungs- und Verhaltenssicherheit gibt.**
6. **direkte Erfolgs- und Misserfolgsenerlebnisse über Körper- und Technikbeherrschung ermöglicht und dadurch das Selbstbewusstsein stärkt.**
7. **dazu anleitet, seinen Trieb- und Affekthaushalt in die „Gewalt zu bekommen“ und**
8. **im wahrsten Sinne des Wortes das Begreifen des anderen Menschen und dessen Würde ermöglicht.**

Dies sind die grundlegenden Prämissen unseres Projektes, das sich seit 2005 ständig in der praktischen Arbeit mit tausenden von Kindern in den Lahrer Bildungseinrichtungen weiterentwickelt hat. Um eine Gesamtschau zunächst zu ermöglichen, hier ein Schaubild:



Das Gewaltpräventionsprojekt „Gib Gewalt keine Chance – Ring mit mir!“ wurde aus einem allgemeinen Präventionsprojekt der Otto-Hahn-Realschule Lahr „Courage Schulhof“ 2010 herausgelöst, nachdem der ringerische Anteil von der Weihnachtsaktion der Badischen Zeitung mit einer Ringermatte im Wert von 4000€ belohnt wurde.

Der Gewaltpräventionsaspekt öffnete uns die Türen in die Lahrer Bildungseinrichtungen, wir wurden immer öfter angefragt. In einem Flyer und mit Handzetteln brachten wir die damaligen Einsichten nach entsprechendem Literaturstudium in Kurzform dem Lehrpersonal näher.

Mit durchschlagendem Erfolg!

☰ Gewaltprävention Ringen

RG-Lahr in Zusammenarbeit mit Schlachthof Lahr (Jugend & Kultur)

Schon immer interessierten sich Lehrer/innen und Erzieher/innen für nachhaltige Formen zum Aufbau einer starken Persönlichkeit der ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen. Dabei tritt Ringen –als einzige Kampfsportart, die nicht darauf ausgerichtet ist, den Gegner zu verletzen– heutzutage verstärkt in den Mittelpunkt.

So ermöglicht auch der Bildungsplan in Baden-Württemberg, ringkampfspezifische Kampfformen in das Unterrichts- und Erziehungsgeschehen miteinzubeziehen. Wir haben unsere Sportart in vereinfachter Form schon in die Präventionsarbeit von Schulen und Kindergärten eingebracht und eine große positive Resonanz erfahren. So wurde beispielsweise unsere Arbeit 2010 bei der Weihnachtsaktion der „Badischen Zeitung“ und 2011 von „Lotto Award Baden-Württemberg“ mit einem Förderpreis ausgezeichnet. Ebenfalls 2011 erhielten wir den „Großen Stern“ des Sports in Bronze.

Im Schlachthof Lahr befindet sich unsere Übungsstätte, in die Sie auch in diesem Schuljahr mit Ihren Klassen und Gruppen herzlich eingeladen sind. Unter fachgerechter Anleitung werden die Kinder mit viel Freude neue Erfahrungen im Umgang mit ihren Mitschülern machen.

Für Kindergärten, die einen zu weiten Weg zum Schlachthof haben, sind wir auch gerne bereit, vor Ort eine Einführung in kindgerechtes, geregeltes und verletzungsfreies Kämpfen zu geben. Die selbständige Fortführung von Übungseinheiten ist danach im Sinne der „Hilfe zur Selbsthilfe“ angestrebt.

Nehmen Sie also mit uns Kontakt auf

RG Lahr
Ulrich Trosowski
Tel. 07825 - 1786
Homepage: www.rg-lahr.de
 E-Mail: praevention@rg-lahr.de

Schlachthof Lahr
Jugend & Kultur
Mario Lauer
Tel. 017810181929

Die intensive Projektarbeit in den Lehrer Bildungseinrichtungen wurde mehrfach ausgezeichnet:

1. Weihnachtsaktion der Badischen Zeitung 2010
4000€
2. Toto-Lotto-BW Sportjugendanerkennungspreis 2010
400€
3. Großer Stern des Sports in Bronze 2011
1000€
4. Kleiner Stern des Sports in Silber 2011
1250€
5. SC Freiburg „FAIRways“ Förderpreis 2012
5000€

2. Entwicklung zu einem Bildungsprojekt

Zielgruppe: Kinder und Jugendliche

„Elementarringen – faires Kräfteressen lernen“

Unser Gewaltpräventionsprojekt „Gib Gewalt keine Chance – Ring mit mir!“ wurde in den Jahren 2012, 2013 und 2014 inhaltlich zu einem Bildungsprojekt weiterentwickelt. So entstand auch die Notwendigkeit, die Veränderungen in einen neuen Projektnamen zu gießen und mit einem neuen Flyer zu präsentieren.

*Die Auswirkungen des **Ringens in Schule, Kindergarten und Verein**, wie sie im ersten Gewaltpräventionsflyer niedergelegt wurden, sind auch weiterhin eine wichtige Säule der Arbeit in den Lehrer Bildungseinrichtungen. Auch heute noch besteht eine Kooperation der RG Lahr mit der Schutterlindenberg-Grundschule. Verantwortlich für die Ringen-AG zeichnet der Trainerassistent der Ringergemeinschaft Leonhardt Panzischin, der im März 2016 mit seiner Schulmannschaft beim Schulturnier „Jugend trainiert für Olympia“ in Freiburg den 2. Platz erreichte. Er führt damit die Arbeit seiner Vorgänger und Projektmitglieder Thomas Derr und Mario Lauer fort, die von der Grundschule schon 2011 und 2012 für die Leitung einer AG-Ringen gewonnen werden konnten.*

Die zweite Säule wurde 2013 und 2014 gebaut und zwar in der Zusammenarbeit der Verantwortlichen Mario Lauer und Ulrich Trosowski mit **etwa 1000 Kindern und Jugendlichen**. Der Projektname **„Elementarringen – faires Kräftemessen lernen“** bringt die entscheidende inhaltliche Weiterentwicklung zum Ausdruck. Wurden in den davor liegenden Jahren mehr ringkampfspezifisch gymnastische Impulse in den Stunden gesetzt, so hat sich das Geschehen hauptsächlich auf ein am Kind orientiertes Ringen verschoben. Dabei wurde **Ring** als ein **Kampfspiel um die Überwindung des Gleichgewichts des Partners** definiert und daraus viele ringerische Mini-Kämpfe (engl. bouts) entwickelt. Die Resonanz bei Kindern und Erziehern war so überwältigend, dass daraus auch eine Handreichung für den praktischen Einsatz entstanden ist. **Der Titel des Buches lautet: „Gewaltprävention durch Elementarringen“**



„Über Bewegung und Wahrnehmung treten Kinder in einen Dialog mit ihrer Umwelt und erschließen sich ihre Welt. Greifen wird zum Be-Greifen, das Fassen zum Er-Fassen. Bewegung und Wahrnehmung sind also die Grundlage, die Basis von Lern- und Entwicklungsprozessen.“ Vgl. Zimmer Renate, Kursbuch Bewegungsförderung Reihe: Unsere gesunde Kita, Don Bosco Verlag, München 2004.

Die Mini-Kämpfe (Mini-Bouts) des Elementarrings unterstützen diese Vorgabe durch die **Erfahrung von**

- **Spüren der eigenen Körperkraft**
- **Widerstand**
- **Steuern und Koordinieren von Bewegungen**
- **sich Verausgaben**
- **Ausdauer**
- **Schaffen von Beziehungen durch das miteinander Kräfte messen**

Da das Projekt weiterhin auf dem Grundsatz „**Hilfe zur Selbsthilfe**“ beruht, sind auch schon Fortbildungen für Erzieher/innen durchgeführt worden und bei unseren Stunden in den Bildungseinrichtungen, die inzwischen auch über den Lahrer Einzugsbereich hinausreichen (2015/16 Grundschule Seelbach, Kindergärten in Schweighausen, Schuttertal, Dörlinbach und Ettenheim) hospitiert das Erziehungspersonal, um so unsere Anregungen in den Alltag umsetzen zu können. Einige Kindergärten in Lahr (St. Maria, KiGa Alleestraße, KiGa Burgheim) planen uns inzwischen in ihr jährliches Lehrangebot ein. In den zurückliegenden Jahren haben wir so im Schnitt 600 Kinder und Jugendliche pro Jahr auf selbst finanzierten Rollmatten betreut.

Um den Ansturm an Anfragen personell und zeitlich bewältigen zu können, sind die Übungsstunden kostenpflichtig gemacht worden. Mit dem Erlös werden vor allem Kindergärten bei der Anschaffung von Rollmatten für deren Bewegungsräume unterstützt.

Die neue Sichtweise der Sportart Ringen beim Erziehungspersonal strahlt natürlich auch in den Verein hinein. So haben wir in der RG Lahr keine Nachwuchsprobleme, sondern außergewöhnlich viele Kinder im Training. Um die Schnittstellen zwischen Projektarbeit und Vereinstraining zu schaffen, werden interne Trainergespräche durchgeführt.

So zeichnet sich bereits eine dritte Säule des Projektes ab: Das erlebnisorientierte Ringen als Breitensport!

Anlässlich der Deutschen Mannschaftsmeisterschaften der B-Jugend im April 2013 in Lahr haben wir das Projekt mit 3 Stellwänden vorgestellt. Daraus entwickelte sich eine bundesweite „Initiative Breitensport Ringen“, die zweimal im Jahr 2013 zum

Gedankenaustausch zusammenkam und auch 2017 in einer Facebook-Gruppe „Breitensport Ringen“ ihre Erfahrungen austauscht. Unser „**Elementarringen**“ wurde und wird dabei als hervorragendes Handwerkszeug betrachtet, in den Bildungseinrichtungen die Sportart Ringen pädagogisch zu integrieren. So arbeiten inzwischen mehrere Ehrenamtliche aus dem Ringerlager bundesweit in verschiedensten Formen in Kindergärten und Schulen mit diesem Bewegungskonzept.

Die Projektarbeit referierte Ulrich Trosowski bei einer Klausurtagung des Deutschen Ringerbundes, beim Südbadischen Ringerverband und seinen Bezirken. Die Ringervereine Altenheim, Germania Freiburg und Kappel haben uns bei der praktischen Arbeit beobachtet und uns positive Rückmeldungen gegeben. Mario Lauer, Projektmitverantwortlicher, setzt als Schülertrainer beim RSV Schuttertal die Grundideen des Breitensportansatzes erfolgreich in die Praxis um.

Als Fazit kann man 2016 feststellen, dass das Projekt **“Elementarringen – faires Kräftemessen lernen“**, das 2005 innerhalb eines umfassenden Präventionsprojektes „Courage Schulhof“ in der Otto-Hahn-Realschule Lahr entstand, 2010 als eigenständiges Gewaltpräventionsprojekt in die RG Lahr eingegliedert wurde, auch für uns ein erstaunliches Ausmaß angenommen hat.

Im Juli 2016

Bis heute werden wir immer wieder angefragt und können nun nach eigenem Ermessen und mit selbstfinanzierten Rollmatten bei Bedarf die Anfragen von Kindergärten und Schulen abdecken.

N) Lahrer Schulturnier im Ringen

Eine große Aufgabe ist die Organisation eines Schulturniers für alle Lahrer Schulen. Wir haben nur die Erfahrung der Teilnahme an den jährlichen Wettbewerben von „Jugend trainiert für Olympia“ in Freiburg.

Hier hat sich aktuell besonders unser Bambini-Trainer und pädagogische Assistent an der Schutterlindenbergschule, Leonhardt Panzischin, ausgezeichnet. Wir hoffen, dass er sich an diese Mammutaufgabe evtl. im Jahre 2020 heranwagt. Wir würden ihn nach Kräften unterstützen. Im

Bereich des Deutschen Ringerbundes hat der KSV Witten Erfahrungen mit einer solchen Großveranstaltung. Wir werden uns von den Erfahrungen dieses Vereins berichten lassen.

O) Sozial- und Integrationsarbeit der RG Lahr

Unsere ehemalige Vorsitzende und jetzige Pressereferentin Dorothea Oldak betonte diesen Schwerpunkt der Vereinsarbeit im zweiten Bewerbungsschreiben für den Fairways Preis des SC Freiburg. Wir erhielten ein Preisgeld von 2500€. Unter anderem schreibt sie:

...Bereits 2012 haben wir bei FAIRways einen Preis für unser Projekt „Gib Gewalt keine Chance – Ring mit mir“ beim SC Freiburg gewonnen. Ulrich Trosowski, unser Vorstandsmitglied führt das Projekt an Schulen und Kindergärten nach wie vor fort und hat dies ausgebaut unter dem Motto „Gewaltprävention durch Elementarringen“.

Der Grundgedanke dieses Projekts setzt sich auch in unserer Vereinsarbeit fort, die wir Ihnen vorstellen möchten und mit der wir uns gerne bei FAIRWAYS in diesem Jahr (2016) bewerben möchten, denn auch im Training der Ringergemeinschaft Lahr e.V. ist es uns wichtig, dass unsere Kinder lernen, dass Ringen nicht darauf abzielen darf, andere zu verletzen.

Die Ringergemeinschaft Lahr e.V. trainiert 3 x die Woche mit inzwischen durchschnittlich 80 Kindern. Wir haben drei Jugendmannschaften und eine Seniorenmannschaft und insbesondere unsere Jugendmannschaften liegen uns sehr am Herzen.

Natürlich sind wir ein Sportverein, dem das Gewinnen von Wettkämpfen wichtig ist. Doch die nachhaltige Vereinsarbeit mit Kindern und Jugendlichen liegt uns ebenfalls am Herzen. Sie ist wichtig für die Zukunft des Vereins, wichtig mit dem Hintergrund, Kinder und junge Menschen ins Erwachsenenalter zu begleiten, ihnen Strukturen zu geben und sie dabei zu unterstützen, ein starkes Selbstbewusstsein zu erlangen und um ihnen zu zeigen, wie schön ein gemeinsames Vereinsleben – eine gemeinsame Leidenschaft sein kann. Von Januar bis heute haben unsere Kinder bereits über 40 Medaillen bei Turnieren erzielt und wer einmal sieht, wie stolz ein Kind ist, wenn ihm eine Medaille übergeben wird, der weiß, warum wir so stolz auf unsere Arbeit sind.

Des Weiteren ist die **Integrationsarbeit** ein wichtiger Bestandteil unserer Vereinsarbeit.

Unser Verein besteht zu 95% aus Familien mit Migrationshintergrund. Ein Aspekt, der uns die Arbeit nicht immer einfach macht. Die Familien begleiten ihre Kinder, sie kommen mit ins Training, sie backen Kuchen etc., doch die Hilfe in der vielschichtigen Vereinsarbeit scheitert häufig an Sprachbarrieren und manchmal auch am Unverständnis, was in einem Verein alles geleistet werden muss...

Inzwischen sind nicht nur die Kinder integriert, auch viele Eltern tragen sogar in der Vorstandsarbeit des Vereins Verantwortung.

P) Spitzensport – Mannschafts- und Einzelwettbewerbe

Auf dem bisher beschriebenen **breiten Fundament** kann auch wieder **eine Blütezeit des Spitzensports in Lahr erreicht werden**. Es müssen aber die dazu notwendigen speziellen Rahmenbedingungen ins Auge gefasst werden, die eine solide und langfristig angelegte Erfolgsarbeit erst garantieren zu können.

Folgende Bausteine sind dabei von herausragender Bedeutung:

- 1) Ehrenamtliches Engagement**
- 2) Aufbau eines Sponsorennetzwerkes**
- 3) Hohe Qualität in der sportlichen Ausbildung und hohe Zielsetzungen**
- 4) Zentrale Trainingsstätte**

Zu 1. Ehrenamtliches Engagement

Wie werden wir es schaffen - **entgegen dem gesellschaftlichen Trend** – die ehrenamtliche Mithilfe bei kleinen und großen Veranstaltungen zu intensivieren?

Wir sind hier guter Hoffnung, denn unsere Erfahrungen zeigen, dass vor allem die Eltern der von uns betreuten Kinder sich in erstaunlichem Maße für die Belange des Vereins mit all ihren Fähigkeiten zur Verfügung stellen. Wer einen Blick auf das in den letzten Wochen neu hergerichtete Vereinsheim am Altvater wirft, wird sich davon überzeugen können.

Auch im Vereinsbeitrag haben wir eine Möglichkeit geschaffen, durch Mithilfe sich finanzielle Erleichterungen zu erarbeiten.

Zusätzlich können wir aus den angestrebten Breitensportabteilungen wieder mehr Helfer rekrutieren und insgesamt werden wir Sorge dafür tragen, dass bei ehrenamtlichen Einsätzen das Gemeinschaftsgefühl und die Identifikation mit dem Verein gestärkt werden. Wir haben mit Helfern als Dank für die geleistete Arbeit die besten Erfahrungen gemacht.

Zu 2. Aufbau eines Sponsorennetzwerkes

Ohne Sponsoren wird es auf Dauer keine Spitzenleistung geben. Das jährliche Rundenheft und die Einnahmen aus Veranstaltungen im Vereinsheim waren bisher die wichtigste Quelle zur Finanzierung

des Sportbetriebes. Eine Erweiterung des Netzwerkes ist aber unumgänglich. Aus diesem Wissen heraus haben die Verantwortlichen einen neuen zusätzlichen Weg beschritten. Mit der Veranstaltung einer Sponsorengala wurde im Februar diesen Jahres Neuland betreten. Wir haben ermutigende Rückmeldungen bekommen, diese professionelle Form des Sponsorings auszubauen, was wir in Zukunft auch mit Hilfe verschiedener Agenturen in Angriff nehmen werden. Eine feste Geschäftsstelle soll dann das Sponsorennetz betreuen und erweitern, Projektförderungsgelder der öffentlichen Hand, von Stiftungen und möglicherweise auch der EU beantragen und verwalten.

Zu 3. Hohe Qualität in der sportlichen Ausbildung und hohe Zielsetzungen

3.1. Mannschaftswettbewerb

Die Erfolge der letzten Jahre zeigen den hohen Standard unserer Trainer, ohne deren Wissen solche Leistungen nicht möglich gewesen wären. So ist es auch nicht üblich, dass ehemalige national und international erfolgreiche Spitzensportler beim Aufbau von Schülerabteilungen sich engagieren. Den Grundsatz, dass die Besten, besonders auch technisch gesehen, am Anfang der Ausbildung sich einbringen müssen, um letztendlich bei den Männern erfolgreich zu sein, haben Andreas Steinbach und Toni Oldak bei dem Aufstieg der RG Lahr quasi aus dem Nichts bisher eindrucksvoll bestätigt. Neue qualifizierte Trainer sind hinzugekommen und das Trainerteam muss auch weiterhin ergänzt werden, damit das Herz des Vereins, die Trainingsarbeit, auch weiterhin kräftig schlagen kann.

So sind die Ziele für die 1. Mannschaft klar definiert. Für die Saison 2018 gilt, dass der Verbleib in der Verbandsliga angestrebt wird. Bei Erreichung dieses Zieles wird so schnell wie möglich auf einen Aufstieg in die Südbadische Oberliga hingearbeitet werden. Diese Klasse ist eine der interessantesten Ligen, da mit Schuttertal, Mühlenbach, Haslach i.K, Hofstetten, Urloffen II und Appenweier fast jede Woche Derbys angesagt wären, die die Hallen bis zum Bersten füllen würden. Auch Furtwangen und Triberg haben noch Lokalkolorit.

Dabei darf die 2. Mannschaft nicht aus dem Blick verloren werden. Sie besteht fast ausschließlich aus den jungen Eigengewächsen des Vereins, die bei unvorhergesehenen Ereignissen auch ihr Können in der Ersten unter Beweis zu stellen haben.

Die 1. Schülermannschaft wird weiterhin ihre Kämpfe in der obersten südbadischen Liga bestreiten und die 2. Schülermannschaft wird in der Aufbauklasse des Bezirks langsam an höhere Anforderungen herangeführt.

3.2. Einzelwettbewerbe

Die Heranbildung von Spitzenathleten mit Medaillenerfolgen im nationalen und Einsätzen im internationalen Bereich sind das Ziel der leistungsorientierten Trainingsarbeit.

Dafür trainieren die jungen Athleten an 3 Tagen der Woche im Verein und momentan 12 ausgewählte ein 4tes Mal in der Fördergruppe des Olympiastützpunkts Freiburg. In Vorbereitung auf Deutsche Meisterschaften wird ein 5tes Mattentraining sonntags dazu geschaltet. Im Bundeskader D/C befinden sich derzeit Viktor Hubert und Marc Fischer.

Die Differenzierung in verschiedene Altersgruppen und Leistungsgruppen ist für die Erreichung hoher sportlicher Ziele ein Muss, sie erfordert von den Trainern ein hohes Maß an Flexibilität und stößt oft auf räumliche Unzulänglichkeiten.

Zu 4. Zentrale Trainingsstätte

Hohe sportliche Leistungen werden erheblich begünstigt, wenn Training zu jeder Zeit des Tages stattfinden kann, auch eine Unabhängigkeit von unterschiedlichen Räumlichkeiten besteht und lange Fahrtzeiten durch Trainingszeiten ersetzt werden können. Das bestätigen immer wieder Spitzenathleten, die in Leistungszentren vor der Haustüre sportlich groß geworden sind. **Die Verantwortlichen der RG Lahr streben danach, ihren Talenten diese Möglichkeit zu bieten und wären auch bereit, bei der Realisierung dieses Zieles dafür ihr geliebtes Vereinsheim in bester Lage von Lahr aufzugeben.**

Ein Ringerleistungszentrum in Lahr würde viele neue Möglichkeiten bieten, den Ringkampfsport in der Region voranzutreiben. Ideen und Potenziale haben wir in Hülle und Fülle.

Hier könnten wir auch auf die Erfahrungen der Ringerakademie Korb zurückgreifen, die mit dem SC Korb übergreifende Förderungs- und Fortbildungsmaßnahmen rund um den Ringkampf anbietet. Neben Champions-Camps finden bspw. regelmäßig Lehrgänge für männliche und weibliche Athleten statt.

+++ Wintertraining ein voller Erfolg +++

Volle Hütte in der [Ringerakademie](#). Täglich sind gerade die Türen im Trainingszentrum geöffnet. Morgen leitet Gasttrainer Tobias Ulamec das Training. Ihr dürft gespannt sein



Letztendlich böte ein eigenständiges Ringerzentrum mit einem professionellen Geschäftsführer die Möglichkeit, in vielfältiger Weise die Finanzierungsgrundlage für Spitzensport in Lahr zu schaffen.

Q) Impressionen

Jugend trainiert für Olympia
Kooperation mit Schutterlindenberg-
Grundschule




Lagerfeuer am Altvater (Vereinsheim)





Zertifikat	
Name:	Derr
Vorname:	Thomas
Klasse:	10a
Schule:	Otto-Hahn-Realschule Lahr
Verein:	Ringergemeinschaft Lahr
Projekt:	Gewaltprävention Ringen

Thomas setzt sich in vorbildlicher Weise ehrenamtlich für das o.g. Projekt in Lahrer Schulen und Kindergärten ein. Die beteiligten Lehrer/innen und Erzieherinnen bescheinigen ihm bei seinen Einsätzen eine hohe fachliche und soziale Kompetenz, besonders sein intuitives Eingehen auf die Kinder verschiedener Altersstufen wird immer wieder hervorgehoben. Das Projekt erhielt inzwischen beim „Lotto-Award 2010 BW“ einen Anerkennungspreis.

Lahr, den 01.06.2011

M. Trawosch Präventionsbeauftragter  *R. Müller* Schulleiter

 RG Lahr  Otto-Hahn-Realschule Lahr





WEIHNACHTSFEIER DER RG LAHR



Meister der Bezirksliga 2018 und Aufstieg in die Verbandsliga

