

Schachverband Rheinland e. V.

Newsletter Nr. 62

Oktober 2015

In der Koblenzer Stadtmeisterschaft haben nach 3 Runden noch 5 Spieler eine weiße Weste: Lukas Winterberg und Tim Ronge (beide Heimbach-Weis/Neuwied) Alexander Thieme-Garmann (SV Koblenz), George Bruziks (SC Kettig) und Michael Gärtner (SC Einrich). Die 4. Runde findet am 6. 11. – wie immer im Vereinshaus VFR Karthause - statt.

In der Einzelmeisterschaft des Bezirks Rhein-Ahr-Mosel ist nach 3 Runden allein Helmut Bürger (Polch) verlustpunktfrei; dahinter folgen Rolf Kohlei (SV Mendig-Mayen) und Elmar Zimmer (SC Kettig) je 2,5 Pte.

Am 14.11 findet die Mitgliederversammlung des SBRP in Mainz statt; Beginn ist 10.00 Uhr.

Herausgeber: Schachverband-Rheinland e.V.
Redaktion: Elmar Zimmer (Geschäftsführer SVR)
Mail: elmar.zimmer@t-online.de; Tel.: 02637/5612



Schachverband Rheinland e.V.

Spielleiter: Thomas Hönig, Kärlicher Straße 19a, 56220 Kettig
☎ 0 26 37 / 600 883 (p) 0173 / 4068026 (m)
☎ 0261 / 895 2135 (d)
email: th.hoenig@t-online.de

11. Oktober 2015

Rundschreiben 2–15/16 An die Vereine der Rheinlandliga!

Liebe Schachfreunde,

ein spannender zweiter Spieltag in der Rheinlandliga brachte heute einige recht überraschende Ergebnisse – insbesondere in der Staffel II. Hier legte der SV Lahnstein II seinen zweiten Sieg beim SC Heimbach-Weis/Neuwied III hin und hat somit einen hervorragenden Start in die Saison. Ebenso wie die SG Rheinbreitbach-Linz, die nach dem eher zittrigen Start vom Vorjahr nun wieder von Beginn an vorne mit dabei ist – und das mit einem wahren Kanter Sieg gegen den SK Altenkirchen II. Für die Westerwälder sieht das nun zu Beginn dagegen gar nicht gut aus, sie scheinen heute noch mehr von der Rolle als schon in der verkorksten Vorsaison. Und auch der VfR-SC Koblenz II hat sich den Start in die Saison sicherlich ganz anders vorgestellt: die erstarkte neue SG Dierdorf-Hachenburg gewinnt knapp, aber wohl nicht unverdient gegen den Vorjahres-Vizemeister von der Koblenzer Karthause. Nach vier Stunden stand es in Hachenburg 3½:3½, und in der letzten Partie konnten die Westerwälder schließlich nach weiteren 90 Minuten Spielzeit den Mannschaftskampf zu ihren Gunsten entscheiden.

Die allergrößten Überraschungen des Spieltags dürften wohl die beiden Mannschaftsremis sein: Da knöpft der Aufsteiger VfR-SC Koblenz III dem renommierten SV Koblenz III – immerhin Vorjahres-Dritter in der 2. Rheinland-Pfalz-Liga (!) – ein Pünktchen ab. Und auch der SC Heimbach-Weis/Neuwied II hat im Vorjahr noch eine Liga höher gespielt, und muss nun ein Remis beim SC Bendorf II zulassen.

In der Staffel I schlägt sich Aufsteiger Gambit Gusenburg ganz hervorragend bei der Vorjahres-Dritten SG Remagen-Sinzig – an den ersten vier Brettern. Die hinteren Bretter aber können Remagen-Sinzig letztlich den knappen Mannschaftssieg sichern. Die SG Trier III hatte heute bei der SG Reil-Kinheim arge Personalorgen – und die Gastgeber daher keine Probleme gegen eine dezimierte Mannschaft. Der SC Kettig tat sich überraschend schwer gegen den SC Cochem – aber im Vorjahr hatten die Moselaner immerhin die Vizemeisterschaft errungen, so schlecht sind sie also bestimmt nicht! Heute lag Kettig bereits in der dritten Spielstunde mit 4:1 in Front – in den verbliebenen drei Partien aber hielten die Gäste aus Cochem kräftig dagegen, so dass es letztlich nur ein knapper Sieg für den renommierten Club mit der so großen Vergangenheit wurde.

Der TC Grafschaft musste heute gleich drei Stammspieler ersetzen – und war damit von Beginn an praktisch chancenlos gegen das auch mit Ersatz starke Team der SF Nickenich. Und auch beim SK Schweich fehlten vor allem ihre beiden Spitzenbretter beim Kampf in Hermeskeil – was die Aufgabe für die Gastgeber deutlich erleichterte.

Liebe Schachfreunde, ich wünsche Ihnen eine schöne Herbstzeit mit goldenem Oktober, erst in vier Wochen, am 8. November geht es weiter in der Rheinlandliga. Am Samstag zuvor spielen wir in Heimbach-Weis unsere SVR-Mannschafts-Blitzmeisterschaft aus: **alle** Vereine im SVR sind herzlich zur Teilnahme eingeladen!

Mit freundlichen Schachgrüßen

Thomas Hönig

Ergebnisse des 2. Spieltags der Rheinlandliga 2015/2016 vom 11.10.2015

Staffel I

SG Remagen-Sinzig		-	Gambit Gusenburg		4½ - 3½
1	Czeratzki, Michael	-	Neisen, Frederick	½ - ½	
2	Frömbgen, Wolfgang	-	Sesterhenn, Jörg	½ - ½	
3	Maier, Viktor	-	Haffner, Ernst Georg, Dr.	0 - 1	
4	FM Eising, Johannes	-	Bäumer, Frank	0 - 1	
5	Jantz, Heiko	-	Haffner, Matthias	½ - ½	
6	Noras, Peter	-	Huwer, Stephan	+ - -	
7	Nagel, Joachim, Prof. Dr.	-	Becker, Winfried	1 - 0	
8	Karnaoukh, Valeri	-	Lengler, Frank	1 - 0	

SG Reil-Kinheim		-	SG Trier III		6 - 2
1	Barzen, Pascal	-	Langer, Wolfgang	+ - -	
2	Berres, Wolfgang	-	Maier, Arthur	+ - -	
3	Knodt, Peter	-	Dellert, Lena	½ - ½	
4	Lütz, Jannik	-	Marx, Andreas	+ - -	
5	Merges, Harald	-	Braje, Monika	1 - 0	
6	Burg, Ernst	-	Görres, Christoph	1 - 0	
7	Berres, Martin	-	Roos, Elias	0 - 1	
8	Lütz, Thomas	-	Röhlich, Dirk, Dr.	½ - ½	

SC Kettig		-	SC Cochem		4½ - 3½
1	Reichert, Uwe	-	Knebl, Simon	0 - 1	
2	Müller, Bernd, Dr.	-	Thönnies, Frank	0 - 1	
3	Hillesheim, Dieter	-	Behr, Rene	1 - 0	
4	Bruziks, George	-	Damke, Boris, Dr.	1 - 0	
5	Christoffel, Ulrich	-	Eske, Alexander	½ - ½	
6	Fink, Hans-Wilhelm	-	Mross, Winfried	0 - 1	
7	Rausch, Jürgen	-	Juhn, Alexander	1 - 0	
8	Schmidt, Waldemar	-	Welsch, Dieter	1 - 0	

TC Grafenschaft		-	SF Nickenich		2 - 6
1	Naumann, Tobias	-	Ries, Alexander	0 - 1	
2	Kaster, Jürgen	-	Roos, Christoph	1 - 0	
3	Oehle, Ralf	-	Ries, Norbert	0 - 1	
4	Jakel, Peter	-	Wohde, Jens	1 - 0	
5	Heidmann, Horst, Dr.	-	Matriciani, Rüdiger	0 - 1	
6	Krowke, Gerhard	-	Hillen, Guido	0 - 1	
7	Kriechel, Wilfried	-	Schlich, Mara	0 - 1	
8	Naumann, Jonas	-	Kaiser, Nicolas	0 - 1	

SC Hermeskeil		-	SK Schweich		5½ - 2½
1	Gebhardt, Max, Dr.	-	Koch, Dirk	½ - ½	
2	Bouillon, Torsten	-	Boesten, Paul	1 - 0	
3	Bier, Norbert	-	Wladimir, Markus	½ - ½	
4	Lehnen, Edwin	-	Schuster, Dietmar	1 - 0	
5	Armesto, Julio	-	Ball, Hans	1 - 0	
6	Bialas, Torsten	-	Lex, Gereon	0 - 1	
7	Ciesla, Daniel	-	Koch, Werner	½ - ½	
8	Gebhardt, Ulrich	-	Staudt, Sascha	1 - 0	

Tabelle

1.	SG Reil-Kinheim	2	2	0	0	4 - 0	11.0
2.	SC Kettig	2	2	0	0	4 - 0	10.5
3.	SG Remagen-Sinzig	2	2	0	0	4 - 0	9.0
4.	SF Nickenich	2	1	1	0	3 - 1	10.0
5.	SC Hermeskeil	2	1	1	0	3 - 1	9.5
5.	SC Cochem	2	1	0	1	2 - 2	8.5
7.	Gambit Gusenburg	2	0	0	2	0 - 4	6.5
8.	SK Schweich	2	0	0	2	0 - 4	6.0
9.	TC Grafenschaft	2	0	0	2	0 - 4	5.0
10.	SG Trier III	2	0	0	2	0 - 4	4.0

Staffel II

Heimb.-Weis/Nwd III		-	SV Lahnstein II		3 - 5
1	Buhr, Patrick	-	Schneider, Friedhelm	1 - 0	
2	Maerz, Maximilian	-	Sonnhoff, Werner	1 - 0	
3	Blankenberg, Bruno	-	Schrieck, Peter	0 - 1	
4	Westphal, Klaus	-	Will, Hans-Joachim	½ - ½	
5	Müller, Michael	-	Sanner, Kurt	0 - 1	
6	Dillmann, Michael	-	Auras, Florian	½ - ½	
7	Kratz, Peter	-	Niechoj, Norbert	0 - 1	
8	Glienke, Norbert	-	Sefeloge, Michael	0 - 1	

SK Altenkirchen II		-	Rheinbreitbach-Linz		1 - 7
1	Jungbluth, Uwe	-	FM Gawehns, Klaus	- - +	
2	Cleve-Prinz, Wolfgang	-	Klook, Udo	0 - 1	
3	Berker, Daniel	-	Zatsch, Alexander	0 - 1	
4	Hahmann, Markus	-	Gehres, Jens	½ - ½	
5	Höfer, Heijo	-	Neuhoff, Ulrich	0 - 1	
6	Hertlein, Alexander	-	Schmitt, Hans Jürgen	0 - 1	
7	Drewski, Volker	-	Schmitt, Harald	½ - ½	
8	Schaefer, Wolfgang	-	Fabricsius, Udo	0 - 1	

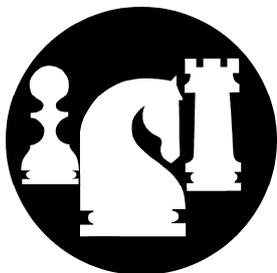
Dierdorf-Hachenburg		-	VfR-SC Koblenz II		4½ - 3½
1	Leiskau, Ralf	-	Tominski, Norbert	1 - 0	
2	Kabierschke, Wolfgang	-	Endres, Thomas	1 - 0	
3	Minkovitch, Michael	-	Schroeder, Stefan	0 - 1	
4	Barsch, Hans Gerhard	-	Vossen, Harald	½ - ½	
5	Benner, Wilfried	-	Führer, Michael	½ - ½	
6	Berg, Andreas	-	Bosma, Achim	1 - 0	
7	Hassel, Axel	-	Senger, Alexander	0 - 1	
8	Hering, Hans-Jürgen	-	Baumann, Bettina	½ - ½	

VfR-SC Koblenz III		-	SV Koblenz III		4 - 4
1	Marquardt, Christian	-	Schäfers, Andreas	1 - 0	
2	Mailitis, Kai	-	Bohn, Ulrich	0 - 1	
3	Reitz, Philipp	-	Reißig, Thomas	0 - 1	
4	Riedel, Matthias	-	Büscher, Ulrich	0 - 1	
5	Schwartz, Bernd, Dr.	-	Schönberger, Kay	1 - 0	
6	Kirsch, Nikita	-	Schwertel, Johann	½ - ½	
7	Reitz, Theresa	-	Neyer, Günter	1 - 0	
8	Riedel, Thomas	-	Preker, Hans Jürgen	½ - ½	

SC Bendorf II		-	Heimb.-Weis/Nwd II		4 - 4
Schlöfel, Florian	-	IM Kertesz, Alfred	0 - 1		
Böhm, Jan-Heinrich	-	Matusch, Dirk, Dr.	1 - 0		
Hahn, Frank	-	Brückner, Joachim	1 - 0		
Hartel, Sandro	-	Schnur, Edmund	0 - 1		
Kroneberger, Werner	-	Kottemer, Jürgen	½ - ½		
Caspar, Tilman	-	Fink, Horst	0 - 1		
Weber, Dirk	-	Lenz, Thomas	½ - ½		
Dill, Helene	-	Schreiner, Toni	1 - 0		

Tabelle

1.	Rheinbreitbach-Linz	2	2	0	0	4 - 0	11.5
2.	SV Lahnstein II	2	2	0	0	4 - 0	10.0
3.	SV Koblenz III	2	1	1	0	3 - 1	10.5
4.	Heimb.-Weis/Nwd II	2	1	1	0	3 - 1	10.0
5.	VfR-SC Koblenz III	2	1	1	0	3 - 1	9.0
6.	Dierdorf-Hachenburg	2	1	0	1	2 - 2	8.0
7.	SC Bendorf II	2	0	1	1	1 - 3	5.5
8.	VfR-SC Koblenz II	2	0	0	2	0 - 4	6.5
9.	Heimb.-Weis/Nwd III	2	0	0	2	0 - 4	5.0
10.	SK Altenkirchen II	2	0	0	2	0 - 4	4.0



Schachverband Rheinland e.V.

An alle Vereine im SVR!

**Einladung zur
SVR-Mannschafts-Blitzmeisterschaft
am Samstag, 7. November 2015 in Heimbach-Weis**

Beginn: 14.00 Uhr
Spielort: Schachheim Margarethenschule, Schulstraße 10,
Neuwied/Heimbach-Weis
Modus: 4er-Mannschafts-Blitzturnier
Startgeld: 6,- EUR pro Mannschaft

Liebe Schachfreunde,

hiermit laden wir **alle** Vereine im SVR zur Rheinland-Blitz-Mannschaftsmeisterschaft ein. Sie können ggfls. auch mit mehreren 4er-Mannschaften teilnehmen. Gespielt wird je nach Anzahl der teilnehmenden Mannschaften ein vollrundiges, ggfls. doppelrundes Turnier. Der Turniersieger erhält den Titel:

SVR-Mannschaftsblitzmeister 2015

und qualifiziert sich mit den zweit- und drittplatzierten Mannschaften für die Teilnahme an der SBRP-Mannschaftsblitzmeisterschaft 2016.

Damit wir entsprechend planen können, bitte ich, sich einige Tage vorher bei mir telefonisch oder per E-Mail anzumelden.

Thomas Hönig, Spielleiter SVR

Die Sieger der letzten Jahre:

2005: in Koblenz	SV Lahnstein	2010: in Grafschaft	VfR-SC Koblenz
2006: in Schweich	SC Trier-Süd	2011: in Trier	SG Trier
2007: in Koblenz	SV Lahnstein	2012: in Heimb.-Weis	SC Remagen
2008: in Koblenz	SV Koblenz	2013: in Kettig	SV Siershahn
2009: in Trier	SG Trier	2014: in Nickenich	SV Siershahn
2015: schafft der SV Siershahn den Hattrick?			



Abteilungsleiter Schach
Reinhold Hermann
Auf dem Damm 5
53501 Graftschaft
02225 / 10434

12. Graftschafter Schnellschach-Open

am Sonntag, 1. November 2015 (Allerheiligen)

Spielort:

Clubheim Tennisclub Graftschaft-Nierendorf

53501 Graftschaft, Am Sportgelände Leimersdorf
(Landskroner Straße / Franz-Ellerbrock-Straße)

Termin:

Sonntag, 01.11.2015 (Allerheiligen)
Beginn: 10:00 Uhr - Anmeldeschluss: 09:50 Uhr

Modus:

20min Schnellschach - 7 Runden CH-System

Preisfonds:

1. Preis: 100 €- 2. Preis: 75 €- 3. Preis: 45 €- 4. Preis: 30 €- 5. Preis: 20 €
Ratingpreise DWZ < 1400 / < 1600 / < 1800 / < 2000

Startgeld:

Erwachsene: 10,- € -- Jugendliche 6,- €
(bei Voranmeldung bis 27.10.; danach + 2,- €)

Info / Anmeldung:

TC Graftschaft, Ralf Oehrle
Tel. 0172-8282733; Email: <ralfoehrle@aol.com>

Voranmeldung erwünscht durch Überweisung des Startgeldes auf Konto:
Ralf Oehrle – Volksbank RheinAhrEifel eG BLZ 577 615 91 KtoNr. 505753201
Kennwort: TCG-Open

- *) Preise garantiert ab 30 Teilnehmern -

Offene Koblenzer Schulschach-Meisterschaft 2015

Schirmherr: Oberbürgermeister der Stadt Koblenz
Prof. Dr. Joachim Hofmann-Göttig



Ausrichter: Schachverein Güls 1956 e.V.
in Kooperation mit dem VfR-SC Koblenz,
dem Kultur- und Schulverwaltungsamt und
der Aufsichts- & Dienstleistungsdirektion

Wann: Sonntag, 15. November 2015, ab 13.00 Uhr

Wo: Schulzentrum Karthause
Zwickauer Str. 15, Koblenz-Karthause

Modus: 5 Partien Schnellschach (15 Min. je Spieler pro Partie),
unterteilt in die Klassenstufen:

- Grundschule (Klassen 1 bis 4)
- Orientierungsstufe (Klassen 5 und 6)
- Mittel- und Oberstufe (Klassen 7 bis 13)

Die Meisterschaften werden sowohl als Einzel- wie auch als Mannschafts-Meisterschaft ausgetragen. Das heißt, neben der Einzelwertung in jeder Klassenstufe werden die drei besten Teilnehmer jeder Klassenstufe einer Schule als Schulmannschaft gewertet.

Teilnahmeberechtigt: Alle Schüler/innen der Klassen 1 - 13 der Koblenzer Schulen und aus Schulen im Umland. Maximal mögliche Teilnehmerzahl 100. Es gilt die Reihenfolge der Anmeldung.

Startgeld: Das Startgeld beträgt je Teilnehmer 4,00 EURO.

Preise : Jede(r) Teilnehmer/in erhält eine Urkunde. Die Plätze 1 bis 3 der Einzel- und der Mannschaftswertung erhalten zusätzlich zur Urkunde einen Pokal. Die Mannschaft mit der höchsten Punktwertung erhält darüber hinaus den Sonderpokal des Oberbürgermeisters der Stadt Koblenz.

Die Veranstaltung endet voraussichtlich um 18.00 Uhr.

Getränke und Verpflegung werden vor Ort angeboten. Parkmöglichkeiten bestehen neben der Veranstaltungshalle. Bushaltestelle „Schulzentrum“ (Linien 2 und 12) direkt vor dem Gebäude.

Informationen u. Anmeldung: Heinz Ningel, Telefon: 0261/2915941 oder per
E-Mail : HuR.Ningel@t-online.de

>> Im Hinblick auf die maximal mögliche Teilnehmerzahl wird um <<
Vor Anmeldung (Name, Vorname, Schule und Klasse)
bis Donnerstag, 13. November 2015 gebeten.
Anmeldeschluss am Turniertag: 12.30 Uhr.





Mädchen-Grand-Prix 2015

Das Turnier ist Teil der Mädchen-Grand-Prix-Reihe
der Deutschen Schachjugend

Termin: Samstag 21.11.2015 und Sonntag 22.11.2015

Teilnehmerinnen: Alle Mädchen Jahrgang 1990 und jünger

Modus: 5 Runden Schweizer System
60 min Bedenkzeit
Alle Teilnehmerinnen spielen gemeinsam in einem Turnier. Die besten 3 der Altersklassen U10, U12, U14, U16 und U25 qualifizieren sich für das Finalturnier.
Änderungen vorbehalten.

Spielort: Jugendherberge Biggensee
Zur Jugendherberge/ Stader Str.
57462 Olpe
<http://www.djh-wl.de/de/jugendherbergen/biggensee>

Startgeld: 45 €
Darin enthalten ist die Übernachtung im Jugendhaus von Samstag auf Sonntag sowie die Verpflegung von Samstag- bis Sonntagmittag.

Für Teilnehmerinnen die bereits Freitagabend anreisen und in der Jugendherberge übernachten wollen, erhöht sich das Startgeld auf 65 €.

Teilnehmerinnen, die nicht in der Jugendherberge
übernachten möchten, entrichten ein Startgeld von **20 €**.

Das Startgeld ist zu überweisen bis zum **15.11.2015** an:

Schachjugend im Schachbund NRW e.V.
Vereinigte Volksbank Münster eG
IBAN DE34401600503517688200
BIC GENODEM1MSC
Verwendungszweck: Mädchen Grand Prix NRW -
Name der Teilnehmerin

Anmeldung: Über die Homepage der Schachjugend NRW im
Anmeldebereich: www.sjnrw.de

Preise: Pokale für die besten 3 jeder Altersklasse und damit die
Qualifikation für das Finale der Grand-Prix-Serie der DSJ im
nächsten Jahr. Informationen dazu folgen noch. Weiterhin
Urkunden und Sachpreise für alle Teilnehmerinnen.

Meldeschluss: **Sonntag, 15.11.2015**



Ablauf:**Freitag 20.11.15**

18.00 Uhr Anreise (optional)

18.30 Uhr Abendessen & Rahmenprogramm

Samstag 21.11.15

09.45 Uhr Anmeldeschluss

10.00 Uhr 1. Runde

12.00 Uhr Mittagessen

13.00 Uhr 2. Runde

15.00 Uhr Rahmenprogramm

17.00 Uhr 3. Runde

19.00 Uhr Abendessen & Rahmenprogramm

Sonntag 22.11.15

09.00 Uhr 4. Runde

11.00 Uhr Rahmenprogramm

13.00 Uhr Mittagessen

14.00 Uhr 5. Runde

16:30 Uhr Siegerehrung und Abreise

Kontakt:

Für weitere Informationen und Fragen:
Mädchenschach Arbeitskreis der SJNRW
Tiffany Kinzel & Julia Grimm
0178/4654309 & 0157/82254993
Maedchenschach@sjnrw.de



www.lsb-rlp.de

Aktionstag

„Gegen Gewalt und Missbrauch im Sport“

Samstag, 21. November 2015, 10.00 bis 16.00 Uhr
Polzeisportverein Wengerohr, Zur Polizeischule 1, 54516 Wittlich



LANDESSPORTBUND
RHEINLAND-PFALZ



SPORTBUND
RHEINLAND



„Gegen Gewalt und Missbrauch im Sport“

Aktionstag am 21.11.2015 beim Polizeisportverein Wengerohr

Unter dem Motto „Gegen Gewalt und Missbrauch im Sport“ präsentieren der Landessportbund Rheinland-Pfalz und der Sportbund Rheinland in enger Kooperation mit dem Polizeisportverein Wengerohr einen Aktionstag, zu dem alle interessierten Vereinsvorstände, Übungsleiter, Sportler, Eltern und deren Kinder herzlich eingeladen sind. Nach einem Impulsvortrag erhalten die Teilnehmer in drei parallel laufenden Fortbildungen und einem Workshop für Kinder vielfältige Anregungen zur Prävention und Bewältigung von kritischen Situationen in Vereinen und Verbänden.

Fortbildung 1: Erste Hilfe bei Ausgrenzung und Mobbing

Leider kann es auch in Sportgruppen zu Situationen kommen, in denen Kinder und Jugendliche abgelehnt, ausgegrenzt oder gar gemobbt werden. Gerade dann gilt es, einfühlsam und konsequent zu handeln. Das dazu nötige Rüstzeug wird in diesem Seminar vermittelt. Nach einer theoretischen Einführung stehen vor allem praxiserprobte und im Sport anwendbare Methoden im Mittelpunkt der Fortbildung. (Referentin: Britta Runkel, Gründerin von „In Sicht: Orientierung-Entwicklung-Intervention“)

Fortbildung 2: „Das passiert doch nicht bei uns!“ – Was können Sportvereine gegen sexuelle Gewaltübergriffe tun?

Spätestens seit dem Bekanntwerden von Missbrauchsfällen in Sportvereinen nimmt der Kinderschutz einen besonderen Stellenwert ein. Sportvereine sind aufgefordert, eine Kultur des Hinsehens zu leben und entsprechende Vorkehrungen zu treffen. Hierzu werden Teilnehmern notwendige Hintergrundinformationen, Empfehlungen zur Prävention von sexualisierter Gewalt in Sportvereinen als auch zur Intervention bei konkreten (Verdachts-) Fällen vermittelt. (Referentin: Gitta Axmann, Fachberaterin beim Landessportbund Nordrhein-Westfalen)

Fortbildung 3: Gemeinsam gegen Doping

Das Thema Doping begegnet uns heute im Sport an vielen Stellen. Mittlerweile ist bekannt, dass Dopingmittel nicht nur im Leistungs- sondern auch im Breitensport verwendet werden. Doch was genau ist Doping eigentlich und wie kommt es dazu? Bereits für junge Nachwuchsathletinnen und -athleten und deren Umfeld ist es mitunter wichtig zu wissen, welche Gefahren von Nahrungsergänzungsmitteln ausgehen, wie eine Dopingkontrolle abläuft und welche Folgen bei einem Verstoß gegen die Anti-Doping-Bestimmungen eintreten können. (Referent: Thomas Berghoff, Nationale Anti Doping Agentur Deutschland)

Workshop für Kinder: Training zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Konflikte auf dem Schulhof, Rangeleien auf dem Sportplatz, brenzlige Situationen, Belästigungen oder Diskriminierungen kennt beinahe jedes Kind. Zum richtigen Umgang in solchen Situationen bietet der Aktionstag ein kostenloses Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstraining an, zu dem alle Grundschul Kinder herzlich eingeladen sind. Auf kindgerechte und spielerische Weise lernen die Teilnehmer, wie man sich mit geeigneter Körpersprache, Mimik und Gestik zu Wehr setzen kann. (Referent: Marco Wohlgemuth, Polizeikommissar und Gewaltpräventionspädagoge)

Sonstige Informationen:

Die Teilnahme am Aktionstag ist kostenfrei. Die Fortbildungen werden mit 8 LE zur Verlängerung der Übungsleiter-, Vereinsmanager- und Jugendleiterlizenzen anerkannt.

Anmeldung bis 17.11.2015

Anmeldung über den Landessportbund
Ansprechpartner: Oliver Kalb
Tel.: 06131 / 2814-411
E-Mail: o.kalb@lsb-rlp.de

GESUNDHEITSSPECIAL

3. Gesundheits-Special für Übungsleiter/innen

„Wer rastet, der rostet!“ – 26. November 2015 in Koblenz

Liebe Übungsleiterinnen und Übungsleiter,

ein gesunder Lebensstil ist in unserer technisierten, schnelllebigen Welt gefragter denn je. Wer möchte nicht gesund alt werden? Vor diesem Hintergrund sind überzeugende Angebote im Gesundheitssport für die Sportvereine von großer Bedeutung. Der Sportbund Rheinland stellt sich dieser Verantwortung und gibt mit dieser besonderen Veranstaltung den Übungsleiterinnen und Übungsleitern nützliche Tipps zur Umsetzung der Gesundheitsprävention mit ihren Sportgruppen. Das dritte Special im Bereich Gesundheitssport und -prävention nimmt das Thema „Sport und Arthrose“ in den Fokus.

Zirka 8,5 Millionen Menschen über 40 Jahre leiden in Deutschland unter Gelenkverschleiß. Gehen, laufen, heben, tragen – tagtäglich werden alle Gelenke im Körper bewegt. Dabei wirken Kräfte, die dem elffachen des Körpergewichts entsprechen können. Diese Kräfte hat vor allem der Knorpel in den Gelenken abzufangen. Über die Jahre verliert dieser an Substanz bis er im Extremfall vollkommen abgenutzt ist. Durch regelmäßige Bewegung und Training stärken wir die Muskulatur und es wird in den Gelenken eine Schmiersubstanz produziert. Beides Voraussetzungen, die der Abnutzung des Knorpels entgegenwirken. Kurz gesagt: „Wer rastet, der rostet“. Sport ist wichtig, um Arthrose vorzubeugen oder die daraus entstehenden Schmerzen zu reduzieren.

Als Referenten konnten wir die ausgewiesenen Experten Dr. Jens Stening (Ärztlicher Leiter des Sportmedizinischen Untersuchungszentrums der Kreuznacher Diakonie) und Dr. Boris Ullrich (Biomechaniker am Olympiastützpunkt Rheinland-Pfalz/Saarland) gewinnen. Dr. Stening erläutert das Krankheitsbild Arthrose und gibt wichtige Informationen zur Bedeutung von sportlicher Bewegung zur Prävention und Rehabilitation. Im Anschluss gibt Dr. Boris Ullrich nützliche Tipps und praktische Übungen zur Trainingsplanung und –therapie für Ihre Sportstunde oder für den nächsten Trainingsplan im Sportverein.

LG: BuF15-233
Ort: Koblenz
Termin: 26.11.2015, 18 bis 21 Uhr
Kosten: 20 Euro
Dauer: 4 LE
Referenten: Dr. Jens Stening (Sportmed. Untersuchungszentrums der Kreuznacher Diakonie)
Dr. Boris Ullrich (Olympiastützpunkt Rheinland-Pfalz/Saarland)

Ihr Ansprechpartner:

Alexander Smirnow, Tel.: (02 61) 1 35 – 1 15

E-Mail: Alexander.Smirnow@Sportbund-Rheinland.de

