

Nr. 5/11 – 40. Jahrgang – 3. Mai 2011

1. Termine und Veranstaltungen Mai - Juni 2011
2. Aktueller Pressedienst
3. Mitteilungen der Geschäftsstelle/ aus den Kreisen
4. Ausschreibungen und Anlagen

Redaktionsschluss für den nächsten Info:
Mittwoch, 25. Mai 2011

Saarländischer Leichtathletik-Bund e.V.
Hermann-Neuberger-Sportschule 7
66123 Saarbrücken
Tel. 0681 / 3879-245/-267
Fax 0681 / 3879-268
slb@lsvs.de
www.slb-saarland.com

Geschäftszeiten

Mo – Do	9:00 – 12:00 Uhr 13:00 – 15:30 Uhr
Fr	9:00 – 13:00 Uhr





IKK Südwest

Mit Sicherheit günstiger

**Ein Ziel,
das sich auszahlt!**

Willkommen bei der
IKK Südwest ↑

Zusatzbeitrag

Jetzt wechseln und **garantiert**
keinen Zusatzbeitrag zahlen!

Wechseln Sie jetzt: 0800/0 119 119
www.ikk-suedwest.de

1. Termine und Veranstaltungen Mai - Juni 2011

Termin	Veranstaltung	Melde- schluss
03.05.11	Sprinttest LSG Köllertal, Püttlingen	
07.05.11	Deutsche 10000-m-Meisterschaften, Essen	18.04
07.05.11	Kreismehrkampfbestenkämpfe SLS/MZG Schüler C/D	
7./8.05.11	Kreismehrkampfmeisterschaften NK/ WND	
7./8.05.11	Kreismehrkampfmeisterschaften Saar-Pfalz	
10.05.11	Staffeltag LC Rehlingen	
11.05.11	5. Sprinterdreikampf des SC Friedrichsthal, Friedrichsthal	09.05
13.05.11	Flutlichtmeeting des SV Schlau.com Saar 05 Saarbrücken, Saarbrücken	12.05.
13.-15.05.11	Senioren-Europameisterschaften Straßenlauf, Thionville/ FRA	24.03
14.05.11	DLV DMM- Bundesliga- Endkampf	
14./15.05.11	Mehrkampfmeisterschaften Kreise SLS/ MZG und Saarbrücken	
17.05.11	SLB-Langhürdenmeisterschaften und Abendsportfest des LC Rehlingen, Rehlingen	12.05.
21.05.11	SLB-Seniorenmeisterschaften, Friedrichsthal	17.05
21.05.11	Kreisbestenkämpfe Mehrkampf Sch C+D Saar-Pfalz	
22.05.11	Deutsche Marathonmeisterschaften, Hamburg	21.04
22.05.11	SLB-Blockwettkampfmeisterschaften, 4x 400 m Meisterschaften Aktive und Jugend, St. Wendel	17.05
28.05.11	Süddeutsche Meisterschaften im Straßengehen, Bad Abbach	17.05
28./29.05.11	ADH- Meisterschaften, Darmstadt	
29.05.11	DLV- Normwettkampf Speerwurf, Saarbrücken	
29.05.11	SLB-DJMM (A) und DSMM (A), Homburg	24.05
29.05.11	SLB-Seniorenmeisterschaften Halbmarathon, Saarlouis	24.05
02.06.11	SLB-10 km- Straßenlauf- Meisterschaften, Schmelz	27.05
02.06.11	Pokal der Freundschaft, Koblenz	
04.06.11	EAA- 10000-m-Europa-Cup, Oslo/ NOR	
04.06.11	SLB-DAMM und DSMM Sch/i C, Dillingen	31.05.
05.06.11	SLB-Meisterschaften I, St. Wendel	31.05
09.06.11	Sprungabend mit Weitsprung-Cup, Dillingen	07.06
11.06.11	DM Gehen, Erfurt	23.05
13.06.11	Int. Pfingstsportfest des LC Rehlingen, Rehlingen-Siersburg	
18.06.11	Team- EM, Stockholm/SWE	
18./19.06.11	DM Mehrkampf Senioren, N.N.	
18.06.11	Kreismeisterschaften Einzel Sch/i C und D Saarpfalz, Lautzkirchen	15.06
18.06.11	18. Sparkasse Neunkirchen Schülermeeting des TV Ottweiler, Ottweiler	
18./19.06.11	Team-Europameisterschaften, Stockholm/SWE	
19.06.11	SLB Meisterschaften II, Saarbrücken	14.06
19.06.11	22. Jürgen-Albert-Gedächtnissportfest des LC Altenkessel, Altenkessel	
23.06.11	Schülersportfest der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Saarbrücken	21.06
25./26.06.11	DM Junioren, Bremen	06.06
25./26.06.11	DM Senioren I, Ahlen	06.06

Volks- und Freundschaftsläufe

07.05.2011	23. Sparkassen- City- Lauf des SV Schlau.com Saar 05 Sbr., Saarbrücken
07.05.2011	11. Freundschaftslauf des LSG Quierschied, Quierschied
14.05.2011	21. Sparkassen- City- Lauf des VfA Neunkirchen, Neunkirchen
21.05.2011	5. Illinger City- Lauf der LLG Wustweiler, Illingen
23.05.2011	10. Saarbrücker Frauenlauf, Saarbrücken
27.05.2011	14. Klinik- Lauf der Caritas Klinik, Saarbrücken
29.05.2011	19. Int. „Lauf in die Saarlouiser Woche“ der LSG Saarlouis, Saarlouis
02.06.2011	25. Int. Schmelzer Volkslauf, Schmelz
04.06.2011	8. Völklinger City Lauf, Völklingen

05.06.2011	7. Tholeyer Sportmeile, Hasborn
12.06.2011	30. Int. Saarkohlewald Volkslauf Quierschied, Quierschied
17.06.2011	Freundschaftslauf-Selbach, Selbach -kein Wettkampf-
19.06.2011	24. Int. Köllertaler Sonnwendlauf, Völklingen
22.06.2011	3. Freundschaftslauf-Mosberg, Mosberg-Richweiler -kein Wettkampf-
23.06.2011	12. Freundschaftslauf-Rehlingen, Rehlingen -kein Wettkampf-
25.06.2011	31. Freundschaftslauf-Alsweiler, Alsweiler -kein Wettkampf-
26.06.2011	3. Dudweiler Stadtlauf, Dudweiler
30.06.2011	1. Läuferabend der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Saarbrücken

2. Aktueller Pressespiegel

**Aktueller Pressedienst 05/11 Im Blick Susanne HAHN – Marion JAKOBS –
Contance TÜRK –Gabi CELETTE
Johannes Rauch – Anja GRIES**

- 02.04. Rehlingen : SLB-Lange Strecken – elf Titel nach Rehlingen, drei ans LAZ, zwei an Marpingen, Saar 05 und LC Warndt – 10000-m-Meister: Tanja **Hooß** und Raphael **Schäfer** – starke Mona **Schwarz** 2000 in 6:33,71
- 08.04. Losheim : Schullauf-Meisterschaften – 1491 Mädchen + 2146 Jungen im Ziel der 14 Läufe
- 09.04. Wemmetsw. : Werfertag – W 14: Stella **Clemens** 12,72 K – WJB: Simone **Plewig** 37,11 D – Jessica **Josch** 12,07 K + 36,11 D – M 15: Florian **Lickteig** (Dudenhofen) 58,49 D
- 10.04. Landsw.-Red. : Gondwana-Haldenlauf – 10 km 139 im Ziel – vorne Heike **Alaimo** + Thomas **Huckert** – 5 km 90 im Ziel – vorn Vera **Hammermeister** + Ralf **Tangermann** - 7,5 km Berglauf - 93 im Ziel - vorn Bettina **Kawerau** + Martin **Schedler** – 2 km 69 im Ziel – vorne Johanna **Weisgerber** + Jurek **Frey** – 1 km 113 im Ziel – vorne Janina **Holbach** + Fynn **Komenda** - 7,5 km Walking 81 im Ziel – vorne Gabi **Kessler** + Horst **Malter** – 5 km Walking 46 im Ziel – vorne Kimberley **Söring** + Karl Heinz **Jung**
- 10.04. Püttlingen : Langstaffeln – 3x1000 M: Saar 05 (**Maurer, Wintrich, Schradt**) 7: 57,09
- 16.04. Biberach : Straßengehen – mit Ludweiler Beteiligung – 20 km M 50 Erster Stefan **NiBl** – M 60 Erster Rainer **Lorscheider**
- 16.04. Nalbach : Walderlebnis-Halbmarathon – 103 im Ziel – vorne Nicole **Woysch** + Sammy **Schu**
- 17.04. Griesheim : DM Halbmarathon – Titel für Saar 05-Team Susanne **Hahn**, Marion **Jakobs**, Constance **Türk** in 4:00:32 + für Gabi **Celette** (W 55) in 1: 26:18-Rekord - Silber für Susanne **Hahn** in 1:14:23 und W 35/40-05-erinnen Marion **Jakobs**, Karen **aus der Fünten**, Heike **Brücker-Boghossian** in 4:21:03 – Bronze für Marion **Jakobs** (W 40) in 1:22:04 + Horst **Backes** (M 70) in 1:32:38 + M 55-Männer des LC Warndt Jörg **Dietrich**, Reinhard **Lippert**, Gerd **Thiry** in 4:17:58
- 27.04. Karlsruhe : Werfertag – Speer Sch: Johannes **Rauch** 57,02 SR
- 30.04. Jüterbog : DM 100 km - W 40-Titel für Anja **Gries** in 10:51:49 - Silber in M 65 für Werner **Mootz** (12:11:44) + in M 70 für Franz **Feller** (12:43:12)
- 30.04. Merzig : Werfertag – F Katrin **Schwindling** 36,53 D – W 45 Christine **Ecker** 38,61 D – WJA Noemi **Pleimling** (Dudelange) 36,73 D + 46,85 Sp – WJB Simone **Plewig** 38,19 D + 38,36 pB Sp - Jessica **Josch** 12,05 + 38,16 pB D - M 15 Johannes **Rauch** 52,07 Sp - W 14 Stella **Clemens** 12,41 pB K + 37,60 D + 37,58 pB Sp

- 30.04. Neubrücke : 4. Bärenfels Trail – 52,8 km 32 im Ziel – vorne Stefanie **Krieg** (LG Mu-Li) + Gerhard **Petermann** (LT Murr) - 13,2 km 26 im Ziel – vorne Annerose **Hoffmann** + Patrick **Leidinger** - 2,2 km 6 im Ziel - vorne Kaja **Hauser**
- 30.04. St. Ingbert : 32. Stadtlauf – 10 km 343 im Ziel – vorne Marion **Jakobs** + Jonathan **Zipf** – 6,3 km 94 im Ziel – vorne Claudia **Seel** + Jan Lukas **Becker** – 1,7 km 222 im Ziel – vorne Louisa **Becker** + Artem **Ott** (Russ. Fed.)

3. Mitteilungen der Geschäftsstelle / aus den Kreisen

1.) Sperrung LA-Halle 2.-15. Mai 2011

Die Leichtathletikhalle der Hermann-Neuberger-Sportschule ist vom 02.-15.05.2011 wegen Revisionsarbeiten gesperrt.

2.) Ausrichtersuche für Kreismeisterschaften Regionalverband Saarbrücken

Der Regionalverband Saarbrücken sucht noch Ausrichter für folgende Kreismeisterschaften:

- Mehrkampf M/W 12+13
- Wurf (M/W 12+13 bis Altersklassen)

Interessenten melden sich bitte beim Kreisvorsitzenden, Herrn Horst Isecke (06898/870875, Horst.Isecke@t-online.de)

4. Ausschreibungen und Anlagen

Folgende Ausschreibungen und Anlagen sind diesem Informationsdienst beigelegt:

Ausschreibungen

Kreismeisterschaften

15.05.2011	KM Wurf des Kreises NK/ WND, St. Wendel
18.06.2011	KM Sch/i C und D, Lautzkirchen

Sonstige

10.05.2011	Staffeltag LC Rehlingen, Rehlingen
18.06.2011	7. offene Leichtathletik-Stadtmeisterschaften der Sch/i
19.06.2011	22. Jürgen-Albert-Gedächtnissportfest des LC Altenkessel, Altenkessel-Rockershausen
23.06.2011	Schülersportfest der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Saarbrücken
26.06.2011	3. Dudweiler Stadtlauf, Dudweiler
30.06.2011	1. Läuferabend der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Saarbrücken
07.07.2011	2. Läuferabend der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Saarbrücken
14.07.2011	3. Läuferabend der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Saarbrücken
11.08.2011	Hammerwurfabend der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Sulzbach
25.08.2011	Langstaffelabend der LSG Sbr.-Sulzbachtal, Sulzbach

Anlagen

Was ist anders an der neuen DLO?
Kinderbuch „Max’s erster Wettkampf“
Infoveranstaltung „Sport und Depression“
Angebot der LAG Saarbrücken für Firmenläufer
Plakat Bildungspaket in der Schule

09.04.2011 | DLV News | Eberhard Vollmer

Was ist anders an der neuen DLO?

Der Verbandsrat des Deutschen Leichtathletik-Verbandes (DLV) hat Ende Februar in Leipzig eine neue „Deutsche Leichtathletik-Ordnung“ (DLO) beschlossen, die ab 1. Januar 2012 gelten soll. Darin werden die bisherige Leichtathletik-Ordnung und die Veranstaltungsordnung in einem Regelwerk zusammengefasst und neu strukturiert.



Schüler/innen dürfen auch nach den neuen Regeln nicht an Marathonläufen teilnehmen (Foto: Gantenberg)

Ziel der Arbeitsgruppe, die diese DLO erarbeitet hat, war es, aus den beiden alten Ordnungen möglichst viel Überflüssiges zu entfernen und Sonderregelungen, die sich als unnötig erwiesen hatten, gar nicht erst zu übernehmen. Dieses Ziel der Vereinfachung wurde weitgehend erreicht: Aus bisher insgesamt 43 Seiten Text sind nun 28 Seiten geworden – und das einschließlich aller Anhänge.

Seit der Beschlussfassung wird besonders eine Zahl aus diesen 28 Seiten vehement diskutiert, nämlich der Beginn der Senioren-Altersklassen. Über diesen noch nicht endgültig entschiedenen Streit sind die anderen Aspekte der neuen DLO etwas untergegangen. Über den Teilbereich „Kinder-Leichtathletik“ wurde an anderer Stelle bereits ausführlich informiert.

In der neuen DLO fällt sofort ins Auge, dass die Nachwuchsklassen neu benannt sind. Es ist jetzt durchgängig die Bezeichnung „U“ eingeführt worden. Aus der A-Jugend wurde U20 und aus den B-Schülern U14. Für die Kinderklassen U12 und jünger entfallen die meisten formalen Regelungen (z.B. zu Vereinswechseln).

Nur noch elektronisch

Beispiel für etwas, das ab 2012 gestrichen ist, sind die Passagen zum Papier-Startpass, da es statt des früheren Startpasses inzwischen nur noch eine elektronische Startberechtigung gibt. Damit entfällt auch die Vorgabe, dass ein Startpass beim Wechsel von der A-Jugend in die Männer/Frauen-Klasse und beim Wechsel in die Seniorenklasse jeweils neu ausgestellt werden musste.

Das Vorhaben, dadurch „Karteileichen“ zu vermeiden, war nicht gelungen. So ist die neue Startberechtigung in den meisten Landesverbänden solange gültig, bis der Sportler eventuell den Verein wechselt (und wenn er seinem Verein treu bleibt, eben unbegrenzt). In den Landesverbänden, die eine jährliche Startrechts-Gebühr eingeführt haben, gelten ergänzende Regelungen.

Wenn man die Diskussionen in den 70er-Jahren um den Schutz von Jugendlichen vor dem „Verheizen durch Starts gegen deutlich ältere Gegner“ miterlebt hat, ist eine andere Neuerung geradezu eine Revolution: Wenn die Disziplin im Wettkampfprogramm der eigenen Altersgruppe vorkommt, ist eine Wettkampfteilnahme in allen älteren Klassen ab 2012 erlaubt.

Sonderregelungen gestrichen

Es darf dann also eine zwölf Jahre alte Schülerin im 800 Meter-Lauf sogar in der Frauenklasse antreten. Die Erfahrung hat gezeigt, dass Übungsleiter und Eltern verantwortungsvoll genug sind, um die Kinder nicht zu überfordern. Zudem erlaubt die IWR schon seit einigen Jahren, dass verschiedene Altersklassen in einem Lauf zusammen starten dürfen. Es wurde also auf seitenlange Sonderregelungen verzichtet, die bisher die wenigen Uneinsichtigen zurückhalten sollten.

Auch das Teilnahmerecht von Ausländern an Deutschen Meisterschaften wurde vereinfacht. So dürfen Sportler mit einer EU-Nationalität schon bei Deutschen Meisterschaften antreten, wenn sie seit einem Jahr die Startberechtigung für einen DLV-Verein haben. Lediglich bei Athleten aus Nicht-EU-Ländern bleibt es bei der Vorgabe, dass sie nicht an den nationalen Titelkämpfen ihres Heimatlandes teilnehmen dürfen und seit einem Jahr ihren Hauptwohnsitz in Deutschland haben müssen.

Weiterhin wurden die Startrechtswechsel-Regelungen für Jugendliche, die zum Beispiel aufgrund eines Umzugs während des Jahres den Verein wechseln müssen, deutlich vereinfacht.

Doppelstart in einer Disziplin möglich

Weggefallen ist auch die bisherige Bestimmung, dass man bei einer Veranstaltung die gleiche Disziplin nur in einer Altersklasse bestreiten darf. Zukünftig ist es also erlaubt, dass ein Jugendlicher zunächst am Kugelstoßen der U20 teilnimmt und etwas später noch einmal am Kugelstoßen der Männer.

Im Zusammenhang mit der „Entrümpelung“ des Regelwerks wurden gleich einige inhaltliche Änderungen vorgenommen. So ist die Mittelstrecke für die männliche U16 und U14 nicht mehr der 1.000 Meter-Lauf, sondern wie in den weiblichen Klassen nun die 800 Meter-Strecke. Entsprechend wird dort die 3x1.000 Meter-Staffel durch die 3x800 Meter-Staffel ersetzt.

Änderungen bei DMM

Statt des bisherigen Achtkampfs für die 14- und 15-jährigen Jungen gibt es nun einen Neunkampf (Zehnkampf ohne 400 m-Lauf). In der U14 bleibt von den bisherigen drei Blockwettkämpfen nur der Block Lauf übrig, der dann „Basis-Blockwettkampf“ heißt. Mit der Aufnahme des Hammerwerfens in das Wettkampfprogramm der 12- und 13-jährigen Mädchen ist nun die Emanzipation in der Leichtathletik durchweg realisiert.

Die gravierendsten Neuerungen der neuen DLO enthält der Anhang, der sich mit der Mannschaftsmeisterschaft (DMM) befasst. Weil seit Jahrzehnten die Beteiligung in der Männer/Frauen- und den Jugendklassen stetig sinkt, wurden Wettkampfgruppen gestrichen, in denen zuletzt kaum noch Vereine starteten. So fällt bei den Männern und Frauen die Bezirksliga weg. Die anderen bisherigen Ligen heißen nun wieder Gruppen. In den Jugendklassen (auch in der U16) wird die Gruppe 4 gestrichen, in der U18 zusätzlich auch die bisherige Gruppe 1.

Abschließend soll noch eine neue Bestimmung erwähnt sein, die vor allem die Stadionsprecher und die Berichterstatter der Medien freuen dürfte: Die Namen von LGs und von Startgemeinschaften dürfen nicht länger als 20 Zeichen sein.

Lust auf Leichtathletik – Lust auf Lesen

Geschichten vom und auf dem Sportplatz

- Vorlesekonzept –

„Max‘ erster Wettkampf – Leichtathletik ist leicht“ heißt ein Kinderbuch, das im Mai 2011 im Verlag Oertel&Spörer in Reutlingen erscheint. Es erzählt die Geschichte von einem neunjährigen Jungen, der für sich die Sportart Leichtathletik entdeckt, neue Freunde findet, Siege und Niederlagen erlebt. Ausgedacht hat sich das Kinderbuch Monika Toman-Banke, promovierte Germanistin, gelernte Journalistin, freie Autorin und vor allem begeisterte Leichtathletik-Trainerin. 2005 gründete sie die Kinderleichtathletik-Gruppe www.kinderleicht-athletik.de und betreut seither Kinder im Alter von fünf bis fünfzehn Jahren im Training und auf Sportfesten.

Geschrieben wurde das Buch aus mehreren Gründen:

- Bislang ist das Thema Leichtathletik in der Kinderbuch-Literatur so gut wie nicht vertreten. Dabei erfasste der Deutsche Leichtathletik Verband (DLV) in seiner Statistik von 2010 allein 287.872 Mitglieder im Alter bis 14 Jahren, die sich in Vereinen dieser Sportart widmen. Hinzu kommen Generationen von Schülern, die im Sportunterricht, bei Schulwettkämpfen (Jugend trainiert für Olympia), bei Sportabzeichen-Prüfungen oder bei Bundesjugendspielen mit Leichtathletik in Kontakt kommen. Das Kinderbuch soll dazu beitragen, die Präsenz der Sportart in den Medien zu erhöhen und die Identifikation mit der Sportart auf diese Art und Weise zu ermöglichen.
- Andererseits beklagen Wissenschaftler, Ärzte und Lehrer immer wieder mangelnde körperliche Bewegung bei Kindern und die daraus resultierenden Defizite wie Übergewicht, mangelnde motorische Fähigkeiten, Lern- und Konzentrationsschwächen. Das Buch soll Lust auf Sport, Bewegung und Leichtathletik machen.
- Und nicht zuletzt gehört die Förderung der Lesekompetenz bei Kindern zu den wichtigsten Aufgaben im Grundschulalter, um sprachliche Fähigkeiten auszubauen und damit Kommunikation, Konfliktlösung und Integration zu ermöglichen. Auch dazu soll das Kinderbuch einen Beitrag leisten: es ist witzig und spannend geschrieben, freche Illustrationen regen zudem die Fantasie der jungen Leser an. Kurz: es soll Lust auf Lesen machen.

Das Veranstaltungskonzept ist daher so einfach wie abwechslungsreich. Vorgelesen wird auf dem Sportplatz (oder auch bei Regen in der Sporthalle). Vorlesepassagen wechseln sich mit Bewegungseinheiten ab. Damit diejenigen Kinder, die nicht so lange sitzen wollen, ihren Bewegungsdrang ausleben können, und diejenigen, die sonst immer sitzen, sich bewegen. Die Zuhörer dürfen und sollen die Übungen nachmachen, die sie gerade gehört haben. Ganz im Sinne des Veranstaltungsmotto: Lust auf Leichtathletik- Lust auf Lesen.

So macht Sport Kindern Spaß !

Das Buch weckt Lust auf Leichtathletik.



ab Mai
im Buchhandel
Preis 9.90€

Die Übungsleiterin Monika Toman-Banke
erzählt aus dem „Leichti-Training“.



www.oertel-spoerer.de

MONIKA TOMAN-BANKE

Max' erster Wettkampf

Leichtathletik ist leicht, findet Max. Nur das Wort ist etwas kompliziert. Springen, laufen und werfen kann Max gut, und deshalb schickt ihn Mama ins Leichtathletik-Training. Max lernt dort ganz neue Dinge kennen, zum Beispiel, wie man aus dem Startblock startet, wo man abspringen soll und wie man ein Staffelholz übergibt. Üben, üben, üben heißt es für Max und seine Freunde Nico, Linus und Sebastian. Und für die schnelle Lena, für die Max insgeheim schwärmt. Max fühlt sich wohl in seiner Trainingsgruppe, wenn da bloß nicht Rike wäre, die so affig ist und ihn immer ärgert. Als Trainerin Momo den ersten Wettkampf ankündigt, ist Max furchtbar aufgeregt und kann an nichts anderes mehr denken. Denn er will unbedingt gewinnen....



MONIKA TOMAN-BANKE

Monika Toman-Banke ist promovierte Germanistin, gelernte Journalistin und freie Autorin. Seit ihrer Kindheit ist sie von Leichtathletik begeistert. 2005 gründete sie als Übungsleiterin die Gruppe www.kinderleicht-athletik.de in Reutlingen. Sie trainiert Kinder im Alter von 5 bis 15 Jahren und betreut sie auf Sportfesten. „Max' erster Wettkampf“ ist ihr erstes Kinderbuch.

OERTEL + SPÖRER Verlags-GMBH + CO.KG, Beutterstraße 10,
72764 Reutlingen, Tel 0 71 21 / 302 552, E-mail: info@oertel-spoerer.de

Informationsveranstaltung des LSVS

Sport und Depression – erkennen und handeln

Im Sport ist das Thema Depression durch betroffene Profis wie Sven Hannawald, Sebastian Deisler und Andreas Biermann in den Blickpunkt gerückt. Der Suizid von Robert Enke hat das Tabuthema Depression verstärkt in die Öffentlichkeit gebracht. In Deutschland leiden rund 4 Millionen Menschen an einer Depression. Obwohl Depression eine sehr häufige Erkrankung ist, wird sie in der Öffentlichkeit wenig wahrgenommen und oft missverstanden. Wie Diabetes oder Bluthochdruck ist eine Depression nicht Ausdruck persönlichen Versagens, sondern eine Erkrankung, die jeden treffen kann, unabhängig von Beruf, Alter und sozialem Stand. Aus Angst vor negativen Konsequenzen verschweigen jedoch viele Sportler ihre Krankheit. In dem Workshop „Sport und Depression – erkennen und handeln“ erfahren Teilnehmer wie eine Depression entsteht, welche Ursachen hierfür verantwortlich sind, wie man die Krankheit erkennen und behandeln kann. Weiterhin wird vermittelt, welche konkreten Hilfsangebote es für betroffene Sportler im Breiten- und Leistungssport gibt.

Es werden zwei Infoveranstaltungen angeboten:

Lehrgang Nr. 1185.1

Termin: Freitag 20. Mai 2011

Uhrzeit: 19.00 – 21.00 Uhr

Ort: Hermann-Neuberger Sportschule Tagungsraum 40

Lehrgang Nr. 1185.2

Termin: Freitag 25. November 2011

Uhrzeit: 9.00 – 21.00 Uhr

Ort: Hermann-Neuberger Sportschule Tagungsraum 40

Referenten des Saarländischen Bündnisses gegen Depression c/o Landesvereinigung
Selbsthilfe e.V.:

Dipl.-Psych. Frank Lessel

Dipl.-Hdl. Frank Weinsheimer



An den
Landessportverband für das Saarland
Referat Aus- und Fortbildung
Hermann-Neuberger Sportschule 4

66123 Saarbrücken

Kontakt: Tel.: 0681/3879-493 Fax: 0681/3879-197 E-Mail: bildung@lsvs.de Internet: www.lsvs.de
--

Anmeldung

Lehrgangs-Nummer	
Lehrgangsbezeichnung	Sport und Depression – erkennen und handeln
Name:	
Vorname:	
Straße, Nr:	
PLZ, Ort:	
Telefon:	
E-Mail:	
Verein:	
Anmerkungen:	

Ort, Datum

Unterschrift

PRESSEMITTEILUNG

Saarbrücken, 26. April 2011

Laufgemeinschaft (LAG) Saarbrücken bietet spezielles Angebot für Firmenläufer

Saarbrücken. (26. April 2011) In wenigen Wochen ist es soweit. Am Donnerstag, 16. Juni, steigt in Dillingen der Firmenlauf Saarland. Für Laufeinsteiger hat die Laufgemeinschaft (LAG) Saarbrücken deshalb ihr Kursangebot erweitert. Am Donnerstag, 5. Mai, startet ein kostenfreies spezielles Training "Von 0 auf 5 (Kilometer)", das die Teilnehmer auf die fünf Kilometer lange Strecke durch die Dillinger Innenstadt vorbereitet. "In dem Kurs, der zwei Mal wöchentlich donnerstags und samstags stattfindet, lernen die Teilnehmer bis zum Firmenlauf den sanften Einstieg ins Laufen", erklärt Kursleiter Jürgen Tubbesing: "Anschließend ist es möglich, die fünf Kilometer lange Strecke ohne Probleme zu bewältigen." Treffpunkt zum Auftakt des sechswöchigen Angebots ist am Donnerstag, 5. Mai, um 18 Uhr. Ort: Umkleidehäuschen beim Sportplatz am Saarbrücker Waldhaus im Meerwiesertalweg.

XX Anmeldung und weitere Informationen bei Jürgen Tubbesing, Tel. (06897) 768332, per E-Mail an juergentubbesing@yahoo.de und unter www.lag-saarbruecken.de im Internet. LAG

Bildunterschrift:

Ausgelassene Stimmung herrschte 2010 beim Firmenlauf in Dillingen. Die Laufgemeinschaft (LAG) Saarbrücken bereitet Lauf-Einsteiger in diesem Jahr mit einem speziellen Kurs auf das Großereignis vor. Am Donnerstag, 5. Mai 2011, beginnt das kostenfreie Laufangebot. Foto: LAG

Pressekontakt:

Christof Müller

Telefon: 0171 4170100

E-Mail: laufen@ich.ms



Das Bildungspaket in der Schule Mitmachen möglich machen

Mit dem Bildungspaket bekommen 2,5 Millionen Kinder und Jugendliche neue Zukunftschancen.

Schülerinnen und Schüler haben einen Rechtsanspruch auf diese Leistungen, wenn sie oder ihre Eltern

- ▶ leistungsberechtigt nach SGB II (insbesondere **Arbeitslosengeld II** oder **Sozialgeld**) sind,
- ▶ **Sozialhilfe**,
- ▶ **Wohngeld** oder
- ▶ den **Kinderzuschlag** erhalten.

DAS IST DRIN IM BILDUNGSPAKET FÜR SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER:

MITTAGESSEN IN SCHULE UND HORT – damit sie mitessen können, wenn es eine warme Mahlzeit für alle gibt	LERNFÖRDERUNG – damit sie Unterstützung bekommen, falls die Versetzung gefährdet ist	KULTUR, SPORT UND FREIZEIT – damit sie auch im Fußballverein oder in der Musikschule mitmachen können
TAGESAUSFLÜGE UND KLASSENFahrTEN – damit sie gemeinsam mit ihrer Klasse z. B. ins Museum gehen können	SCHULBEDARF – damit sie Materialien für den Unterricht kaufen können – z. B. Stifte, Hefte, Taschenrechner	SCHÜLERBEFÖRDERUNG – damit sie auf dem Schulweg Bus oder Bahn nutzen können, wenn niemand sonst die Kosten trägt und diese nicht aus dem Regelsatz bestritten werden können

Mehr Infos unter www.bildungspaket.bmas.de, beim Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales unter 0180 5 / 67 67 21* sowie vor Ort im Jobcenter (bei ALG II oder Sozialgeld) und im Rathaus, im Bürgeramt oder bei der Kreisverwaltung (bei Sozialhilfe, Wohngeld oder Kinderzuschlag).

*Festpreis 14 Cent/Min. aus den Festnetzen und maximal 42 Cent/Min. aus den Mobilfunknetzen.