KONTAKT

DJK Diözesansportverband Rottenburg-Stuttgart





Inhalt Editorial

Angemerkt

4 Gedanken des Geistlichen Beirates

Aus der Geschäftsstelle

- 6 Weihnachtsgrüße des Ehrenvorsitzenden
- 7 Weihnachtsgrüße der Geschäftsstelle
- 8 Bericht Diözesantag
- 8 Bericht Seniorentag

Sport und Mehr ...

- 10 "Sport und mehr" für die Vereinsarbeit
- 11 Tipp: Nordic walking
- **12** Langlaufwochenende
- 13 Premiere im Kloster Reute Energy Dance
- 14 Tierisch gut Sportexerzitien im Kloster Reute
- 15 Tischtennis Saisonvorbereitung in Albstadt
- 16 Bewegtes Wochenende in Leutkirch
- 18 Gesundheits- / Präventionssport-Lehrgänge

Berichte aus den Vereinen

20 Integration Sportbund Stuttgart

aus dem Bundesverband

- 17 Pressemitteilung 100 Jahre DJK
- 22 Bericht Bundesjugendtag
- 24 DJK-Wallfahrt lightBeten für alle DJKler*innen

Forum

- 26 Hajo Müller 90
- 27 Impressum

Liebe Leser*innen, Interessierte und Freunde der DJK.

Das Jubiläumsjahr 2020 befindet sich in den letzten Zügen. Die Gründung des DJK-Sportverbandes durch Karl Mosterts im Jahre 1920 gab uns in diesem Jahr Anlass unser 100-jähriges Jubiläum zu feiern. Einhundert Jahre in denen sich die DJK durch, Glaube, Sport und Gemeinschaft auf ein festes Fundament stellen konnte. Einhundert Jahre in denen jeder sein Bestes gegeben, und weiterhin geben wird.

Allerdings gab es im vergangenen Jahr auch Ereignisse die in Deutschland und auf der ganzen Welt, unsere Lebensroutine völlig durcheinandergebracht haben. Wegen Corona mussten wir dieses Jahr auf einige Annehmlichkeiten des Lebens verzichten. Alles geriet aus den Fugen. Von Normalität ist nichts mehr zu spüren. In Zeiten wie diesen wird die Gesellschaft auf eine harte Probe gestellt. Deshalb ist es umso wichtiger, dass sich die Menschen wieder auf Werte und Ideale zurück besinnen um diese schwierige Zeit zu überstehen.

Karl Mosterts hat vor einhundert Jahren, der DJK ihre Ideale gegeben. Werte, die heute vielleicht wichtiger sind denn je. Gemeinsam können und werden wir diese Herausforderung meistern.

Mit diesen Gedanken schließe ich nun und wünsche Ihnen eine schöne, besinnliche Adventszeit, Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr in dem wir mit Feuerwerk unsere Sorgen und Ängste zum Mond schießen und neu durchstarten. Bleiben Sie gesund!!!

Andreas Stöhr Jugendleiter DJK-Diözesansportverband

DJK | Dez. 2020

Besinnliches 2020

Liebe DJK'lerinnen, liebe DJK'ler,

während ich diese Zeilen schreibe, ist der erste Tag des "Lockdown light" – ich möchte eher schreiben "Lockdown II", der den Monat November umfassen wird. Es ist der 2. November.

In zwei Richtungen möchte ich Gedanken anbieten. Einmal die Zeit als Zeit und dann im Blick auf den bald kommenden Jahreswechsel und die Coronapandemie, die da sicher auch noch sein wird, fragen: was wäre ein gutes "Handgepäck"?

Zunächst die **Zeit als Zeit**. Die Zeit wird unterschiedlich wahrgenommen, erfahren und erlebt. Eine Glockeninschrift – Glocken standen und stehen ja für die Zeit – macht das deutlich:

Als Kind in Glück und Leid schlich langsam mir die Zeit. Als Jüngling stolz und kühn spazierte sie dahin. Als reifer Mann zuweilen sah ich sie furchtbar eilen.

Wie erleb(t)en wir den Monat November mit dem Lockdown?

Lang-weilig oder schnell-lebig, wertlos oder wertvoll?

Die Zeit scheint eben nicht nur je nach Lebensalter sehr unterschiedlich schnell zu laufen, unterschiedlich lang zu sein, sondern der Wert der Zeit, die Bedeutung einzelner Zeitabschnitte scheint auch unabhängig von ihrer tatsächlichen Länge zu sein – ein Text, Verfasser/in unbekannt, bringt das eindrücklich ins Wort:

Um den Wert eines Jahres zu erfahren, frage einen Studenten, der im Abschlussexamen durchgefallen ist.

Um den Wert eines Monats zu erfahren, frage eine Mutter, die ein Kind zu früh zur Welt gebracht hat.

Um den Wert einer Woche zu erfahren, frage den Herausgeber einer Wochenzeitung.

Um den Wert einer Stunde zu erfahren, frage die Verlobten, die darauf warten, sich zu sehen.

Um den Wert einer Minute zu erfahren, frage jemanden, der seinen Bus oder seinen Flug verpasst hat. Um den Wert einer Sekunde zu erfahren, frage jemanden, der einen Unfall überlebt hat.

Um den Wert einer Millisekunde zu erfahren, frage jemanden, der bei den Olympischen Spielen eine Silbermedaille gewonnen hat.

Die Zeit wartet auf niemanden. Sammle jeden Moment, der Dir bleibt, denn er ist wertvoll.

Teile ihn mit einem anderen Menschen, und er wird noch wertvoller.

Dann das "Handgepäck" für die Zeit, für diese Zeit, für den Jahreswechsel. Der griechische Dichter Pindar (um 518 v. Chr. – 446 v. Chr.) hat sich Gedanken über die Ladung gemacht, die wir in unserem Lebensschiff mitführen müssten:

"Wir sollten auf die Lebensreise vor allem solche Dinge mitnehmen, die bei einem Schiffbruch mit uns gerettet werden können."

Es ist ja nicht neu und originell, das Leben mit einer Schiffsreise zu vergleichen – aber immer noch lohnend: Wir werden hin- und hergerissen wie



ein Schiff, das den Wellen des Meeres ausgesetzt ist. Wir sitzen alle in einem Boot. Wir brauchen Orientierungspunkte, wenn wir ans Ziel gelangen wollen. Auch wenn Kreuzfahrtschiffe gerade sehr eingeschränkt auf den Weltmeeren unterwegs sind, fällt es nicht schwer diese Bilder von der Seereise auf das konkrete eigene Leben anzuwenden.

Gerade der Jahreswechsel – in diesem Jahr von 2020 auf 2021 vielleicht noch viel mehr – kann Anlass sein, neu über das Reisegepäck nachzudenken, das wir in den kommenden Tagen und Wochen brauchen. Silvester und Neujahr sind – im Bild der Schifffahrt – eine Art "Umschlagplatz", wo die alte Ladung gelöscht und neue an Bord genommen wird.

Wer nun dem Rat Pindars folgt, wird sich mit guten Vorsätzen nicht über-laden. Er und Sie wird versuchen, Dinge auszuwählen, die nicht so schnell untergehen, an die man sich notfalls klammern kann wie an Rettungsringe. Was wäre so ein "kleines Handgepäck"?

Wie wäre es mit Hoffnungen, Hilfsbereitschaft und Humor? Hoffnungen möchte ich mitnehmen die Hoffnung zum Beispiel, dass trotz der coronabedingten Distanzierung, Abstandsgebot und Kontakt-Armut die Verbundenheit, der Gemeinsinn, der Kitt zwischen den Menschen dennoch nicht auf Grundeis geht; die Hoffnung, dass distanzierte Zuwendung: Abstand halten als Ausdruck von Zuneigung, auch wieder ein Ende findet; die Hoffnung, dass die Bemühungen um Frieden und Bewahrung der Schöpfung dennoch weitergehen; die Hoffnung, dass die Welt eine Spur menschlicher werden kann und bleibt; die Hoffnung, dass wir dazulernen, weil durch Corona etwas von uns selbst offenbar wird, wie es P. Franziskus am 27. März 2020 auf dem menschenleeren Petersplatz gesprochen hat:

"In unserer Welt, ..., sind wir mit voller Geschwindigkeit weitergerast und hatten dabei das Gefühl, stark zu sein und alles zu vermögen. In unserer Gewinnsucht haben wir uns ganz von den materiellen Dingen in Anspruch nehmen lassen und von der Eile betäuben lassen. Wir haben vor deinen Mahnrufen nicht angehalten, wir haben uns von Kriegen und weltweiter Ungerechtigkeit nicht aufrütteln lassen, wir haben nicht auf den Schrei der Armen und unseres schwer kranken Planeten gehört. Wir

haben unerschrocken weitergemacht in der Meinung, dass wir in einer kranken Welt immer gesund bleiben würden."

Hilfsbereitschaft möchte ich mitnehmen – aufmerksame Augen, offene Ohren, wachen Geist und zupackende Hände, um meinen bescheidenen Beitrag zu leisten, dass die Not in meiner Umgebung geringer wird.

Humor möchte ich mitnehmen – die Fähigkeit, mein Leben (auch in der Coronapandemie) von der heiteren Seite her zu betrachten, um mich vor Verbitterung und Verbissenheit zu schützen, wenn das Schiff in schweres Fahrwasser oder außer Kurs geraten sollte.

Hoffnungen, Hilfsbereitschaft und Humor – mit diesem Handgepäck will ich die Tage, Wochen und Monate des neuen Jahres er-leben und er-fahren. Kommen wir in diesem Sinne gut ins und durchs Jahr 2021.

> Domkapitular Andreas Rieg Geistlicher Beirat



Jahresrückblick und Weihnachtsgrüße

Liebe Leser*innen,

wir sind im Spätherbst 2020. Ich wurde gebeten, einen Jahresrückblick für unser "KONTAKT"-Magazin zu schreiben.

So beginne ich mit der Frage: "Wie war es vor einem Jahr?" Ich freute mich auf die Fußball-Europameisterschaft und die Olympischen Sommerspiele. Auch für den DJK Sportverband sollte das Jahr 2020, mit seinem 100-jährigen Jubiläum, ein besonderes Jahr werden.

Alles war bestens vorbereitet auf den großen Bühnen des Weltsports und der Bühne des Quadriums in Wernau, wo wir als DJK Diözesansportverband unser "100-jähriges" feiern wollten. Doch dann kam Covid 19 und alles musste abgesagt werden.

Ich erinnere mich an die Meldung über den 1. Corona-Fall in Baden-Württemberg und dies besonders, weil er in meiner Heimatstadt Göppingen auftrat. Aus wenigen Infektionen wurden rasant steigende Fallzahlen. Corona brachte Leid und Sorgen über Familien und Freundeskreise. Viel abverlangt wurde den Familien mit Kindern, denn Schulen, Kitas und Kindergärten wurden geschlossen und auch auf Spielund Sportplätze durften sie nicht.

Über Jahre Liebgewonnenes und als wertvoll Erlebtes kam zum Erliegen: keine wöchentlichen Trainingsstunden, keine Vereinsveranstaltungen, keine Stadionbesuche, keine kulturellen Veranstaltungen, keine Gottesdienste ... Dankbar bin ich, dass wir in einem Land leben dürfen, mit einem vorbildlichen Gesundheitswesen. Die Behörden auf Kommunalebene unternehmen alles, um die Pandemie nicht ausufern

zu lassen. Für eine große Zahl – sicher auch unter den DJK-Mitgliedern – ist und war das Kurzarbeitsgeld eine stabile Hilfe.

Kurz möchte ich auf "100 Jahre DJK Sportverband" eingehen. Die DJK ist einer der namhaften katholischen Verbände. In diesen 100 Jahren hat sich der Verband immer wieder gewandelt: von zunächst eigenen sportlichen Wettkämpfen hin zur Öffnung und Teilnahme am allgemeinen Sportverkehr. Auf Bundesebene ist der DJK

Sportverband ein wichtiger Partner, wenn es um sportethische Fragen geht. In unseren Vereinen wird vorbildliche Sportarbeit für Kinder, Jugendliche und Erwachsene geleistet.

Spannend wäre für mich im Rahmen der Jubiläumsveranstaltungen auch der Ausblick auf die kommende Zeit gewesen. "DJK – Sport um der Menschen willen" – ist heute aktueller denn je.

In unserem DJK-Verband fanden ab dem Sommerhalbjahr fast alle geplan-



ten Veranstaltungen, wie zum Beispiel die Sportexerzitien und Lehrgänge, statt. Selbst den Diözesantag haben wir – beschränkt auf die Regularien – nachgeholt.

Herzlich danken möchte ich unseren ehrenamtlichen Gremien für ihre Arbeit unter von Corona diktierten Bedingungen. Herzlichen Dank an unsere Geschäftsstelle mit Mechthild Foldenauer, Alexander Schreiner und Andrea Lux. Ein starkes Team hat die Herausforderungen dieses Jahres mit Absagen und Neubeginn mit Weitblick und großem Engagement bewältigt.

Wenn auch beim Schreiben dieser Zeilen steigende Corona-Zahlen die Meldungen beherrschen, so dürfen wir Hoffnung auf "normale" Zeiten haben. Von dieser wird auch das Jahresprogramm 2021 unseres Verbands getragen, das in einer sehr ansprechend gestalteten Auflage vorliegt.

Hoffnung macht zu Beginn der Adventszeit unsere christliche Botschaft – wie sie den Hirten zu Bethlehem verkündet wurde: "Fürchtet euch nicht ..." Falls Corona den gewohnten vorweihnachtlichen Trubel nicht zulassen sollte, dann können wir darin auch eine Chance sehen, tatsächlich eine besinnliche Zeit zu erleben.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine besinnliche Adventszeit, ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest und im neuen Jahr vor allem Gesundheit.

> Rolf Röser, Ehrenvorsitzender des DJK Diözesansportverbandes Rottenburg-Stuttgart e.V.

Weihnachtswünsche der Geschäftsstelle

Rund um die Geburt Jesu läuft eigentlich so ziemlich gar nichts nach Plan: Zuerst hat Maria nicht damit gerechnet, schwanger zu werden.

Auch für Josef kam das unerwartet. Er will sich von ihr trennen. Aber ein Engel erscheint. Wieder: Planänderung. Als die beiden sich mehr oder weniger gefangen haben, heißt es wieder: umdenken! Sie sollen nach Bethlehem. Dort angekommen finden sie keine Unterkunft. Übernachtung im Stall. War auch anders geplant. Und ausgerechnet in dieser Nacht kommt dann auch noch das Kind! Statt der geplanten Wiege liegt es im provisorischen Futtertrog. Maria und Josef haben ihr Leben anders geplant.

Aber nicht nur sie denken um. Die Hirten haben nicht erwartet, dass da plötzlich Engel singen. Die Sterndeuter suchen den neugeborenen König dort, wo Könige zu finden sind: im Palast. Der amtierende König Herodes fällt aus allen Wolken als er hört, es soll einen neuen Herrscher geben.

Obwohl der Advent auch "Zeit der Erwartung" genannt wird, kommt alles anders, als erwartet.

So wird auch im Jahr 2020 Weihnachten anders als geplant! Für uns, für unsere Familien, im Verein und Freundeskreis! Trotzdem kommt Weihnachten und vielleicht haben wir, weil alles anders ist als geplant mehr Zeit für das Wesentliche.

Das wünschen wir Ihnen und Ihren Familien von Herzen und danken Ihnen allen ganz herzlich für die gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit in diesem ganz anderen Jahr!

> Mechthild Foldenauer, Andrea Lux, Alexander Schreiner

(Text zum Teil aus "Wernauer Adventskalender 2020)



DJK | Dez. 2020

Aus der Geschäftsstelle

Diözesantag unter erschwerten Bedingungen

Knapp 40 Delegierte aus dem ganzen Verbandsgebiet trafen sich in Wernau zum diesjährigen Diözesantag des DJK-Diözesansportverbandes Rottenburg-Stuttgart.

Im März musste der lange und mit viel Engagement geplante Jubiläumsdiözesantag leider ausfallen, da knapp eine Woche zuvor der Lock down verkündet wurde. Davon ausgehend, dass im Herbst "alles vorbei ist" wurde der Diözesantag auf den 9. Oktober verschoben.

Bald war abzusehen, dass er unter Corona-Bedingungen und unter einem strikten Hygienekonzept stattfinden muss. Fast wäre auch diesmal alles ins Wasser gefallen, wurde doch der Landkreis Esslingen einen Tag zuvor zum Hotspot-Gebiet, was zusätzliche Beschränkungen mit sich brachte. Aufgrund der verhaltenen Anmeldezahlen lagen wir jedoch unter der kritischen Marke von 50 TeilnehmerInnen und der verkürzte Diözesantag konnte abgehalten werden.

Dominik Hini, stellvertretender
Diözesanvorsitzender, begrüßte die
Anwesenden und dankte für das
Kommen. Auch wenn wir bereits Ende
2020 stehen, müsse hier und heute
2019 abgeschlossen werden. Mechthild Foldenauer, Alexander Schreiner,
Andreas Stöhr, Bianca Ackermann und
Uschi Rudolf gingen anschließend
anhand einer Bildpräsentation auf die
Veranstaltungen im Jahr 2019 ein.
Zum Jahresabschluss 2019, dargestellt
vom Finanzreferenten Jürgen Wenzler,
gab es keine Einwände, ebenso wurden



der Haushaltsplan und das Jahresprogramm für das laufende Jahr genehmigt.

Trotz Lock down konnten 2020 fast alle Lehrgänge stattfinden. Man habe sogar noch zusätzliche eintägige Lehrgänge zum Thema Gesundheitssport kurzfristig in das Programm aufgenommen, da die Nachfrage groß war, so Jürgen Wenzler.

Für 2021 liegt das Jahresprogram, grafisch runderneuert, bereits vor.

Domkapitular, Andreas Rieg begann seinen Abschlussimpuls mit dem Lied "Meine Hoffnung und meine Freude", das Vieles andrückt, was alle Anwesenden derzeit bewegt. Mit einem zum derzeitig beherrschenden Thema passenden Text aus dem Buch Habakuk, der gemeinsam gebetet wurde und einem Segen endete dieser außergewöhnliche Diözesantag 2020.

Noch hoffen alle, dass der Diözesantag 2021 wie geplant am 20. März in Wasseralfingen stattfinden kann.

Mechthild Foldenauer

Seniorentag 2020 – Im Herzen unserer Diözese

Weggefährten zu treffen, Neues zu erfahren, sich zu bewegen und viel Zeit für gemeinsame Gespräche – das kennzeichnet die DJK Seniorentage. 19 Senioren aus der ganzen Diözese fanden den Weg am 14. Oktober 2020 nach Rottenburg am Neckar zum diesjährigen Seniorentag. Dort traf man sich zum Kaffeetrinken und kleinem Frühstück in der historischen





Zehntscheuer im Zentrum der Altstadt, direkt am Neckar gelegen. In diesem Jahr war der Seniorentag natürlich auch von Corona geprägt. Aus diesem Grund wurden zum Beginn unsere DJK-Masken als Geschenkt verteilt und die Tische so gestellt, dass der nötige Abstand gewahrt wurde. Nachdem sich alle gestärkt hatten, lud uns unser geistlicher Beirat, Andreas Rieg ins nahe gelegene Hirscherhaus ein. Im Hirscherhaus finden Teile der Ausbildung der Priester, Diakone und Pastoralreferenten in unserer Diözese statt. In der hauseigenen Kapelle berichtete Andreas Rieg über die Geschichte des Hauses, im speziellen die Geschichte der Hauskapelle und informierte über die Ausbildung der pastoralen Berufe im Priesterseminar. Im Anschluss berichtete Mechthild Foldenauer noch die Neuigkeiten aus dem Verband bevor es dann in den wunderschönen Speisesaal des Priesterseminars ging um gemeinsam Mittag zu essen. Auch hier erfuhr man von Andreas Rieg Interessantes über diesen vielleicht schönsten Raum der Stadt Rottenburg. Das köstliche Mittagessen schmeckte in diesem historischen Saal gleich nochmal so gut. Ein herzliches vergelt's Gott an Andreas Rieg für die tollen und Interessanten Eindrücke, die er uns gewährt hat.

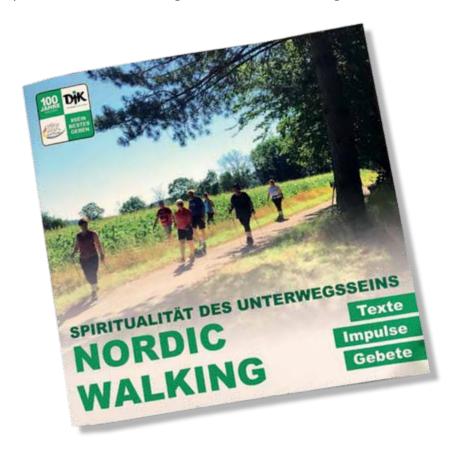
Am Nachmittag stand dann noch eine Stadtführung auf dem Programm. Sogar die Sonne schaute noch unter den Wolken hervor und so konnte man sich zusammen mit Stadtführerin Martha Engstler auf den Weg durch die Gassen der Altstadt machen. Der Dom, die historische Wehranlage und die Kirche St. Moritz wurden besucht und viel Wissenswertes über die Geschichte der Stadt Rottenburg erzählt. Mit einem schönen Gedicht von Sebastian Blau wurde dann auch der diesjährige Seniorentag beendet und alle machten sich auf den Nachhauseweg. Ein schöner Tag war vorüber. Gemeinschaft, Bewegung und Spiritualität macht Spaß – dass zeichnete auch unseren diesjährigen Seniorentag aus.

Alexander Schreiner

DJK | Dez. 2020

"Sport und mehr" für die Vereinsarbeit

Broschüre Spiritualität des Unterwegsseins – Nordic walking



Sechs Impulshefte unter dem Thema "Spiritualität des Unterwegsseins" sind in den letzten Jahren entstanden. DJK-Referentinnen und Referenten haben die Broschüren erarbeitet und den Fokus auf unterschiedliche Formen des Unterwegsseins gelegt.

So sind neben einem Impulsheft zum Thema Wandern, Hefte zum Kanufahren, Radfahren, Pilgern und zum Wintersport entstanden. Ganz neu ist das Heft zum Thema Nordic Walking.

Alle Hefte können sie kostenlos in der Geschäftsstelle djk@blh.drs.de bestellen. Jedes Themenheft enthält eine Fülle von Anregungen, Gedanken und Vorschlägen zum Unterwegssein in der Natur.

In dieser Ausgabe des KONTAKT möchte Ich das neueste Impulsheft "Nordic Walking" vorstellen.

Wer sich bewegt und gehend auf den Weg macht, bekommt den Kopf frei und öffnet sich für Gedankenanstöße und neue Erfahrungen. Dieser Erkenntnis nachkommend bietet Nordic Walking in idealer Weise die Chance, spirituelle Impulse zu setzen und eine individuelle Auseinandersetzung

mit dem Glauben und dem Leben zu ermöglichen. Ansatzpunkte, wie das Festhalten und Loslassen, das Einüben, die Bestandsaufnahme, die Korrektur, der Rhythmus, die Aufrichtung, das Idealbild oder die Belastungssteuerung, werden aufgezeigt und vertieft.

Neben einem ausgearbeiteten Stationengottesdienst finden sich in der Arbeitshilfe Anregungen für das Einüben des spirituellen Walkings als auch Texte und Impulsfragen zum Thema "mit Franziskus unterwegs".

Mechthild Foldenauer

► ► ► Tipp: Nordic-walking

Entdeckung des **Umfeldes - Natur und Ort**

(Text von Helder Camara)

"Es ist gut auf dem Weg zu sein. Es heißt: nicht stehen bleiben, sich nicht anpassen, vorwärts wollen, Fortschritte machen. Wachsen im Glauben, in der Hoffnung, in der Liebe. Den Weg des Verstehens gehen, keine vorschnellen Urteile fällen, sondern immer mehrbegreifen, dass jedes Geschöpf einmalig ist".

Diesen letzten Satz mit auf den Weg nehmen und dabei wahrnehmen, was jede/r einzelne für sich in der Schöpfung entdeckt. Untereinander im 2-er Team während des Laufens austauschen.

(15 Minuten)

Entdeckungsreise in das Innere "Hand aufs Herz"

Lege eine Hand auf dein Herz. Nimm einen tiefen Atemzug. Zähle mit iedem Ausatmen von 5 auf 1 herunter. 5 - 4 - 3 - 2 - 1

Nimm eine achtsame Grundhaltung ein. Und wiederhole in Stelle für dich die folgenden Zeilen:

Ich bin da.

Ich bin hier.

Ich lebe.

Ich höre was ich höre und zwar... Ich sehe was ich sehe und zwar... Ich fühle was ich fühle und zwar...

> Ich bin da. Ich bin hier.

> > Ich lebe.

(in Stille weitergehen 15 Minuten)

Entdeckungsreise in Achtsamkeit

und unter Coronabedingungen (für die Gruppe, oder allein)

Im Kreis mit Abstand aufstellen, still werden und jeden mit den Augen begrüßen.

Kurzes "Warm up" (Handgelenk, Unterarm, ganzer Amt schwingen, erst rechts, dann links; Fuß, Unterschenkel, ganzes Bein schwingen, erst rechts, dann links) Dann loslaufen (15 Minuten)

NORDIC-WALKING

Abschluss und Segensgebet:

Der Herr segne deinen Weg, den sicheren und die tastenden Schritte, die leichten und die schweren, die zielstrebigen und die zögerlichen. Er segne dich, damit du immer wieder die Kraft hast, aufzustehen und weiterzugehen, auszuruhen und inne zu halten. Der Gott, der Ich-bin-da, lasse für dich spürbar werden, dass er immer bei dir sei und

dich segne.

Entdeckungsreise unserer Bewegung

Den Fokus auf die Bewegungstechnik lenken. Auf den Einsatz der Stöcke achten, den Druck in der Schlaufe, wie der Stock nach hinten geführt wird und hinten losgelassen wird. Gemeinsam die Bewegung durchführen, zur Ruhe kommen.

> Impulsfrage: "Was möchte ich loslassen?" (weitergehen 15 Minuten)

Feldberg / Schwarzwald Langlaufwochenende

Am Freitag bis Sonntag 17–19. Januar 2020 fand das alljährliche Langlaufwochenende statt, das dieses Mal im Schwarzwald stattfand.





Organisiert wurde das erneut und hervorragend von Herrn Uli Motschenbacher und es fand sich wieder eine sehr nette Gruppe an Sportsbegeisterten zusammen.

Die Schneewetterprognosen waren erst nicht so gut, doch um den Feldberg herum fanden einige Langläufer auch schon am Freitag Loipen die befahrbar waren.

Zum Samstag hin fing es zum Schneien an und die Situation verbesserte sich zusehends, so dass man von einer verschneiten winterlichen Landschaft sprechen konnte.

Der Tag fing mit einem ausgiebigen Frühstück zwischen 7.30 h und 9 h an, dann trennten sich die Gruppen in Langläufer und Wanderer, um zum Abendessen ab 18 h wieder zusammenzukommen.

Nach dem Abendessen saß man noch stundenlang beisammen in geselliger Runde und am Samstagabend war einer der Höhepunkte das Handballspiel Deutschland gegen Kroatien, welches in einem Aufenthaltsraum mit Fernseher angeschaut und bejubelt wurde. Die Stimmung war ausgelassen und locker und die Teilnehmer hoffen zusammen auf ein nächstjähriges Langlaufwochenende und wir bedanken uns beim Organisator Uli Motschenbacher, der dieses tolle winterliche Wochenende durch seine professionelle Zusammenstellung überhaupt erst ermöglicht hat.

Die Auswahl der Jugendherberge direkt am Schluchsee ermöglichte es von dort bereits einen Premiumwanderweg zu beginnen und die Straße zum Feldberg war in einem einwandfreien Zustand, so dass das Langlaufen in kürzester Zeit stattfand.

Wir Sportler möchten uns nochmals für dieses Wochenende bedanken.

Katharina Markewski



Premiere im Kloster Reute

Am 26. – 28. Juni fand das Gesundheitswochenende unter dem Motto: Energy Dance

"Raus aus dem Kopf—rein in den Körper" Bewegte Tage mit Tanz, Balance und Stretching, im Kloster Reute bei Bad Waldsee unter einigen Coronaauflagen statt und alle Mitwirkenden waren sehr gespannt, wie man dies nach der langen Pandemiequarantänezeit bewerkstelligen wird.

Die Leitung des Energy Dance Wochenendes übernahm Jutta Geiger-Wenzler, Shiatsu Praktikerin, Energy Dance Trainerin, Gesundheitssport Trainerin mit einem sehr abwechslungsreichen Programm. bei dem es nicht an Meditation, Tanz und Entspannungsübungen mangelte.

Freitags begann die Veranstaltung mit einem Mittagessen und wurde am Sonntag nach der Kaffeezeit beendet. Während der gesamten Zeit schien die Sonne, so das auch viel auf der freien Wiese trainiert werden konnte. Der Klostergarten mit seinen herrlichen Rasenflächen bot hierzu ein ideales Terrain mit sehr schöner Aussicht auf einen Blumen- und Kräutergarten. Die Teilnehmer hatten jeweils Einzelzimmer, das Essen wurde zu festen Zeiten mit weit auseinanderstehenden Tischen eingenommen. Ein Büffet gab es nicht, das Essen wurde einzeln direkt aus der Küche serviert und die Tische immer wieder desinfiziert.

Die Energy Dance Gruppe saß untereinander auch separiert und auch bei der Meditation wurde auf die Einhaltung der Distanz geachtet. Das war für alle Teilnehmer in dieser Art neu aber auch







interessant und bald gewöhnten sie sich an das neue Miteinander, so dass die Distanz sehr bald zur Normalität wurde und auch schnell übernommen wurde und zeigte, wie einfach eigentlich eine Sportveranstaltung auch mit neuen Regeln sehr wohl mit Spaß für jeden stattfinden kann, wenn man sich an einige kleinere Verhaltensweisen hält

Der große Gemeinschaftsraum für das allabendliche Treffen aller war wegen der Hygienevorschriften natürlich geschlossen, wegen dem tollen Sonnenwetter allerdings fiel das überhaupt nicht ins Gewicht und die Teilnehmer saßen einfach auf der Wiese, unterhielten sich mit Distanz und es wurde viel gelacht.

Das Kloster bietet einen schönen Klostershop mit allerlei Büchern und Kräutern und die dort lebenden Schwestern geben sehr gerne Auskunft über ihre Arbeiten im Garten und im Hause. Das Wochenende kann als sehr gelungen bezeichnet werden, trotz oder gerade mit Corona-Distanz und zeigt wie weit man kommen und was man alles erleben kann, wenn man mit Toleranz und Spaß gemeinsam etwas erleben möchte und offen Neuerungen gegenüber steht.

Katharina Markewski

DJK | Dez. 2020 13

Tierisch gut - Sportexerzitien im Kloster Reute

Tiere gibt es ums Kloster Reute normalerweise ja reichlich. In der Regel haben die Flügel und stechen. In diesem Jahr war alles anders: Kaum Mücken, dafür Corona! Also wurde mit Abstand gesportelt, gespeist und im riesigen Kreis im großen Saal musste besonders laut gesprochen werden, damit alle was verstanden haben.

Der Stimmung tat das keinen Abbruch, alle waren froh nach eher einsamen Monaten solch ein Angebot wahrnehmen zu können. Tiere in der Bibel war das Thema und wer jetzt nur an Ochs und Esel und eventuell Schafe denkt, liegt völlig falsch. Unglaublich was Christian Turrey in der Bibel entdeckt hat.

Schon beim Kennenlernen am ersten Abend gab es Löwen, Skorpione, einen Klippschiefer, Störche und Hyänen. Ein lustiges Bibelquiz läutete den zweiten Tag ein, bevor es am Nachmittag auf die Arche ging.

Jutta Geiger-Wenzler hatte sich passend zum Thema allerlei lustige Spiele überlegt. So wurde unter anderem mit Schlägern gerudert und manch Eine sehnte sich den Berg Ararat herbei.

Fast zwei Tage Dauerregen zwangen beim Sport zu kleinen Änderungen, eine Wanderung fiel ganz ins Wasser, allerdings konnten sich dadurch alle prima in die Sintflut hineinversetzen, die in einem der beiden Bibliodramen im Mittelpunkt stand. Martin Sayer und Schwester Franziska leiteten diese an. Noah musste seine Arche trotz zaudernder Sintflut sicher steuern und Jona begegnete in der Wüste einen gefräßigen Wurm.

Pünktlich zum Start des geplanten Ausfluges ins Pfrunger-Burgweiler Ried hörte es auf zu regnen. Unglaublich welch tolle Landschaft sich ganz in der Nähe verbirgt. Hermann Bumüller führte die Gruppe umsichtig an vielen Tümpeln vorbei durch den Bannwald und berichtete anschaulich von der Entstehung des Moores. Unterwegs staksten Störche durch die Wiesen, sogar einen Schwarzstorch gab es im Flug zu bewundern. Abschließend kletterten alle noch auf den neuen Bannwaldturm von dem aus man einen herrlichen Blick über die Moorlandschaft hatte.

Unterschiedlichste Sport- und Entspannungseinheiten, ein Kinoabend und ein bewegender Abschlussgottesdienst sorgten für abwechslungsreiche Tage.

Alles war ein bisschen anders als sonst, trotzdem reisten die TeilnehmerInnen zufrieden nach Hause.

Mechthild Foldenauer



Tischtennis Saisonvorbereitung in Albstadt

Drei Tage lang wurde hart trainiert und viel geschwitzt – Mit insgesamt 40 Teilnehmer reiste unsere Gruppe dieses Jahr wieder zur Landessportschule in Albstadt Tailfingen.



Aufgrund der Corona-Verordnung musste die Gruppe allerdings für die Trainingseinheiten in zwei 20er-Gruppen aufgeteilt werden. Auch sonst gab es einige Dinge, die in diesem Jahr anders abgelaufen sind, als man es von den letzten Jahren gewohnt war.

Die Sportlerklause aufgrund von Corona geschlossen, das Schwimmbad wegen Renovierung nicht nutzbar und dann war auch noch das Wetter so kalt und regnerisch, dass alle restlichen Freizeitaktivitäten wie zum Beispiel Beachvolleyball ins Wasser fielen. Dadurch konnte der komplette Fokus auf das Hauptziel des Lehrgangs gelegt werden: die Vorbereitung auf die Tischtennis-Saison. Dafür haben die Teilnehmer von Freitag bis Sonntag in insgesamt 7 Trainingseinheiten fleißig trainiert. Mit einer komplett neuen Sporthalle und guter Verpflegung herrschten hierfür auch wieder optimale Bedingungen und einer erfolgreichen Saisonvorbereitung stand nichts im Weg.

Das Besondere am alljährlichen Trainingslager in Tailfingen ist die bunte Zusammensetzung der Teilnehmer. Von den 3.Liga-Spielern der Damen und den Herren vom DJK Sportbund Stuttgart bis hin zu den 10-jährigen Nachwuchsspielern waren Spieler jeder Altersklasse und jeder Spielstärke vertreten.

Nach der letzten Einheit waren die Teilnehmer sichtlich zufrieden mit dem Ergebnis des Lehrgangs und dennoch sehr erschöpft von dem vielen Training. Nach der Rückkehr vom Lehrgang kann nun auch wieder das alltägliche Vereinstraining aufgenommen werden, um die hoch gesteckten Saisonziele zu erreichen. Und so heißt das Motto nach diesem Wochenende: Die neue Saison kann kommen!

Bernd Müller

DJK | Dez. 2020 15

Bewegtes Wochenende in Leutkirch

Äußerlich, aber auch innerlich bewegend war in diesem Jahr das Seminar "Fit und entspannt in den Herbst".

Endete doch das sommerliche Wetter genau an diesem Wochenende mit einem Paukenschlag aus Wind und Regen und allen wurde bewusst, dass in diesem Ausnahmejahr auch Herbst und Winter eine Herausforderung darstellen werden.

Trotz Sturm und Kälte schickte Martina Petermann am Samstagvormittag alle in die Natur mit dem Leitgedanken: "wenn scheinbar nichts mehr trägt". Gut ausgelüftet und mit vielen Eindrücken und Mitbringseln beladen kehrten alle nach zwei Stunden wieder ins Haus Regina Pacis zurück.

Nachmittags griff Jutta Geiger-Wenzler mit dem FAYO-Angebot das Thema auf. FAYO steht Ernährung, Bewegung und Achtsamkeit. Bewegungs-, Dehnund Kräftigungsübungen mit unterschiedlichen Faszienrollen brachten alle auf Trab.

Eine Wortgottesfeier am Samstagabend zu Thema "Herbst" und unterschiedlichste Entspannungsmethoden rundeten das Wochenende ab.

Die perfekte Rundumversorgung im Tagungshaus, mit leckerem Essen und schönen Zimmern haben alle

wieder sehr genossen. Trotz Corona Einschränkungen, Abstand halten und festen Sitzplätzen waren alle rundherum zufrieden und glücklich, dass das Wochenende wie geplant stattfinden konnte.

Und so ging es am Sonntagnachmittag, nach einer ausgiebigen Walkingrunde rund um Herlazhofen entspannt zurück in den Alltag.

Mechthild Foldenauer





Pressemitteilung 100 Jahre DJK

Zum Gründungstag des DJK-Sportverbands: Langenfeld (16.09.2020). Der DJK-Sportverband blickt auf eine ereignisreiche hundertjährige Geschichte zurück. Am 16. September 1920 wird die "Deutsche Jugendkraft" während des Katholikentages in Würzburg gegründet.

"Heute ist der Leitsatz 'Sport um der Menschen willen', den der Gründer unseres Sportverbands, Generalpräses Monsignore Carl Mosterts prägte, gerade in Zeiten von Covid-19 aktueller denn je. Die DJKler*innen unterstützen sich durch verschiedenste Initiativen. Geistliche Impulse können Trost spenden. Der Sportbetrieb findet unter Auflagen wieder statt", sagt DJK-Präsidentin Elsbeth Beha.

Carl Mosterts, der sich Anfang des 20. Jahrhunderts

maßgeblich um die katholische Jugendbewegung verdient gemacht hat, übernimmt 1920 als Generalpräses die geistliche Führung. Der Verband erwächst aus der katholischen Jünglingsvereinigung und besteht zu

Beginn nur aus männlichen Mitgliedern. Der organisierte Sportbetrieb findet in dieser Zeit konfessionsgebunden statt.

Während der NS-Zeit wird die Deutsche Jugendkraft 1935 verboten und aufgelöst. Heute ist der DJK-Sportverband als Verband mit besonderen Aufgaben Mitglied des Deutschen Olympischen Sportbunds. Seit der Gründung hat sich viel verändert, in der Spitze des Bundesverbands stehen mit Präsidentin Elsbeth Beha, der geistlichen Bundesbeirätin Elisabeth Keilmann und der Generalsekretärin



Stephanie Hofschlaeger drei Frauen. Digitalisierung und moderne Arbeitsformen haben lange Einzug in die Arbeit gefunden.

"Der DJK-Sportverband ist die Brücke zwischen Kirche und Sport. Glaube und Sport sind unsere Stärke. Unser Hauptaugenmerk gilt dem Breitensport, der Inklusion und Integration, dem Fairplay und Antidoping. Es ist uns wichtig, dass jeder gemäß unserem Jubiläumsmotto

,Sein Bestes gibt', und dafür von uns respektiert und gewürdigt wird", erklärt Elsbeth Beha.

Das 100-jährige Jubiläum ist ein Grund, sich an Vergangenem und Gegenwärtigem zu erfreuen. Ein solcher Meilenstein heißt aber gewiss auch, den Blick in die Zukunft zu richten

und voranzuschreiten," so Beha. Heute feiert der DJK Diözesanverband Würzburg in der Gründungsstadt des Sportverbands

auf Diözesanebene ab 18 Uhr "100 Jahre DJK in Wort und Bild" im Kilianeum Würzburg (Jugendkirche). Zum Programm zählt auch die Veröffentlichung einer DJK-Chronik. Im Rahmen des Festakts wird ein Präsentkorb an den Gewinner der Jubiläumsaktion des DJKSportverbands "100 Jahre – 100 Köpfe" durch Bundessportwart Jürgen Funke übergeben.

Der Gewinner ist Wolfgang Bamberger aus dem DJK Diözesanverband Eichstätt, den die Vizepräsidentin Recht Stephanie Groß in einer Verlosung aus allen Teilnehmer*innen der Aktion gezogen hat. Der seit den 70er Jahren konfessionsoffene DJK-Sportverband hat seine eigene große Festveranstaltung am 16. Mai 2020 aufgrund von Corona abgesagt. Eine Wallfahrt mit Repräsentant*innen des Präsidiums, der DJK Diözesan- und Landesverbände,

des Diözesanverbands Bamberg und der Geistlichen Beiräte, um stellvertretend für alle DJKler*innen zu beten, ist unter Corona-Auflagen am 3. Oktober 2020 in Bamberg geplant.

Die große Jubiläumswallfahrt ist auf Oktober 2022 verschoben.

DJK | Dez. 2020 17

Bericht Gesundheits- / Präventionssport-Lehrgänge

Nach dem Lockdown im Frühjahr dieses Jahres war der DJK-Diözesansportverband Rottenburg-Stuttgart einer der ersten Verbände, der die Durchführung von Lehrgängen für die Mitglieder wieder angeboten hatte.

So fand Ende Juni 2020 der Lehrgang mit dem Schwerpunkt "Engpassdehnungen nach L&B" in Wernau mit insgesamt 6 Teilnehmerinnen statt.

Unter Beachtung der geltenden Hygiene- u. Sicherheitsmaßnahmen wurde dieser Lehrgang durchgeführt und auch die Angestellten im Bildungshaus in Wernau freuten sich über die ersten Gäste nach dem Lockdown.

Engpassdehnungen lassen sich kurz folgendermaßen erklären:

Durch das Drücken bestimmter Schmerzpunkte am Knochen, nämlich genau dort, wo Muskeln und Faszien ansetzen und Engpässe geöffnet werden wollen, erhält das Gehirn die Botschaft "Du kannst die Fehlspannung jetzt loslassen". Und genau das tut es dann, meist innerhalb weniger Minuten.

Die Folge davon: die Schmerzen sind weg.

Um einen nachhaltigen Erfolg zu erzielen, kommt es dabei auf 3 Dinge bei der Schmerzbehandlung an:

- 1. Die Häufigkeit
- 2. Die Dauer
- 3. Die Intensität





Durchgeführt wurde dieser Lehrgang von Jutta Geiger-Wenzler, ausgebildete Schmerzspezialistin.

Die Teilnehmerinnen erfuhren während des Tages viel über die verschiedenen (Schmerz-) Drückerpunkte und alle waren am Ende sehr froh, bei diesem ersten Lehrgang nach dem Lockdown dabei gewesen zu sein.

Da die Nachfrage nach diesem Lehrgang sehr groß war – unter Beachtung der Hygiene- u. Sicherheitsbestimmungen der CORONA-Verordnung jedoch nur eine bestimmte Anzahl an Teilnehmer berücksichtigt werden konnte, wurde kurzfristig ein zweiter Lehrgang zu dem Thema "Engpassdehnungen" Anfang Juli, ebenfalls in Wernau durchgeführt.

Auch hier waren die Teilnehmer u. Teilnehmerinnen begeistert vom Wissen der Referentin und von der Art und Weise, wie das Wissen an den Mann, bzw. die Frau gebracht wurde.

Ein weiterer Lehrgang im Bereich Gesundheitssport fand am 24.10.20220 in Wernau statt.

Dieser Lehrgang, der ebenfalls wieder von Jutta Geiger-Wenzler durchgeführt wurde, stand unter dem Motto: FAYO® - was bedeutet:

- Food auf die Ernährung achten
- Awareness Achtsamkeit / Meditation
- Yoga Faszien-Yoga
- Om Ganzheitlichkeit = yogisch leben

An diesem Lehrgang waren die 13 Teilnehmerinnen mit Begeisterung dabei, die verschiedenen Aspekte von FAYO® kennenzulernen.

Die Referentin teilte viel von ihrem Wissen mit und hatte zur Abrundung auch eine Menge praktische Ratschläge und passende Lektüre mit im Handgepäck.

Außerdem wurden den ganzen Tag über die Faszien- und Kugelrolle in praktischen Einheiten angewandt. Von Bedeutung bei FAYO® ist nicht nur die praktische Übung mit verschiedenen Rollen – vielmehr geht es um Achtsamkeit dem eigenen Körper und den Mitmenschen gegenüber. Und nicht zuletzt ist auch die gesunde Ernährung bei FAYO® ein weiterer Baustein der Lebensphilosophie.

Von all' dem konnten die Teilnehmerinnen sehr viel mit nach Hause nehmen.

Jürgen Wenzler





DJK | Dez. 2020

Voller Einsatz für Integration

Beim DJK Sportbund Stuttgart kümmert sich ein Team nicht nur um aktuell Geflüchtete, sondern auch um Migranten der zweiten und dritten Generation

"Tischtennis", sagt Stefan Molsner, "ist international, weltweit wird nach denselben Regeln gespielt." Entsprechend stolz ist der Vorsitzende des DJK Sportbund Stuttgart auch, wie international sich sein Vereinbdarstellt. Doch ein Selbstläufer ist dies nicht. Beim mit etwa 420 Mitgliedern größten Tischtennisverein Deutschlands gehen Molsner und sein Team die Integration von Menschen mit Fluchtund Migrationsbiographie offensiv an, indem sie immer wieder Kurse für diese Zielgruppe starten.

Nicht nur deshalb wurde der Verein zum Stützpunktverein im Bundesprogramm "Integration durch Sport" des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB), gefördert aus Mitteln des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat.

Rassismus hat in diesem Verein keinen Platz

Schon vor vielen Jahren haben die Mitglieder des DJK Sportbund Stuttgart ein Leitbild für den Verein entwickelt. Darin heißt es unter anderem: "Der Sportler und der Mensch steht im Mittelpunkt. Wir fördern das soziale und demokratische Engagement von Kindern und Jugendlichen.

Gewalt und Rassismus haben in unserem Verein keinen Platz." Dies steht nicht nur auf einem Papier, sondern danach wird auch gehandelt. Als vor fünf Jahren unzählige Geflüchtete in einer Unterkunft in der Nähe der Turnhalle in Stuttgart-Berg angekommen waren, hat Molsner diese sofort ins Training eingeladen. Etwa 20 Menschen sind zu diesen Flüchtlingskursen gekommen. "Damit diese nicht alleine vor sich hinspielen, haben wir auch Trainer hingeschickt", erzählt der Vorsitzende. Schon nach wenigen Wochen wurden die Neuankömmlinge von bereits bestehenden Trainingsgruppen aufgenommen.







Von der Geflüchteten zur Tischtennis-Trainerin

Eine dieser Geflüchteten war Mina Ahmadi. Die junge Frau hatte schon in ihrem Geburtsland Iran Tischtennis gespielt. In Stuttgart angekommen, kam sie schon bald jeden Tag ins Training. Doch sie wollte mehr, also machte sie den Trainerschein. "Mina kann sehr gut mit jungen Mädchen umgehen", sagt Molsner mit Stolz in der Stimme, "sie ist eine große Stütze im Training." Nicht nur, weil Ahmadi sehr gut deutsch spricht, ist sie ein Paradebeispiel für gelungene Integration.

Integration bedeutet beim DJK Sportbund Stuttgart, sich nicht nur um neu Angekommene zu kümmern. "Wir integrieren auch solche, die schon länger in Deutschland sind", erläutert der DJK-Vorsitzende. Migranten der zweiten oder gar der dritten Generation. Wie das gelingt? Wichtig sei,

so Molsner, dass man keine separaten, sondern gemeinsame Kurse anbiete.

Jeder kann teilhaben, ob mit oder ohne Handicap

Neben der Integration wird beim DJK Sportbund Stuttgart auch intensiv die Inklusion gelebt. Selbstverständlich wird mit dem Württembergischen Behinderten- und Rehabilitationssportverband (WBRS) kooperiert, einzelne Mannschaften nehmen an dessen Spielbetrieb jedoch nicht teil. "Bei uns werden Menschen mit Behinderung in die normalen Teams integriert", sagt Molsner. So wie Sarah Kornau. Nach einer Lebertransplantation sitzt die junge Frau im Rollstuhl. Aufs Tischtennis spielen möchte sie weiterhin nicht verzichten. Und fordert ihre Gegnerinnen auf, keine Rücksicht auf ihr Handicap zu nehmen. "Ihr dürft auch mal gemein spielen, ihr müsst

mit mir nicht sachte umgehen", sagt sie

Gerade das Miteinander zwischen Menschen mit und ohne Behinderung stand beim Integration-Regio-Cup im Mittelpunkt. Ein Rollstuhlfahrer bildete mit einem Jugendspieler ein Team. "Es war interessant zu sehen, wie die Jugendlichen mit dieser Situation umgehen und reagieren", sagt Molsner, "uns ist es einfach darum gegangen, Berührungsängste abzubauen." Zu 99 Prozent sei es gut gelaufen, so Molsner. Ziel erreicht. Insofern klingt es glaubhaft, wenn Sarah Kornau behauptet: "Beim Sportbund wird Inklusion in vielerlei Hinsicht wirklich gelebt." Doch nicht nur die Inklusion wird aktiv gelebt, sondern auch die Integration.

Autor Klaus-Eckhard Jost /WLSB, SPORT in BW, Ausgabe WLSB-10/2020

DJK | Dez. 2020 21

Bundesjugendtag 2020 in Dortmund

Andreas Stöhr und Samuel Brunkel von der DJK-Ehingen neu in der Bundesjugendleitung. Der diesjährige Bundesjugendtag der DJK Sportjugend in Dortmund bleibt den Teilnehmenden ganz besonders in Erinnerung.



Nicht nur weil der Bundesjugendtag die erste Veranstaltung der DJK Sportjugend im einhundertsten Jubiläumsjahr des DJK-Sportverbandes ist und somit den Auftakt zu den vielen Feierlichkeiten 2020 bildet, sondern auch wegen drei Fliegerbomben aus dem 2. Weltkrieg und deren Entschärfungen, welche dazu geführt haben, dass der Bundesjugendtag anstatt drei, leider nur zwei Tage dauern konnte. Die ca. 120 Teilnehmenden, bestehend aus Delegierten, Gästen der Politik, Religion und dem Sport, sowie den hauptamtlichen Mitarbeitern und allen voran dem Ausrichter der Veranstaltung, die Jugendleitung des DJK DV Paderborn, haben sich das Motto des Jubiläumsjahrs "Sein Bestes geben" zu Herzen genommen und allen Widrigkeiten

zum Trotz, die Veranstaltung zu einem großartigen Erlebnis werden lassen. Nach den üblichen Administrativen Tätigkeiten versammelten sich die Teilnehmenden im Plenarsaal des Lensing-Carrée Conference Center, einem sehr modernen Tagungsort inmitten der Dortmunder Innenstadt, welcher optimale Bedingungen für die Gremien-Arbeit bot. Der Einstieg hatte es in sich, nach der offiziellen Begrüßung durch die Bundesjugendleiter Saskia Zitt und Simon Winter und den darauffolgenden Grußworten der Präsidentin des DJK-Sportverbands, Elsbeth Beha, sowie des Vorsitzenden des DJK DV Paderborn, Sven Beulshausen, durften in diesem Jahr zum ersten Mal die Bundesfreiwilligendienstleistenden und gewählten DJK-Freiwilligendienstsprecher, Dana Homann und Marvin Kinzer, die Delegierten und Gäste begrüßen. Hierbei lobten diese, den von der DJK Sportjugend eingeschlagenen Weg der eigenen Trägerschaft im Bundesfreiwilligendienst und der damit verbundenen Engagement-Förderung insbesondere von jungen Engagements, forderten aber zugleich ein, sich weiterhin stark für eine Verbesserung der Rahmenbedingungen für Freiwillige einzusetzen, wie z. B. durch die Forderung "Freie Fahrt für Freiwillige". Im Anschluss wurden alle zurzeit beschäftigten Freiwilligendienstleistenden, sowie die in diesem Jahr besonders zahlreich vertretenden Newcomer, also die Teilnehmenden, die das erste Mal bei einem Bundesjugendtag dabei sind, begrüßt und vorgestellt.

Ein besonderes Zeichen setzte die Bundesjugendleitung in dem sie das Thema der Prävention von sexueller Gewalt im Sport (PSG) ganz zu Beginn der Sitzung platzierte. Professor Dr. Bettina Rulofs, DJK Ethikpreisträgerin und Expertin im Themengebiet PSG hielt einen gleichermaßen informativen, wie bewegenden Vortrag, welcher den Betroffenen von sexueller Gewalt im Sport eine Stimme verleiht und durch die wissenschaftliche Aufarbeitung des Forschungsprojektes "VOICE", Handlungsempfehlungen für Verbände ableitet.

Die Gremienarbeit, die am Freitag und Samstag erfolgte und mitunter durch rege Diskussionen begleitet wurde, kam auch dieses Jahr wieder zu wichtigen



und notwendigen Entscheidungen für die Ausrichtung und Handlungsfähigkeit der DJK Sportjugend. Allen voran galt es 2020 wieder eine neue Bundesjugendleitung zu wählen. Saskia Zitt wurde als Bundesjugendleiterin wiedergewählt, ihr zur Seite steht der neu gewählte Bundesjugendleiter Fabian Pieters, welcher zuvor die Position des Beisitzers bekleidete. Als stellvertretende Bundesjugendleiterin wurde Lavinia Schuller wiedergewählt. Als stellvertretender Bundesjugendleiter wurde Simon Winter neu gewählt, Winter bekleidete zuvor die Position des Bundesjugendleiters. Als Beisitzer wurden Daniel Schnack, ehemals stellvertretender Bundesjugendleiter, Nina Wagner, Samuel Brunke und Andreas Stöhr gewählt.

Das Rahmenprogramm des Bundesjugendtages musste aufgrund der oben bereits beschreibenden Problematik leider an vielen Stellen verkürzt werden, so dass verschiedene geplante Programmpunkte, wie z. B. der Besuch des Fußballmuseums oder diverse Sport- und Kulturangebote nicht wie geplant stattfinden konnten. Natürlich hat es dennoch am Freitag ein Friedensgebet an der Friedenssäule in Dortmund und am Samstag einen kreativen und bewegten Gottesdienst gegeben, welcher wie es sich für einen katholischen Sportverband schickt, stilecht in einer Sporthalle zelebriert wurde.

Veröffentlicht am 31. Januar 2020 von DJK Sportjugend

(www.djk-sportjugend.de/2020/01/31/bundesjugendtag-2020-in-dortmund)



DJK | Dez. 2020

23

DJK-Wallfahrt light Beten für alle DJKler*innen

In Zeiten von COVID-19 ist alles anders. Auch die Wallfahrten im DJK-Sportverband.

Es war alles für die große DJK-Jubiläumswallfahrt hervorragend geplant und hätte so schön sein können: die DJK-Gemeinschaft mit mehr als 1000 Teilnehmenden 2020 zum Jubiläum in Bamberg erleben zu können. Am Samstag-Abend sollten ursprünglich in den DJK-Vereinen in der Bamberger Umgebung verschiedene Feiern, Feste und Begegnungsmöglichkeiten für die Wallfahrer angeboten werden. Wenn nicht die Corona-Pandemie die Pläne umgeworfen hätte. Und doch musste zumindest nicht alles ausfallen. Eine Wallfahrt mit 38Repräsentant*innen des Präsidiums, der DJK Diözesan-und Landesverbände, des Diözesanverbands Bamberg, der Geistlichen Beiräte und der DJK Sportjugend ist am 3. Oktober 2020 in Bamberg unter Corona-Auflagengestartet. Dafür ist der DJK-Sportverband dankbar.

Ab12:00 Uhr pilgerten die Wallfahrer*innen vom Bistumshaus St. Otto in Bamberg an der Regnitz und Oberen Brücke zum Bamberger Dom. Es gab vier Stationen zum Innehalten. Schon rein optisch hob sich diese Wallfahrt von allen vorherigen Wallfahrten des DJK-Sportverbands ab, denn alle Teilnehmer*innen trugen DJK-Alltagsmasken und schlossen all diejenigen in ihre Gebete ein, die an diesem Tag aufgrund der durch COVID-19 bedingten deutlich reduzierten Teilnehmerzahl nicht mit dabei sein konnten.

DJK-Präsidentin Elsbeth Beha sagte: "Gerade in Zeiten von COVID-19 möchten wir besonders für diejenigen beten,



die heute nicht dabei sein können, da unsere große Jubiläumswallfahrt mit über tausend Teilnehmer*innen verschoben wurde."

Die erste Laufstrecke unter dem Leitspruch des DJK-Sportverbands "Sport um der Menschen willen" führte 20 Minuten durch das Haingebiet. Ziel der zweiten Station war die Schleuse am Alten Kanal. Die Wallfahrer*innen blickten auf St. Stefan, Concordia, die Mühlen und hatten eine gute Sicht auf den Dom. Der theologische Schwerpunkt dieses Streckenabschnitts lag auf "Kaiser Heinrich als Patron der DJK".

Die zweite Laufstrecke führte am Kanal, der Nonnenbrücke über Geyerswörth vorbei, hin zur oberen Brücke. Nach 15 Minuten erreichten die Wallfahrer*innen die dritte Station auf der Oberen Brücke vor der Kreuzigungsgruppe. "Maria Magdalena als zweite Patronin der DJK" war das Thema dieser Etappe.

Die dritte Laufstrecke ging in Richtung Karolinenstraße und schließlich zum Dom. Thematischer Schwerpunkt dieses Streckenabschnitts war das DJK-Jubiläumsmotto "Sein Bestes geben".

Die Heilige Messe mit Einzug der DJK-Bannerträger durch das Fürstenportal des Doms ab 14:00Uhr fand mit Erzbischof Ludwig Schick in Konzelebration mit Weihbischof Jörg Michael Peters statt. Der Gottesdienst konnte über einen Livestream auf der Homepage des Erzbistums Bamberg und auf der Homepage und Facebookseite des



DJK-Sportverbands verfolgt werden. Im Rahmen der Messfeier wurde die heilige Maria Magdalena als zweite DJK-Patronin eingesetzt und feierlich verkündet. Papst Franziskus hat die heilige Maria Magdalena 2016 den Aposteln gleichgestellt. Eine Frau hat den gleichen liturgischen Rang wie die Apostel.

"Unsere DJK-Patronin Maria Magdalena steht für den Glauben in Bewegung.
Wir haben uns heute im Gebet für alle
DJKler*innen auf den Weg gemacht. In
unserer DJK-Wallfahrt kommen die drei
Säulen des Verbands –Sport, Gemeinschaft, Glaube zusammen: Wir setzen
uns in Bewegung. Geistig und körperlich," sagte die Geistliche DJK-Bundesbeirätin Elisabeth Keilmann.

Die Kollekte des Gottesdienstes in Höhe von 220Euro wurde für die DJK-Challenge "Sein Bestes geben" eingesetzt, um als Nothilfe während der Corona-Pandemie Menschen in Paraguay zu unterstützen.

Der Bamberger Erzbischof Ludwig Schick hat zum 100. Jubiläum des DJK-Sportverbandes im Bamberger Dom die Bedeutung von Sport betont. "Der Sport schafft Gemeinschaft und verbindet. Sport hilft, die Talente und Fähigkeiten, die jeder hat, zu entdecken", sagte Schick und fügte hinzu: "Sport macht auch achtsam und rücksichtsvoll füreinander. Er hilft, dass wir entdecken, was wir sind und können und wie wir es für die Mannschaft und die ganze Gemeinschaft nutzbringend

und segensreicheinsetzen können. Was man im Sport entdeckt und einübt, kann man für jede andere Gemeinschaft,in der Familie, in der Arbeit, in der Politik und überalleinsetzen", so Erzbischof Schick. Schick betonte, der DJK sei als kirchlicher Verband gegründet und für die Auftragserfüllung der Kirche unabdingbar. Mit Weihbischof Peters und ihm seien der Sportbischof der Bischofskonferenz und der sportlichste Bischof der Bischofkonferenz zur Feiergekommen, scherzte Schick und betonte: "Das soll ausdrücken, dass Sport auch uns Bischöfen sehr wichtig ist."

Der DJK-Sportverband dankt dem Planungsteam der DJK-Wallfahrt herzlich, bestehend aus der Geistlichen Bundesbeirätin Elisabeth Keilmann, dem stellvertretenden Geistlichen Bundesbeirat Pfarrer Erhard Bechtold, Pfarrer Helmut Hetzel, Geistlicher Beirat des DJK DV Bamberg, Matthias Distler, Diözesanvorsitzender DV Bamberg, dem Bildungsreferenten des DJK DV Bamberg, Herbert Schröder, für die hervorragende Planung und Durchführung der Wallfahrt in Zeiten von COVID-19. Die große Bundeswallfahrt des DJK-Sportverbands in Bamberg soll jedoch nicht ganz ausfallen und ist für den 2. Oktober 2022 geplant. Im selben Jahr findet auch das DJK-Bundessportfest in Schwabach statt. Großereignisse, auf die sich die DJK-Gemeinschaft freuen kann.

Alexandra Schüttler

DJK | Dez. 2020 25

Forum

DJK Ludwigsburg: DJK-Ehrenvorsitzender Hajo Müller ist 90 – Überraschungsbesuch für das Gründungsmitglied – über Jahrzehnte an der Vereinsspitze

Er ist ein Urgestein der DJK Ludwigsburg: Hajo Müller. Im Frühjahr hat der DJK-Ehrenvorsitzende seinen 90. Geburtstag gefeiert.

Müller war Gründungsmitglied, als die Deutsche Jugendkraft (DJK) 1954 in Ludwigsburg wieder ins Leben gerufen wurde. Und er setzte sich von Anfang an unermüdlich für seine DJK ein. Er leitete zunächst über viele Jahre die Fußballabteilung des Vereins. Von 1971 bis 2008 war er Vorsitzender des Vereins mit knapp 700 Mitgliedern. In diesen 37 Jahren war er für den Verein ständig unterwegs und knüpfte und pflegte wichtige Kontakte zu den Verantwortlichen im Ludwigsburger Sportgeschehen.

So wundert es nicht, dass er für sein erfolgreiches Engagement schon viele Ehrungen und Auszeichnungen erhalten hat: vom Verein, von den verschiedenen Sportverbänden, u.a. dem DJK-Diözesansportverband, von der Stadt Ludwigsburg und vom Land Baden-Württemberg.

Seit 2009 ist Hajo Müller Ehrenvorsitzender der DJK Ludwigsburg. Er ist aber damit nicht in den Vereinsruhestand getreten. Er nimmt noch immer aktiv am Vereinsleben teil. Und wenn er gebraucht wird, und das ist öfter der Fall, ist er stets bereit und hilft seiner DJK weiterhin.

Hajo Müller feierte seinen Geburtstag im Kreise seiner Familie. Er war aber freudig überrascht, als ihn völlig unangemeldet langjährige Weggefährten aus dem Sportbereich "überfielen" und ihm zu seinem 90. Geburtstag gratulierten. Es waren seine alten Wegbegleiter von früher: vom Verein, Sportamt, Stadtverband für Sport, Sportkreis und DJK-Diözesansportverband.

Getoppt wurde die Überraschung durch den Besuch von Oberbürgermeister

Matthias Knecht. Er ließ es sich nicht nehmen, einem altgedienten, erfolgreichen Sportfunktionär an seinem Ehrentag seine Glückwünsche persönlich auszusprechen.

Aus der Ludwigsburger Kreiszeitung von Hans Loreth





Impresum

Herausgeber:

DJK Geschäftsstelle Jahnstrasse 30 70597 Stuttgart

Telefon: 07 11.97 91-4780 E-Mail: djk@blh.drs.de

Erscheinungsweise: zweimal jährlich

Auflage: 600

Redaktion:

Mechthild Foldenauer, Katharina Markewski

Layout: Scharmantes Design,

www.scharmant.de

Druck und Versand: IVS Deizisau Recyclingpapier, Blauer Engel

Bildquellen:
Titel: Foto von Nick_H auf pixabay

S. 2: shutterstock © Lisa Kolbasa

S. 4/5: Foto von pixel2013 auf pixabay

S. 6: Foto von R. by R.B. auf pixelio

S. 7: Foto von Dieter Schütz auf pixelio

S. 11 shutterstock © rvika

Seite 11: Foto von Verana N. auf pixelio S. 12 shutterstock © Pressmaster S. 23: shutterstock © Lisa Kolbasa

S. 27: Lumixera – stock.adobe.com U4: shutterstock © Lisa Kolbasa

alle anderen Fotos DJK-Diözesansportverband



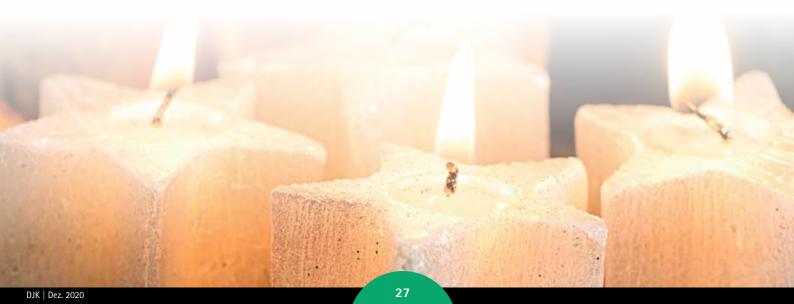
Geschäftsführerin Mechthild Foldenauer: 07 11.97 91-4781



Sekretariat Andrea Lux: 07 11.97 91-4782



Jugend- und **Sportreferent Alexander Schreiner:** 07 11.97 91-4783



SPORT VOR ORT





DJK Geschäftsstelle Diözese Rottenburg-Stuttgart Telefon: 07 11.97 91-4782 E-Mail: djk@blh.drs.de Jahnstrasse 30 70597 Stuttgart