

# ZWISCHENPULS

Brücke zwischen Sport und Kirche

Magazin des DJK-Diözesanverbandes München und Freising – März 1-2021



Spiritualität des Unterwegsseins

Rad fahren

Texte

Impulse

Gebete

**DJK**

DJK-Sportverband e.V.



## **Wir nehmen Abschied**

### **DJK DV Vorsitzender Passau Klaus Moosbauer (72) gestorben. Sein Wirken im DJK-Verband:**

Als Vorstand eines DJK-Vereins war Klaus Moosbauer natürlich bei allen Veranstaltungen des Diözesanverbandes Passau nicht nur dabei, sondern brachte sich vorbildlich in den DJK-Gedanken ein. Im Jahre 1996 haben ihn die Vereinsvertreter deshalb zum stellvertretenden Diözesanvorsitzenden gewählt, 1999 übernahm er den Diözesanvorsitz und war damit schlagartig für diesen riesigen Sportverband mit seinen damals rund 33 000 Mitglieder zuständig. Schnell zeigte sich, dass die Verantwortlichen eine gute Wahl getroffen hatten, besaßen doch die Vereine mit ihren Anliegen für Moosbauer stets oberste Priorität. Mancher Verein erinnert sich noch gerne an die Unterstützung Moosbauers bei diversen Projekten. Der Verstorbene blickte aber auch über den Tellerrand seines Sportverbandes hinaus. So organisierte er zusammen mit den Diözesen Budweis in Tschechien und Linz in Oberösterreich alle Jahre gemeinsame Familiensportwochen.



Von 2001 an bekleidete der Verstorbene bis zu seinem Ruhestand 2012 auch in Personalunion das Amt des hauptamtlichen Diözesan-Geschäftsführers mit Sitz am Domplatz in Passau, das heute Ralph Müller innehat. Von diesem Areal aus gibt es durch das Zentrum von Passau seit dem Jahre 2000 einmal jährlich den Domlauf mit zuletzt weit über 1000 Teilnehmern, der von Klaus Moosbauer ins Leben gerufen und federführend organisiert wurde. Im Jahre 2003 wurde Moosbauer auch zum Präsidenten des DJK-Landesverbandes Bayern mit seinen 427 Vereinen und 210 000 Mitgliedern gewählt, dessen Ehrenpräsident er bis zu seinem Tode war.

**Es gibt so viel mehr zu erzählen von Klaus Moosbauer. Viel Persönliches sowie über seine Ehrungen. Schaut daher gerne auf diesen Link: [www.djk-dv-passau.de/](http://www.djk-dv-passau.de/).**

## **Inhalt**

### **was uns bewegt**

Trauer um Verstorbene ..... 2-4

### **spirituell**

Okumene ..... 5-6  
Spiritualität des Unterwegsseins ... 7-8  
Gebete ..... 8  
Exerzitionsangebote ..... 9-12

### **sportlich**

DJK Spielesammlung ..... 13  
Göttinger Sportakrobaten ..... 13

### **informativ**

Entlastung für Vereine ..... 14  
DJK Nußdorf freut sich ..... 14  
DJK-Online-Campus ..... 15  
DJK Sonderförderprogramm ..... 17

### **Das „Mehr“ der DJK**

DJK Challenge für Paraguay .... 18-19  
Weihnachtsaktion DJK Traunstein 20

### **Für alle und jeden**

Bundesfachwart Turnen ..... 21  
BLSV Sportversicherung ..... 22  
Vorlaufseminar ÜL online ..... 23

### **Terminplanung**

Termine ..... 24  
Impressum ..... 24

**Der DJK-Sportverband Diözesanverband Eichstätt e.V. trauert um seinen ehemaligen geistlichen Beirat Domkapitular em. Msgr. Rainer Brummer.**

Seinen Dienst als geistlicher Beirat beim DJK-Sportverband in der Diözese Eichstätt hat er vom 28.10.1990 bis 23.04.2016 ausgeübt. Als sportbegeisterter Priester hat er diese Aufgabe gerne wahrgenommen und hat viele Sportlerinnen und Sportler in den einzelnen Vereinen und im Verband geistlich begleitet. Besonders bei der DJK Abenberg als seinem Heimatverein und der DJK Ingolstadt, bei der er viele Jahre als Geistlicher Beirat gewirkt hat, wird man ihm stets verbunden bleiben.

Hervorzuheben sind die alle drei Jahre stattfindenden DJK-Diözesanwallfahrten, die er inhaltlich vorbereitet und begleitet hat. Ebenso hat er bei den DJK-Diözesantagen und den Vorständeseminaren die Funktionäre geistlich begleitet und sie durch seine Predigten für ihren Dienst gestärkt und gefördert. 2016 legte er seine Aufgabe als Präses im DJK-Diözesanverband nieder. Als Dank und Anerkennung wurde ihm der Titel „Ehrenpräses“ verliehen. Auch auf Landes- und Bundesebene war er tätig. 2005 wurde ihm der Ehrenbrief des Bundesverbandes verliehen.



Und plötzlich ist da neben allem Schmerz eine tiefe Dankbarkeit.  
Dankbarkeit für gemeinsame Jahre, für Liebe und Nähe -  
für einen unvergesslichen Menschen.  
Die Erinnerungen an dich werden uns begleiten.

Wir nehmen schweren Herzens Abschied von meinem geliebten Mann, Vater, Schwiegervater, Opa und Uropa



München - Fasangarten

## Ludwig Lechner

Hotelkaufmann

\*23.08.1941 + 16.12.2020

In Liebe und Dankbarkeit  
Elfriede Lechner, Ehefrau  
Ludwig Lechner, Sohn, mit Familie  
Peter Lechner, Sohn, mit Familie  
Im Namen aller Verwandten.



## **Herbert Grillenbeck - ein besonderer Mensch und ein besonderer Abschied**

Herbert Grillenbeck ist vor Kurzem verstorben.  
Den nachfolgenden Post in facebook hat er sicher noch selbst veranlasst.

Wir haben im Namen des DJK-Sportverbands der Familie unser Beileid zum Ausdruck gebracht und auch ein Kondolenzschreiben geschickt.

Die Beisetzung war letzte Woche im kleinsten Familienkreis.  
Die Urnenbeisetzung wird in ca. vier Wochen sein, sobald uns der genaue Zeitpunkt und die Teilnahmemöglichkeiten bekannt sind, werden wir das mitteilen.



Herbert war schon vor mehr als 20 Jahren in der DV-Sportjugend aktiv, zusammen mit Peter Veth einige Jahre mit dem Thema Inklusion beauftragt und war, soweit es seine Gesundheit ermöglicht hat, noch als Delegierter in der ARGE (Arbeitsgemeinschaft der katholischen Verbände in München) für uns tätig.

Dafür sind wir sehr dankbar,  
wir werden ihm ein ehrendes Gedenken bewahren.

*Johann Grundner für den DJK-Sportverband*

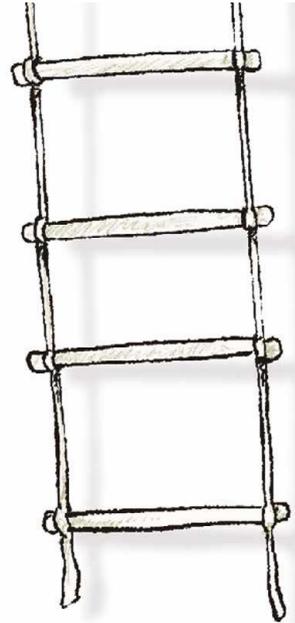
Grillenbeck Herbert  
12 Std. · 🌐

Liebe Freunde, liebe Kollegen und alle die gerne mit mir Zeit verbracht haben. DIE ENGEL haben mich heute auf meiner letzten Reise begleitet, nach schwerer Krankheit.. Ich sag servus macht es gut.  
Alles Liebe herbert:)



## Liebe ökumenisch Interessierte,

seit März 2020 findet auch alles ökumenische Miteinander unter besonderen Bedingungen statt und Veranstaltungen wie der Ökumenische Kirchentag in Frankfurt unter dem Motto „Schaut hin“, auf den sich viele gefreut haben, finden nun als Onlineveranstaltung statt. Trotzdem ist in vielen Gemeinden die Ökumene weiterhin lebendig. Was an kreativen Aktionen und gemeinsamen Gottesdiensten verwirklicht wird, stärkt Menschen im Glauben, bietet Halt und Zuversicht. Gerade die Vielfalt der verschiedenen spirituellen Traditionen birgt dabei ungeahnte Schätze, die gehoben werden wollen. Einige Ideen, wie das auch coronakonform gehen kann, möchten wir hier mit Ihnen teilen. Deshalb laden wir Sie im Jahr 2021 ein, gemeinsam hinzuschauen, was Ihnen und anderen im Leben und im Glauben Halt gibt, und ein spannendes ökumenisches Jahr zu entdecken. Wir möchten Sie ermuntern, neue Formen der ökumenischen Gemeinschaft auszuprobieren und schon gewachsene Kontakte zu vertiefen. Gehen Sie auf eine ökumenische Entdeckungsreise – wir unterstützen Sie dabei! [www.was-gibt-halt.de](http://www.was-gibt-halt.de)



## Was gibt Halt? SCHAUT HIN Kommen Sie mit auf eine ökumenische Entdeckungsreise!

### ERSTER REISEABSCHNITT

## Das gibt mir Halt

Spirituelle Impulse aus der Vielfalt der Ökumene

### ZWISCHENHALT

## Gemeinschaft gibt uns Halt

Ökumenisch spazieren gehen – gerade angesagt wie nie vom 4. bis 25. April 2021

Wir haben Impulskarten zum Mitnehmen als Download oder zum Bestellen.

### ZWEITER REISEABSCHNITT

## Das gibt anderen Halt

Ökumenisches Fensterln – schauen Sie rein bei ökumenischen Partnern vom 26. April bis 12. Mai 2021

### ABSCHLUSS

## Ökumenischer Kirchentag dahoam

Beteiligung und Mitfeiern beim digitalen Programm des 3. Ökumenischen Kirchentages in Frankfurt

vom 13. bis 16. Mai 2021

vom 20. Februar bis 27. März 2021

### Hier finden Sie uns:

Kreativ, ökumenisch und – so lange noch nötig – coronakonform auf unserer Homepage:

[www.was-gibt-uns-halt.de](http://www.was-gibt-uns-halt.de)

**Der Gewinn:**

Menschen erfahren Stärkung und Bereicherung auf ihren eigenen Wegen, lernen Christen\*innen aus anderen Kirchen als Suchende und Findende kennen und entdecken deren Schätze.

**Die möglichen Kooperationspartner:**

Neben evangelisch-lutherischen und römisch-katholischen Christen, die sich oft schon kennen, leben in Oberbayern auch viele Mitglieder anderer Kirchen als spannende Partner und Interessierte. Die multilaterale Ökumene in Ihrer Nähe finden Sie auch über die Homepage der Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen (ACK) in Bayern: [www.ack-bayern.de](http://www.ack-bayern.de).

**Informationen und Material zum Download:**

Auf unserer Homepage [www.was-gibt-halt.de](http://www.was-gibt-halt.de) finden Sie alle Informationen und Materialien, außerdem das Logo mit zwei weiteren Varianten und einen Plakatvordruck, den Sie für Ihre Aktionen und Einladungen anpassen können.

**Teilen Sie die Ergebnisse Ihrer Entdeckungsreisen:**

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie über die Homepage Ihre Ideen, Aktionen und Erfahrungen mitteilen möchten und wir diese veröffentlichen dürfen. Damit auch andere Gemeinden davon inspiriert werden können und so zum Abschluss ein buntes Bild unserer vielfältigen Ökumene vor Ort entsteht.

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Gerne stehen Ihnen die nachfolgend genannten Ansprechpartner\*innen telefonisch und über E-Mail zur Verfügung.

**Anika Sergel-Kohls**, Evangelischer Kirchenkreis München und Oberbayern,

Tel: 089 / 5595 320 E-Mail: [anika.sergel-kohls@elkb.de](mailto:anika.sergel-kohls@elkb.de)

**Florian Schuppe**, Fachbereich Ökumene,

Tel. 089 / 2137 2367 E-Mail: [oekumene@eomuc.de](mailto:oekumene@eomuc.de)

**Michael Bayer**, Diözesanrat der Katholiken,

Tel: 089 / 2137 1461 E-Mail: [mbayer@eomuc.de](mailto:mbayer@eomuc.de)

Wir freuen uns, dass die Ökumene gerade auch in dieser herausfordernden Zeit lebt und wächst. Diesen Aufbruch gilt es weiter zu stärken.

In ökumenischer Verbundenheit grüßen Sie herzlich

**Dr. Armin Wouters**

Ordinariatsdirektor Erzbischöfliches Ordinariat

**Christian Kopp**

Regionalbischof im Kirchenkreis München und Oberbayern

**Prof. Dr. Hans Tremmel**

Vorsitzender des Diözesanrates der Katholiken

## Spiritualität des Unterwegsseins RAD FAHREN

Ein Blick in das Impulsheft „Spiritualität des Unterwegsseins RAD FAHREN“

Impulssammlung von DJK-Referent\*innen

für Sie persönlich oder als Einstieg für Vorstandssitzungen, Abteilungsver-sammlungen und andere Anlässe.

Einmal eine Sitzung beginnen mit der Frage: Mit welcher Einstellung bin ich denn eigentlich gerade da? – Eine Frage, die sich in vielen Lebenssituationen durchspielen lassen könnte!

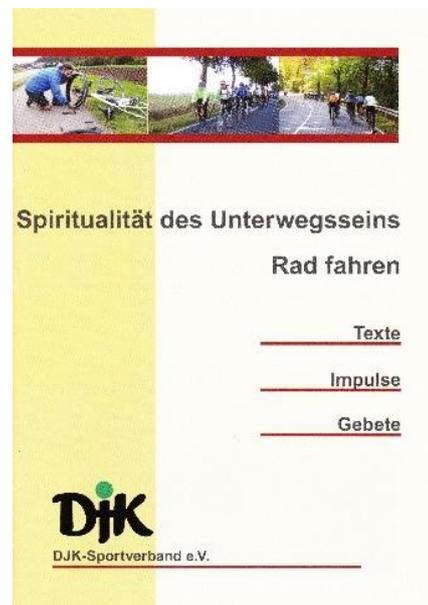
Auslöser dieser Frage war die Überschrift „Impuls zur Sattelleinstellung“ in dem Heftchen: „Spiritualität des Unterwegsseins. Radfahren“ (S. 20). Auf die richtige Einstellung kommt es an, damit ich die richtige Kraftübertragung und eine möglichst gesunde Körperhaltung habe. Wenn nicht, die

Konsequenzen drängen sich auf: es geht nichts voran, man wird unzufrieden, Spannungen bauen sich auf, die körperlich zu spüren sind in Kreuz und Knien.

Die vielfältigsten Aspekte des Radfahrens und des Drumherums werden in dem Heftchen aufgegriffen und dienen als erhellender Ansatz dafür, unser Leben besser zu verstehen. Habe ich die richtige Einstellung im Leben? Wie gehe ich mit Herausforderungen und meinen Grenzen um? Welche Ansprüche stelle ich an andere, an mich, an mein Leben? ...

Das „Radfahren“ bietet die Möglichkeit, seinen eigenen Körper in vielfältigsten Situationen zu erleben und damit „Aha-Erfahrungen“ zu machen, wie ich im Leben so ticke. Vielleicht springen ja belebende Konsequenzen für meine Einstellungen und mein Verhalten heraus, die zu mehr Sinnerfüllung beitragen? Vielleicht kann ich auch andere dazu führen?

Das Heftchen bietet auf alle Fälle eine Fülle von Anregungen und Praxisbeispielen sowie eine Vielzahl von biblischen Impulsen, die zu einer Horizonterweiterung auch in religiöser Hinsicht führen. Außerdem gibt es eine ausführliche Einleitung dazu, was bei längeren Radtouren mit einer Gruppe organisatorisch zu bedenken ist und welche Herausforderungen sich an die Kompetenz des Leiters stellen. Selbst eine Checkliste (S. 42) fehlt nicht.



### Inhalt

|  |    |
|--|----|
| Unterwegssein als Grundform menschlichen Lebens                                      | 4  |
| Die Organisation des spirituellen Unterwegsseins                                     | 5  |
| Unterwegssein mit dem Rad  | 18 |
| <b>Rad und Technik</b>   |    |
| Impuls zur Sattelleinstellung  | 20 |
| Themen: Beleuchtung  | 22 |
| Sicherheit   | 23 |
| Kleidung   | 23 |
| <b>Erlebnisse beim Radfahren</b>   |    |
| Impuls zur Bergfahrt   | 23 |
| Impuls zur Wegbeschaffenheit - der Singletrail mein Erlebnis auf dem Rad             | 26 |
| Themen: Windschatten fahren  | 28 |
| Wegbeschaffenheit  | 28 |
| Trittfrequenz - Schaltung  | 29 |
| Rückenwind - Gegenwind   | 29 |
| Tandem   | 29 |
| In der Gruppe fahren   | 30 |
| Den eigenen Rhythmus finden  | 30 |
| Bergabfahrt  | 31 |
| „Pannen“-Hilfe   | 31 |
| <b>Beispiele, die inspirieren</b>  |    |
| ... mit „Fahrrad und Bibel“ zwischen Trier und Echternach                            | 32 |
| ... mit „Fahrrad und Bibel“ von Mayen über Hätzenport und Mertloch wieder nach Mayen | 34 |
| ... Besinnliches zum Fahrrad für Jugendliche   | 36 |
| ... Bausteine für einen Jugendgottesdienst „Unsere Gemeinschaft ist wie ein Rad“     | 37 |
| <b>Anmerkung</b>   | 42 |
| <b>Schlusswort</b>   | 43 |

Schauen Sie hinein in diese Broschüre, die Sie einfach bei unserer DJK-Geschäftsstelle bestellen können: [info@djkdv-muenchen.de](mailto:info@djkdv-muenchen.de)!

## Video zu den Broschüren Spiritualität des Unterwegsseins

Die Bildungsreferenten im DJK-Sportverband haben in den letzten Jahren Materialien zur Spiritualität des Unterwegsseins entwickelt. Es sind sechs DJK-Broschüren entstanden, in denen sportliche Bewegungen, Bewegung und Besinnung neu interpretiert werden. Sie sollen als Anstoß dienen, Menschen anzuregen, sich mit der eigenen Person, dem eigenen Glauben und mit Gott auseinanderzusetzen.

Das folgende Video bietet Informationen zu den Inhalten und den Bezugsquellen der Broschüren:

<https://fb.watch/3oKU4kVyc0/>

*Helmut Betz, Geistlicher Beirat*

## Gebete, Texte zum Nachdenken:

### Gebet vor einer Sitzung

Guter Gott, voll Dankbarkeit sehen wir den Segen, der in den Gaben und in den Erfahrungen jeder und jedes einzelnen sichtbar wird. Lass uns diesen Segen wirksam werden für unseren Verband, unsere Gemeinschaft. Lass den Weg, den wir heute gehen, zum Segen werden. Schenke uns Offenheit füreinander, für unsere Sorgen und unsere Hoffnungen. Schenke uns Mut, den Streit zu wagen, wo es nötig ist, und Versöhnung zu leben. Begleite uns auf unseren Wegen. Amen.

### Gebete

Für jeden Morgen so viel Licht wie nötig ist für den Schritt aus dem Dunkel. Für jeden Augenblick so viel Liebe wie nötig ist um glücklich zu sein und zu machen. Für jeden Tag so viel Kraft wie nötig ist für das, was er fordert. Für jeden Abend so viel Stille wie nötig ist um in Gelassenheit die Nacht zu erwarten und das Erwachen danach. Das schenke dir Gott!

*(Wilma Klevinghaus)*

### Gebet am Morgen

Den Tag verankern, in der Stille des Morgens, mit jedem Atemzug den Tag annehmen dankbar, wie ein Geschenk. Schale sein - den Tag bejahen, mitgestalten, Neues wagen, auch Verrücktes, freudig und versuchen, die Verbindung zu behalten mit der Stille des Morgens. Amen.

*(Bruno Dörig)*

### Gebet am Abend

Guter Gott, ich danke dir für diesen Tag, den du mir geschenkt hast, ich danke dir für das Wort, das du zu mir gesprochen hast. Behüte mich in dieser Nacht und schenke mir morgen einen neuen, von Liebe erfüllten Tag. So segne mich der gütige Gott, der Vater und der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

*(Elisabeth Keilmann-Stadtler)*

### Gebet für Unterwegs

Kraft zum Unterwegssein wünsche ich dir: Gottes Bestärkung in deinem Leben. Mut zur Versöhnung wünsche ich dir: Gottes Wohlwollen in deinem Leben. Grund zur Hoffnung wünsche ich dir: Gottes Licht in deinem Leben. Vertrauen zum Miteinander wünsche ich dir: Gottes Verheißung, sein Volk zu sein. Begeisterung zum Aufbruch wünsche ich dir: Gottes Wegbegleitung und Segen.

*(Pierre Stutz)*

### Ein afrikanisches Fußball-Gebet

Jetzt wollen wir unseren Körper bewegen. Wir wollen Fußball spielen. Behüte uns vor Unfall und Gefahr, gnädiger Gott. Gib uns genug Luft in den Lungen und lass uns nicht herumschreien, wenn einer mal nicht so spielt, wie er eigentlich spielen sollte. Lass uns nicht für uns spielen, sondern für unsere Mannschaft. Lass uns fair spielen, lass uns fair spielen, lass uns fair spielen.

Wir bitten dich besonders darum, das ist so schwer. Lass uns so spielen, dass dein Name und deine Ehre und deine Güte durch dieses Spiel gepriesen werden. Amen.

*Dies war ein kleiner Auszug aus dem vom DV Eichstätt entwickelten Gebetsheft. Wer dieses gerne möchte, kann sich bei uns in der Geschäftsstelle melden.*

## Exerzitionenangebote



### Exerzitionen mit Pferden für Familien und Kinder/ Jugendliche in Begleitung

#### Termin:

**11. bis 16. Oktober 2021**

#### Ort:

Seebarn in Bayern auf dem Gelände unseres Partners Reitschule Fuchsenhof

**Kosten** für Unterkunft, Verpflegung und Reitstunden pro Person: 340,- €

#### Anmeldefrist bis: 01.05.2021

bei Diakon Mirko Millich,  
Herz Jesu Dillenburg,  
Wilhelmsplatz 16,  
35683 Dillenburg

#### Infos:

Mirko Millich  
m.millich@dillenburg.bistumlimburg.de

Tel: 0151/61435299

DJK Diözesanverband Limburg  
Grabenstraße 56  
65549 Limburg

T +49(0)6431 - 295 - 364  
F +49(0)6431 - 28113 - 364

djk@bistumlimburg.de  
www.djk-limburg.de

Bankverbindung Pax-Bank eG  
BIC GENODED1PAX  
IBAN DE63 3706 0193 4004 2940 12



#### Worum geht es?

Sechs Tage raus in die Natur. Die Idylle eines kleinen Ortes im vorderen bayrischen Wald genießen, enger Kontakt mit Pferden und reitbegeisterten Menschen und täglich getragen sein von einem starken Pferderücken. Dies alles eingebettet in eine geistlich-spirituelle Erfahrung, die wir gemeinsam machen möchten. Neben einem großartigen Familienerlebnis, das nicht nur die Kinder und Jugendlichen begeistert, möchten wir durch den Kontakt mit intelligenten und sensiblen Lebewesen: Pferden, das Verständnis für Schöpfung und Natur auf eine neue Basis heben. Und daraus können wir Verständnis und Respekt auch für unsere Mitmenschen und unsere Gemeinschaft neu entdecken. Dafür ist es nie zu früh und nie zu spät. Gezielt sprechen wir Familien an, Kinder, die vielleicht gerade reiten lernen, Jugendliche, die vielleicht schon Jahre auf dem Pferderücken verbracht haben, Mütter und Väter, die ganz unterschiedliche Erfahrungen mitbringen, vielleicht sogar einen gesunden Respekt vor so großen Tieren haben. Sind Sie „keine Familie bzw. Kinder/Jugendliche mit Begleitung“, haben Sie Schwierigkeiten, die Fahrt zu finanzieren, oder haben Sie noch andere offene Fragen oder Schwierigkeiten, sprechen Sie uns an – wir helfen gerne.

#### Was bekommen Sie von uns?

Für unsere Exerzitionen mit Pferden ist der Teilnahmebeitrag für 6 Tage insgesamt € 340 pro Person. Darin enthalten sind Unterkunft und Verpflegung, das begleitende geistlich-spirituelle Programm und selbstverständlich Reitstunden und weiterer Kontakt zu den Pferden.





Sportverband

„Berge sind stille  
Meister und machen  
schweigsame Schüler.“

Johann Wolfgang von Goethe

## DJK Sportexerzitionen

### Datum

1. bis 7. September 2021

### Ort

Zentrum für Umwelt- und  
Kultu, Benediktbeuern

### Kosten für Unterkunft

/ **Verpflegung (EZ)**

für DJK-Mitglieder 530,- €

für Nichtmitglieder 560,-€

(DZ 480,- €/510,-€)

### Anmeldefrist

Ende der Anmeldefrist ist  
der 31. Mai 2021

### DJK Diözesanverband Limburg

Joachim Sattler  
Grabenstraße 56  
65549 Limburg

T +49(0)6431 - 295 - 364

F +49(0)6431-28113 - 364

djk@bistumlimburg.de

www.djk-limburg.de

Bankverbindung Pax-Bank eG

BIC GENODED1PAX

IBAN

DE63 3706 0193 4004 2940 12



## 10. DJK Sportexerzitionen vom 1.-7. 9. 2021 in Benediktbeuern/Bayern

Exerzitionen - die innere Einkehr, ist Besinnung auf das ei-  
gene Leben und die Gegenwart Gottes.

Exerzitionen - ist eine Zeit der intensiven Suche nach mir  
und den Fragen - Was suche ich, was bewegt sich in mir,  
welche Umschichtungen oder Veränderungen kündigen  
sich an, wie geht es weiter auf „meinem“ Weg?

Exerzitionen sind da, um „die Augen des Herzens zu öffnen,  
damit wir erkennen, zu welcher Hoffnung wir berufen  
sind.“ (Eph 1,18)



### Kurzbeschreibung:

Zum zehnten Mal finden rund um das Kloster Benedikt-  
beuern die Sportexerzitionen des DJK Diözesanverband  
Limburg statt.

Die attraktive Umgebung rund um das Kloster Benedikt-  
beuern lädt dazu ein, bei Wanderungen in der Ebene,





**Datum**  
14. Juni bis 18. Juni 2021

## DJK Wanderexerzitien vom 14.-18. Juni 2021 in Sulz am Neckar

**Ort**  
Sulz am Neckar  
Kloster Kirchberg /  
Berneuchenerhaus

Exerzitien - die innere Einkehr, ist Besinnung auf das eigene Leben und die Gegenwart Gottes.  
Exerzitien - ist eine Zeit der intensiven Suche nach mir und den Fragen - Was suche ich, was bewegt sich in mir, welche Umschichtungen / Veränderungen kündigen sich an, wie geht es weiter auf „meinem“ Weg?

**Kosten für Unterkunft / Verpflegung**  
für DJK-Mitglieder 320,- €  
für Nichtmitglieder 360,- €

Exerzitien sind da, um „die Augen des Herzens zu öffnen, damit wir erkennen, zu welcher Hoffnung wir berufen sind.“ (Eph 1,18)

**Anmeldefrist**  
Ende der Anmeldefrist ist der 30. April 2021

Zum zweiten Mal veranstalten die DJK Dözesanverbände Rottenburg-Stuttgart und Limburg gemeinsam die DJK Wanderexerzitien im Kloster Kirchberg.

**Veranstalter / Infos:**  
**DJK-Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart**  
Mechthild Foldenauer  
Jahnstrasse 30  
70597 Stuttgart  
T: +49(0)711 9791-4780  
Fax +49(0)711 9791-4789



mail: [djk@blh.drs.de](mailto:djk@blh.drs.de)  
web: [www.djk-drs.de](http://www.djk-drs.de)

**DJK Diözesanverband Limburg**  
Joachim Sattler  
Grabenstraße 56  
65549 Limburg

T +49(0)6431 - 295 - 364  
F +49(0)6431 - 28113 - 364  
[djk@bistumlimburg.de](mailto:djk@bistumlimburg.de)  
[www.djk-limburg.de](http://www.djk-limburg.de)





## Surfexerziten

### „Surf Spirits“ 2021 für Schüler und Studenten

#### Datum

07. bis 21. August 2021

#### Ort

Zarautz in Spanien im  
Surfcamp von „Good People Surf“

#### Kosten

Kosten für Unterkunft und  
Verpflegung 800,- €

#### Anmeldefrist

bis 01.05.2021 bei  
Pfarrer Simon Schade,  
Herz Jesu Dillenburg,  
Wilhelmsplatz 16, 35683  
Dillenburg

#### Infos:

Simon Schade  
simonandreasschade@gmail.com  
Tel: 0151-14325548

Benny Emmrich

Tel: 0162-2938287

DJK Diözesanverband Limburg  
Grabenstraße 56  
65549 Limburg

T +49(0)6431 - 295 - 364  
F +49(0)6431 - 28113 - 364

djk@bistumlimburg.de  
www.djk-limburg.de

Bankverbindung Pax-Bank eG  
BIC GENODED1PAX  
IBAN DE63 3706 0193 4004 2940 12

#### Worum geht es?

16 Tage raus aus allem, was man kennt, um sich für zwei Wochen in die Wellen des Atlantiks und des Lebens zu stürzen – das ist das Ziel der diesjährigen Surfexerziten, die wir dieses Jahr wieder unter dem Dach der DJK Limburg anbieten werden. Dabei zelten wir mit Jugendlichen im Alter ab 14 Jahren in Zarautz im spanischen Baskenland. Balance finden, den richtigen Moment treffen, Halt suchen und sich nicht stressen lassen, das sind Themen, die nicht nur den Surfer in der Brandung bewegen, sondern die wir auch aus dem Alltag kennen. Daher kann man aus der Gelassenheit des Surfens und in der Kombination mit den Wurzeln unseres Glaubens viel für die Zeiten daheim mitnehmen. Hast du noch offene Fragen oder Schwierigkeiten, sprich uns an – wir helfen gerne.

#### Und was ist mit Corona?

Wir alle hoffen, dass in diesem Sommer auch wie im letzten Jahr eine Fahrt unter großen Hygieneauflagen und in einer insgesamt entspannteren Situation möglich ist. Letztes Jahr haben wir mit strengem Hygienekonzept und guten Erfahrungen die Basis für dieses Jahr gelegt. Trotzdem sind wir auch für Alternativen gewappnet: Besteht eine Reisewarnung oder wird eine der Grenzen geschlossen, bekommst Du den vollen Beitrag erstattet.



Die Links mit mehr Information und den Anmeldeformularen zu den jeweiligen Angeboten findet Ihr auf unserer Homepage.

Ein Blick in die „**Vollgas Höchstprofessionelle Spielesammlung** –  
Für alle, die keine Lust auf 08/15 haben“.  
Entwickelt von der DJK Sportjugend des Diözesanverbandes Würzburg



Was wäre eine Freizeit ohne Spiel und Spaß? Wohl etwas langweilig. Damit man erst gar nicht in Verlegenheit gerät und ohne Ideen dasteht, hat die DJK Sportjugend des Diözesanverbandes Würzburg aus ihrer jahrelangen Erfahrung bei Jugendfreizeiten, eine tolle Spielesammlung zusammengetragen.

Wie es auch bei Veranstaltungen sinnvoll ist, beginnt auch die Sammlung inhaltlich mit Kennenlernspielen für Kleingruppen. Danach folgen Kreisspiele für verregnete Tage, Spiele für Viele und 30-Sekunden-Spiele.

Die Spielesammlung eignet sich neben Freizeiten, Kindergeburtstagen auch für die normale Vereinsarbeit.

Werft doch mal einen Blick hinein.

Wir finden die Zusammenstellung sehr gelungen und können diese nur weiterempfehlen.

**Fragen und Bestellungen einfach unter:  
info@djkdv-muenchen.de**

## Sport in Coronazeiten

Die Acroholics, die Sportakrobaten im SV DJK Götting, haben im vergangenen Corona Sommer eine Akrobatik-Trainingseinheit im Freien am Gipfel vom Fahrenpoint über Bad Feilnbach durchgeführt. Schaut euch diese beeindruckenden Bilder an.

<https://www.instagram.com/tv/CLj9PcTq3KU/?igshid=109c31rfu118c>

Der Beitrag ist auch auf der Homepage von SV-DJK Götting.



## Gemeinnützige Sportvereine werden entlastet

Die Änderungen treten grundsätzlich zum 01.01.2021 in Kraft

Gute Nachricht für gemeinnützige Sportvereine: Der Gesetzgeber hat mit dem Jahressteuergesetz 2020 zahlreiche Entlastungen für gemeinnützige Vereine beschlossen. Die Änderungen im Überblick:



- Anhebung des Übungsleiter-Freibetrages von 2.400 € auf 3.000 €
- Anhebung des Ehrenamts-Freibetrages von 720 € auf 840 €
- Anhebung der Besteuerungsgrenze im wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb von 35.000 € auf 45.000 €
- Anhebung der Kleinbetragsspende von 200 € auf 300 €
- Aufhebung der Pflicht, zufließende Mittel zeitnah verwenden zu müssen, soweit die jährlichen Einnahmen 45.000 € nicht übersteigen

Die Änderungen treten grundsätzlich zum 01.01.2021 in Kraft. Die Anhebung der Besteuerungsgrenze und die Aufhebung der zeitnahen Mittelverwendungspflicht für kleine Vereine treten schon am Tag nach der Verkündung des Gesetzes in Kraft.

## DJK Nußdorf freut sich über eine neue Laufmöglichkeit

Mit Unterstützung des DJK-Sportverbands konnte eine neue Laufbahn verwirklicht werden.



## Information



### Start des „DJK-OnlineCampus.“

### Fortbildungsprogramm für den DJK-Leistungs- und Wettkampfsport in Zeiten der Corona-Pandemie

Langenfeld (11.03.2021). Der DJK-Sportverband startet im März ein vom Bundesinnenministerium des Inneren, für Bau und Heimat gefördertes Fortbildungsprogramm. Zielgruppe sind alle DJK-Engagierten, die im Leistungs- und Wettkampfsport unterwegs sind. Das Programm bietet in Zeiten der Corona-Pandemie kontaktlose Online-Kurse zu verschiedenen Themenbereichen. Die Angebote sind ausschließlich für DJK-Mitglieder zugänglich.

Das Programm richtet sich an Trainer\*innen, Sportwart\*innen, Abteilungsleiter\*innen, die Athlet\*innen der DJK-Bundeskader, aber auch an alle, die in DJK-Vereinen im Leistungs- und Wettkampfsport beheimatet sind. Es unterteilt sich in die fünf Bereiche Sport und Gesundheit, mentale Unterstützung und Training, Good Governance, Koordination und Kondition sowie die virtuelle Trainingsunterstützung. Über 30 Seminare bieten die Möglichkeit, sich für die neue Saison nach der Pandemiezeit vorzubereiten. Zu sehen sind sie auf der DJK-OnlineCampus-Seite der DJK-Akademie. Die Buchung der ersten Seminare startet ab sofort.

Die neue Projektmanagerin des DJK-OnlineCampus, Antonia Hannawacker, sagt zu dem neuen Fortbildungsprogramm: *„Unser DJK-OnlineCampus ist ein echter Gewinn für die DJK, da er zielgenau in Krisenzeiten Schulungsmöglichkeiten in vielfältigen Themengebieten bietet. Dies ist besonders in Zeiten von COVID-19 im Leistungs- und Wettkampfsport wichtig, da die Kontaktbeschränkungen größtenteils weiterbestehen, der DJK-Sportverband aber die Fortbildung weiter vorantreiben möchte, um seine Mitglieder optimal zu qualifizieren. Immerhin sind mehr als 70% unserer Vereine in der Nachwuchsförderung engagiert. Auch diesen kommt das Qualifikationsangebot zugute.“*

Zum Angebot gehören unter anderem die Ausbildung zum Sport-Mentaltrainer, das neurozentrierte Training, die Schulung für DJK-Anti-Doping-Beauftragte sowie die Vorstellung von Apps zur Unterstützung des Trainings in der Halle, auf dem Platz und zu Hause. Für die Kurse gibt es zumeist eine Schutzgebühr, damit Teilnehmer\*innen nicht unangemeldet den Kursen fernbleiben und Plätze blockieren. Auf der Homepage der DJK-Akademie sind auch die Ausbildungsangebote der DJK-Diözesan- und Landesverbände für Übungsleiter\*innen zu finden.

Mehr unter: [www.djk-akademie.de/djk-onlinecampus](http://www.djk-akademie.de/djk-onlinecampus).

gefördert durch:



Bundeministerium  
des Inneren, für Bau  
und Heimat

mitfinanziert von Bund und  
Land in Deutschland für den Sport

**Pressekontakt:**  
Alexandra Schüttler  
Pressesprecherin u. Referentin für Öffentlichkeitsarbeit  
DJK-Sportverband

Zum Stadtbad 3/1  
40764 Langenfeld  
Tel. 02173-33 668 14  
[presse@djk.de](mailto:presse@djk.de)  
[www.djk.de](http://www.djk.de)

**Herausgeber:**  
DJK-Sportverband, Bundesgeschäftsstelle  
Zum Stadtbad 3/1, 40764 Langenfeld  
Fon 02173/33666-0, Fax 02173/33666-66  
[info@djk.de](mailto:info@djk.de)  
[www.djk.de](http://www.djk.de)



## DJK-OnlineCampus.

### Action Types 1.a



28.03.2021



09:30-17:00 Uhr

Referent: Rainer Diehl



## ACTION TYPES 1.A: RESPEKTIERE DEINE NATÜRLICHE BEWEGUNG

Der ActionTypes-Ansatz entstand aus der Frage, welche Spielräume von Athlet\*innen respektiert werden müssen, damit sie ihre Leistung abrufen können. Den Grundem von ActionTypes Bertrand Theraulaz und Ralph Hippolyte ist es gelungen, über Verbindungen zwischen dem neuesten Wissen aus der Motorik- und Gehirnforschung und Erkenntnissen aus der Typenlehre ein Handwerkszeug für Individualisierungsprozesse zu kreieren. Die Einzigartigkeit jedes Menschen lässt sich mit ActionTypes auf individuelle Bedürfnisse zurückführen, die es den Athlet\*innen ermöglichen Zugang zu ihrer eigenen individuellen natürlichen Bewegung zu bekommen und über diesen individuellen Zugang zielgerichtet und ökonomisch die eigene Leistung zu entwickeln.

Die Fortbildung besteht aus einer digitalen Einführung:

LG 1.a 28.03.

LG 1.b 18.04.

LG 1.c 24.04.

und einer in Präsenz durchgeführten Vertiefung:

LG 2.a 10.07./11.07.

LG 2.b 28.08./29.08.

In der digitalen Einführung bekommen die Teilnehmer\*innen einen Einblick in die individuellen Unterschiede motorischer Bedürfnisse und lernen ihre eigenen Bedürfnisse über Selbstbeobachtungsaufgaben einzuschätzen. Im ATA-Praxislehrgang (2.a oder 2.b) werden die bisherigen Selbstbeobachtungen über Tests validiert, sodass jede\*r Teilnehmerin seine\*ihre motorischen Bedürfnisse kennt und die Auswirkungen auf sein motorisches Handeln einschätzen kann. Die Praxiseinheiten geben die Möglichkeit, die eigene motorische Individualität zu erleben und ein Gefühl für die eigene natürliche Bewegung zu entwickeln. Anschließend werden die Konsequenzen für die Arbeit mit den Athlet\*innen diskutiert.

### Wichtige

**Informationen:** Bei Anmeldung für einen virtuellen ActionTypes-Lehrgang (1.a/1.b oder 1.c) immer auch für eine Präsenzveranstaltung (2.a oder 2.b) anmelden.

Voraussetzung für die Anmeldung zu einer der Veranstaltung 2.a oder 2.b ist die Teilnahme an Veranstaltung 1.a/1.b oder 1.c.

**Termin:** Samstag, 28. März 2021

**Zeit:** Beginn: 09:30 Uhr  
Ende: 17:00 Uhr

**Kosten:** Die Teilnahme ist für DJK-Mitglieder **kostenfrei!**

**Lehrgangsinhalte:** \* Einführung in die Motorikprofile  
\* Energieprofile  
\* Tiefenmotivation

**Referent:** Rainer Diehl, Diplom-Sportwissenschaftler, Badminton A-Trainer, Lehrtätigkeit an der DSHS Köln + der DOSB-Trainerakademie, ActionTypes Referent

### Lizenzverlängerungslehrgang!

Diese Fortbildung kann mit 8 LE als Teil der Verlängerung von UL-C-Lizenzen anerkannt werden.

**Teilnehmerzahl:** 12 Personen (Sollten sich mehr Personen anmelden, entscheidet der Eingang der Anmeldungen!)

**Anmeldungen:** bis **spätestens 24. März 2021** unter [https://djk-sportjugend.meetingmasters.de/Action\\_Types1a/booking?request\\_locale=de](https://djk-sportjugend.meetingmasters.de/Action_Types1a/booking?request_locale=de)

Bei unentschuldigter Nicht-Teilnahme erhebt der DJK-Sportverband eine Gebühr von 50 Euro. Eine Abmeldung im Nachhinein wird nicht akzeptiert. Dies habe ich gelesen und erkläre ich mich damit bei Anmeldung einverstanden.

**Veranstalter:** DJK-Sportverband  
Zum Stadtbad 31,  
40764 Langenfeld

Wir freuen uns auf Anmeldungen!

Antonia Hannawacker  
Projektmanagerin DJK-OnlineCampus.  
Email: [campus@djk.de](mailto:campus@djk.de)  
Telefon: 0157/39640592

## Pressemitteilung



### Durchstarten Jetzt Konkret

### DJK-Sonderförderprogramm

**Langenfeld (08.03.2021).** Als Dachverband mit besonderen Aufgaben will der DJK-Sportverband seinen Mitgliedern und damit seinen Diözesanverbänden und ihren insgesamt fast 1100 Vereinen genau dort Hilfen anbieten, wo es schwerfällt und besonderen Aufwand bedeutet, beziehungsweise andere Organisationen sich nicht in der Lage sehen zu helfen.

Der DJK-Sportverband möchte nun konkret und in einem vereinfachten Verfahren den pandemiebedingten Mitgliederverlust und Einnahmeausfall durch ein Sonderförderprogramm abfedern helfen.

DJK-Präsidentin Elsbeth Beha sagt: *„Durch die Pandemie und den damit verbundenen zeitweiligen Schließungen von DJK-Vereinen sehen sich DJKler\*innen bundesweit mit enormen Herausforderungen konfrontiert. Um gerade diejenigen in dieser so schwierigen Zeit zu unterstützen, die einen größeren Mitgliederverlust und Einnahmeausfall erlitten haben, soll unser Förderprogramm helfen. Wir setzen damit ein Zeichen, mit den verfügbaren Mitteln verantwortungsbewusst und mitgliederorientiert umzugehen.“*

Der DJK-Sportverband prüft und entscheidet durch unanfechtbaren Beschluss, wie hoch die Zuwendung ausfallen wird. Die Zahlung erfolgt als einmalige, freiwillige Leistung aus Mitteln des DJK Sportverbands, ohne Anerkennung einer Rechtspflicht und ohne Bindung für die Zukunft. Die Auszahlung steht unter Budgetvorbehalt. Ansprüche für Folgejahre können daraus nicht hergeleitet werden. Antragsberechtigt sind DJK-Vereine mit einem nachgewiesenen Gesamt-Mitgliederrückgang seit Pandemiebeginn im Jahr 2020 von mindestens 10 % auf Basis der 2021 gemeldeten Zahlen (Stichtag 31.12.2020) und die bis zum Melde-Stichtag 21.03.2021 ihre Mitgliederzahlen gemeldet und in die Bestandserhebung für DJK-Mitglieder eingegeben haben.

Informationen zum Förderprogramm: Auf [www.djk.de](http://www.djk.de) unter Download im Ordner Foerderung

## Pressemitteilung



### Sportliches Ziel erreicht

#### Die DJK-Challenge „Sein Bestes geben“ für die Armen Paraguays ist abgeschlossen

Langenfeld (14.01.2021). Corona hat im Jubiläumsjahr des DJK-Sportverbands 2020 nicht nur das Leben der DJKler\*innen geprägt, sondern die Menschen weltweit vor große Herausforderungen gestellt. Lateinamerika ist besonders von der Pandemie betroffen. Die Spenden-Challenge des DJK-Sportverbands hat die Corona-Nothilfe des Lateinamerika-Hilfswerks Adveniat für Paraguay solidarisch unterstützt. Die Aufgabe: Wer sammelt bis Dezember den höchsten Betrag und gewinnt so unsere Challenge? Drei Teilnehmer\*innen starteten am 16.06.2020 und traten im Spendensammeln gegeneinander an. Ein Gewinner steht fest.

Geschafft! Angekommen! Ziel erreicht! Noch vor Weihnachten ist es Challenge-Teilnehmer Andreas Strüder, Geistlicher Beirat des DJK Diözesanverbands Essen, gelungen, sein persönliches, sportliches Ziel der DJK-Challenge für Adveniat zu erreichen, nämlich 175 Stunden Sport zu treiben und gleichzeitig Spenden zu sammeln. „Ich freue mich darüber und fand es eine gelungene Zeit. Stark und motivierend war dafür auch das Online-Meeting „DJK trifft Adveniat“ mit einem beeindruckenden Bericht aus Paraguay. Da ich ja nun alle Sportstunden erreicht habe, gilt es die Menschen in Lateinamerika zu Gewinnern der Challenge zu machen“, sagt der Gewinner. Andreas Strüder hat zusätzlich einen Euro pro geschafften Kilometer selbst gespendet. Sein Ziel war, die Entfernung von seinem Wohnort Bochum nach Paraguay – 10 458 km - als Maßstab und Zielvorgabe zu nehmen und der gerundeten Entfernung entsprechend 10 500 Minuten, das heißt 175 Stunden Sport zu treiben.

Die weiteren Teilnehmer\*innen der DJK-Challenge waren Stephanie Hofschlaeger, die Generalsekretärin des DJK-Sportverbands, die den zweiten Platz errungen hat, und der DJK-Bundessportarzt Dr. med. Jürgen Fritsch. Letzterer hatte sich wie Andreas Strüder zum Ziel gesetzt, über absolvierte Trainings- und Wettkampfleistungen sportlich Spenden für das Sozialzentrum zu sammeln.

Der DJK-Sportverband und sein Kooperationspartner, das Lateinamerika-Hilfswerk Adveniat, hatten ursprünglich geplant, den Sportplatz des Sozialzentrums ‚La Chacarita‘ zu sanieren und Trainer für die Kinder und Jugendlichen in den Armenvierteln von Paraguays Hauptstadt Asunción auszubilden. Doch Corona hat alles verändert. Die Menschen wissen nicht, wie sie den nächsten Tag überleben sollen. Deshalb unterstützen die DJK und Adveniat die Nothilfe. Das Spendenziel lag bei 5.000 € und lief bis zum 31.12.2020. Bedingt durch die von COVID-19 geprägte Situation, die auch die Sportwelt in Deutschland und darunter viele DJKler\*innen und Vereine betrifft, konnte das Spendenziel nicht erreicht werden. Der abschließende Spendenstand liegt bei 2500 Euro.

*„Gemäß unserem Jubiläumsmotto ‚Sein Bestes geben‘ zum hundertjährigen Bestehen des DJK-Sportverbands 2020 haben wir unseren Kooperationspartner Adveniat unterstützt und den Menschen in Paraguay wenigstens etwas helfen können. Sportlich hat unser Challenge-Gewinner sein Ziel erreicht und die Strecke von Bochum nach Paraguay absolviert. Das ist*

*eine sehr gute Leistung. In den Spendenbetrag sind auch die Kollekten aus unseren einzigen größeren Veranstaltungen eingeflossen, die 2020 stattfinden konnten. Das waren die DJK-Bundeswinterspiele und unsere DJK-Wallfahrt im kleinen Rahmen. Wir hoffen, dass 2021 sich nicht nur die Situation in Sportdeutschland bessert, sondern auch die Menschen in Paraguay Hoffnung erfahren“, sagt die Präsidentin des DJK-Sportverbands, Elsbeth Beha.*

„Wir sind dem DJK-Sportverband und den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Challenge außerordentlich dankbar dafür, dass sie mit uns den Blick auf die Menschen in Lateinamerika lenken, die von der Corona-Pandemie hart betroffen sind“, betont Thomas Jung, Bildungsreferent beim Lateinamerika-Hilfswerk Adveniat. „Mit Corona ist für viele Menschen der Hunger zurückgekehrt. Die zweite Welle kommt nun mit etwas Verzögerung auch in Lateinamerika an. Umso wichtiger ist es, dass wir unsere Partner vor Ort mithilfe unserer Spenderinnen und Spender in die Lage versetzen, die Armen mit Lebensmitteln und einem Minimum an Hygiene- und Gesundheitsartikeln zu versorgen“, erklärt Adveniat-Referent Jung.

Im Sozialzentrum, wo sonst Kinder und Jugendliche bei den Schulaufgaben unterstützt werden, etwas zu essen bekommen und gemeinsam Sport machen können, wird in Pandemie-Zeiten die Nothilfe für die Menschen in den Armenvierteln der Hauptstadt Paraguays durch die Sozialpastoral der Kirche organisiert. Familien erhalten Lebensmittel- und Hygienekits sowie 20.000 Menschen täglich eine warme Mahlzeit in den 56 Suppenküchen.

Alle Informationen zur abgeschlossenen Challenge unter: [www.djk.de/challenge](http://www.djk.de/challenge)

<https://www.adveniat.de/djk-adveniat-nothilfe>

**Pressekontakt:**  
Alexandra Schüttler  
Pressesprecherin u. Referentin für Öffentlichkeitsarbeit  
DJK-Sportverband

**Herausgeber:**  
DJK-Sportverband, Bundesgeschäftsstelle  
Langenfeld, Zum Stadtbad 31, 40704 Langenfeld  
Fon 02173/33668-0, Fax 02173/33668-68  
[Info@djk.de](mailto:Info@djk.de)



## **„EIN STERN - EIN STÜCKCHEN FREUDE VON MIR FÜR DICH“ DIE CHRISTKINDAKTION**

Was tun, wenn die Bälle liegen bleiben müssen und man die Füße stillhalten muss.

Ganz einfach, man benutzt seine Hände und Kreativität und tut dabei was Gutes! So dachte es sich die DJK Traunstein in Zusammenarbeit mit dem Vereinshaus Traunstein und rief ihre Kinder und Jugend auf zu basteln. Und sie bastelten wie die Weltmeister. Ostern 2020 wurden insgesamt 256 Osterkarten gebastelt und an die Bewohner der Altenheime verteilt. Jedes Kind erhielt dabei eine Antwort seitens der Bewohner und Brieffreundschaften entstanden.

Bei der zweiten Aktion wurden 178 Weihnachtssterne gebastelt und wieder an die Bewohner eines Altenheimes verteilt.

Vereinsleben und Zusammenhalt eben mal anders... „

Danke an alle fleißigen Wichteln!

Eine sehr schöne Weihnachtsaktion des DJK Traunstein



## Helmut Diener

Verbandsfachwart Turnen

Waldstraße 45

97714 Oerlenbach-Ebenhausen



***Liebe Präsidiumsmitglieder, liebe DJK Sportfreundinnen und Sportfreunde,***

es ist die Zeit gekommen, dass ich das Amt meiner ehrenamtlichen Tätigkeit als Verbandsfachwart Turnen, das ich seit 1975 ausgeführt habe, hiermit am 01.01.2021 offiziell beende. Für die jahrzehntelange harmonische Zusammenarbeit mit dem Präsidium, den Geschäftsstellen des Verbandes und des DV, allen DJK Vereinen mit ihren Turnerinnen und Turnern sowie meinen kollegialen Verbandsfachwarten/ -innen möchte ich mich *herzlich bedanken*.

Mein Engagement im Organisations- und Lehrbereich des DJK Sport- und Diözesanverbandes bedeutete für mich (und auch meiner Familie) ein wichtiger Lebensabschnitt und eine persönliche Bereicherung, viele Menschen mit dem Turnen durch Bundesmeisterschaften, Verbändekämpfe, Erlebnisturnen und in Lehrgängen (seit 1982) für Übungsleiter/ Trainer begeistert zu haben. Meine Finalveranstaltungen waren nun 2019 die 42. DJK Bundesmeisterschaften in Würzburg und der Verbändekampf in der Schweiz.

Es ist auch ein passender Zeitpunkt nach Beendigung der Pandemie für einen Neubeginn und eine Weiterführung der DJK Fachschaft Turnen unter einem neuen Amtsträger/ neuen Amtsträgerin, wozu ich ihr /ihm und der zukünftigen Generation viel Glück und Erfolg wünsche.

Gerne unterstütze ich meiner Nachfolgerin/ meinem Nachfolger mit Rat und Tat auch weiterhin, um unsere bewährten Ideen im DJK Turnbereich nicht in Vergessenheit geraten zu lassen.

*Ich wünsche allen ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest sowie ein Gott gesegnetes und gesundes Neues Jahr 2021.*

Mit freundlichen Turn- und Sportgrüssen

Helmut Diener  
ehemaliger  
DJK Verbandsfachwart Turnen  
1975-2020  
Akad. Dir. i. R.



## BLSV-Sportversicherungsvertrag online

Am Mittwoch, 27. Februar fand eine vom DJK-Sportverband München und Freising organisierte Online-Schulung zum Thema Sportversicherung statt.

Vor knapp 30 Teilnehmenden aus gut 20 DJK-Vereinen aus ganz Bayern gab der ARAG-Fachmann Stefan Fäth einen Überblick zum BLSV-Sportversicherungsvertrag und ging danach detaillierter auf wichtige Zusatzversicherungen ein, wie z.B. für Vermögensschäden, für Nichtmitglieder, für Fördervereine, für das gesamte Inventar, für Fahrdienste im Verein und für Cyberschutz.

Ein sehr interessanter Vortrag, bei dem alle Fragen fundiert beantwortet wurden.

ARAG Allgemeine Versicherungs-AG, Versicherungsbüro beim BLSV e.V.  
Georg-Brauchle-Ring 53, 80992 München - Tel. 089/15 700-387 - vsbmuenchen@ARAG-Sport.de

**ARAG SPORTVERSICHERUNG**

# Sie und Ihr Verein



**Handout zum Vortrag  
BLSV-Sportversicherungsvertrag**

 Referent: Stefan Fäth

**Versicherte Sparten im  
BLSV-Sportversicherungsvertrag:**

- ☑ Unfallversicherung
- ☑ Haftpflichtversicherung
- ☑ Umwelt-Haftpflichtversicherung
- ☑ Vermögensschaden-Haftpflichtversicherung
- ☑ Vertrauensschadenversicherung
- ☑ Rechtsschutzversicherung
- ☑ Krankenversicherung

Die Übersicht über die Leistungen des Sportversicherungsvertrags finden Sie in ausführlicher und kompakter Form zum Download unter:  
[www.ARAG-sport.de](http://www.ARAG-sport.de)



**BLSV**

Bildschirm © inszenack.com

## Vorlaufseminar für Übungsleiterausbildung online

Am vergangenen Samstag (06.02.) fand das Vorlaufseminar zur diesjährigen Übungsleiter-C-Ausbildung statt - dieses Jahr coronabedingt zum ersten Mal Online. Die Referenten Michael Hannawacker (DV Würzburg), Herbert Schröder (DV Bamberg) und Carina Hoffmann (LV Bayern) gaben den Teilnehmern unter anderem in folgende Themen einen Einblick: Strukturen von DOSB, BLSV und DJK, Jugendordnung und Jugendleitung und der Übungsleiter. Durch verschiedene Gruppenarbeiten, Quizrunden und Bewegungspausen wurde das Seminar aufgelockert. Alle 11 Teilnehmer sind motiviert, ihre Übungsleiter-C-Lizenz im Sommer zu absolvieren.

**IV. Was macht eine/n Trainer\*in | Übungsleiter\*in aus?**

Welche Eigenschaften, Fähigkeiten und Verhaltensweisen schätze ich an einer\*m Übungsleiter\*in?

**Fachliche Kenntnisse**

- wissen wovon man redet
- Innovationen / neue Sportarten nahebringen
- auf Fehler (falsche Haltung o ä.) achten
- durch Spiel und Spaß trainieren
- Kenntnisse über die Sportart, techn. Umsetzung
- physiologisch

**Menschliche Eigenschaften**

- Empathie
- motivierend
- offene und ehrliche Art
- Die Ausstrahlung leute in den Bann
- Zuziehbarkeit
- Herausfordernd / Ehrgeiz wecken
- Vorbildfunktion
- geduldig
- Vertrauen
- Gemeinschaftssinn auch außerhalb des Sportlichen
- Begeisterungsfäh

**Einstellung zur Aufgabe Persönliche Haltung**

- Spaß dabei
- Verantwortung verteilen
- Aufgabe ernst nehmen
- Übungen aufbauend
- LOBEN, hilfreiche Anleitungen geben
- Durchhaltevermögen
- Aufgabenverteilung
- Gewisse strenge/

**Word Cloud:** Engagement, Motivation, Vertrauen, Begeisterungsfäh, Loben, hilfreiche Anleitungen geben, Durchhaltevermögen, Aufgabenverteilung, Geduld, Ehrlichkeit, Gemeinschaftssinn auch außerhalb des Sportlichen, Vorbildfunktion, Herausfordernd / Ehrgeiz wecken, Zuziehbarkeit, offene und ehrliche Art, Die Ausstrahlung leute in den Bann, motivierend, Empathie, wissen wovon man redet, Innovationen / neue Sportarten nahebringen, auf Fehler (falsche Haltung o ä.) achten, durch Spiel und Spaß trainieren, Kenntnisse über die Sportart, techn. Umsetzung, physiologisch, Engagement, Motivation, Vertrauen, Begeisterungsfäh, Loben, hilfreiche Anleitungen geben, Durchhaltevermögen, Aufgabenverteilung, Geduld, Ehrlichkeit, Gemeinschaftssinn auch außerhalb des Sportlichen, Vorbildfunktion, Herausfordernd / Ehrgeiz wecken, Zuziehbarkeit, offene und ehrliche Art, Die Ausstrahlung leute in den Bann, motivierend, Empathie.

Vorlaufseminar ÜL-C-Ausbildung 06.02.2021

Folie 9

|   |                       |  |
|---|-----------------------|--|
| Donnerstag, 25. März 2021                             | 19:30 – 21:00         | DJK Jugendkonferenz ONLINE   |
| Samstag/Sonntag,<br>10. – 11. April 2021              | jeweils<br>ganzer Tag | LV Jugendleiterausbildung in Nürnberg                              |
| Freitag - Sonntag,<br>23. – 25. April 2021            | jeweils<br>ganze Tage | ÜL-Ausbildung DV Würzburg Teil 1                                   |
| Freitag - Sonntag,<br>23. - 25. April 2021            | jeweils<br>ganze Tage | Bundesfrauenkonferenz ONLINE                                       |
| Freitag, 07. Mai 2021                                 | ganzer Tag            | DJK Bundestag ONLINE   |
| Freitag, 07. Mai 2021                                 | 19:30 – 20:30         | Spartenleitersitzung Fußball                                       |
| Mittwoch – Sonntag,<br>12. – 16. Mai 2021             | jeweils<br>ganze Tage | ÜL-Ausbildung DV Würzburg Teil 2                                   |
| Freitag – Montag,<br>21. – 24. Mai 2021               | jeweils<br>ganze Tage | DJK Sommercamp   |
| Dienstag – Sonntag,<br>25. – 30. Mai 2021             | jeweils<br>ganze Tage | ÜL-Ausbildung DV Würzburg Teil 3                                   |
| Samstag/Sonntag<br>12. – 13. Juni 2021                | jeweils<br>ganzer Tag | Bennofest in München   |
| Montag – Freitag,<br>14. – 18 Juni 2021               | jeweils<br>ganze Tage | Wanderexerziten in Sulz am Neckar (Veranstalter: DV Limburg)       |
| Samstag, 03. Juli 2021                                | ganzer Tag            | DV-Meisterschaften Jugendfußball in Rosenheim                      |
| Samstag/Sonntag<br>10. – 11. Juli 2021                | jeweils<br>ganze Tage | Bayernschildturnier C-Junioren in Eggolsheim                       |
| Samstag - Freitag<br>07. – 21. August 2021            | jeweils<br>ganze Tage | Surfexerziten in Spanien (Veranstalter: DV Limburg)                |
| Mittwoch – Dienstag<br>01. – 07. September 2021       | jeweils<br>ganze Tage | Sportexerziten in Benediktbeuern (Veranstalter: DV Limburg)        |
| Freitag/Samstag<br>17. – 18. September 2021           | jeweils<br>ganzer Tag | Landesjugendtag in Augsburg  |
| Freitag, 24. September 2021                           | ganzer Tag            | Fachwartetagung Fußball in Enkering                                |
| Samstag, 16. Oktober 2021                             | ganzer Tag            | DV-Tag in Darching   |
| Montag - Samstag<br>11. – 16. Oktober 2021            | jeweils<br>ganze Tage | Exerziten mit Pferden in Seebarn/Bayern (Veranstalter: DV Limburg) |
| Freitag - Sonntag<br>22. – 24. Oktober 2021           | jeweils<br>ganze Tage | Bundesjugendtag  |
| Dienstag - Sonntag<br>26. Oktober - 07. November 2021 | jeweils<br>ganze Tage | Vereinsmanager C-Ausbildung  |
| Samstag/Sonntag<br>06. – 07. November 2021            | jeweils<br>ganzer Tag | Jugendleiterausbildung in Nürnberg                                 |

**Impressum:**

**Herausgeber:**

DJK-Sportverband, DV München und Freising, Preysingstr. 99, 81667 München,

Tel.: 089/20 33 14 - 54, Fax: 089/44 11 81 28

eMail: [info@djkdv-muenchen.de](mailto:info@djkdv-muenchen.de), Homepage: [www.djkdv-muenchen.de](http://www.djkdv-muenchen.de)

**Erscheinungsweise:** Dieser Zwischenpuls wird 2x jährlich an alle Vereine und an alle Übungsleiter, die wir per E-mail erreichen können, verschickt. Er kann und soll an weitere Interessenten verteilt werden.

**Inhalt:** Arbeitskreis Medien. Berichte geben inhaltlich die Meinung des jeweiligen Autors wieder, nicht die der Redaktionsleitung oder des Herausgebers.

**Redaktion:** AK MEDIEN, Die Wiedergabe von Textteilen/Fotos oder Inseraten – auch auszugsweise – ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers gestattet.