

JAHRESBERICHT

ÖSTERREICHISCHER BEHINDERTENSSPORTVERBAND

2020



JANINA FALK
Tempo mit Technik

EMILIE SCHWARZ
Mut in allen Lebenslagen

CHANCEN SEHEN
Corona-Zeiten als
Innovationskatalysator

ÖBSV-SYMPOSIUM
Wissen weitergeben



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

es war ein herausforderndes Jahr, die Corona-Pandemie hat uns gefordert – im Beruf, in der Familie, als Gesellschaft. Als Mitte März die ersten Maßnahmen zur Eindämmung von Covid-19 verordnet wurden, war rasches Handeln gefordert und wir haben unser digitales Angebot um Live-Trainings erweitert sowie auf YouTube die Trainingsserie „ÖBSV bewegt zuhause“ gestartet. Nach dem zweiten Lockdown wurden dann die Online-Diskussionsrunden „ÖBSV im Gespräch“ ins Leben gerufen.

All diese Initiativen haben wir gesetzt, um für unsere Mitglieder weiterhin da zu sein und ihnen Sport und Bewegung unter Anleitung auch in schwierigen Zeiten zu ermöglichen. Nicht zuletzt aber auch, um im Austausch mit unseren Sportlerinnen und Sportlern zu bleiben, sie nicht alleine zu lassen.

Im Jahresbericht 2020 finden sie Porträts zweier starker Frauen, die den ÖBSV nicht besser repräsentieren könnten. Janina Falk macht gerade den Schritt von einer talentierten Nachwuchsschwimmerin zu einer jungen Frau, die sich im Spitzensport etablieren möchte. Mit ihrem neuen Individualtrainer Adi Gschwandtner ist sie am besten Weg.

Die 86-jährige Emilie Schwarz ist erfolgreiche Paralympics-Teilnehmerin und hat als Obfrau des ÖÖBSV und Vizepräsidentin im ÖBSV maßgeblich zur Entwicklung und Akzeptanz des Behindertensports in Österreich beigetragen. Die wunderschönen Bilder hat Fotografin Sophie Kirchner geschossen, das Interview Nina Kaltenböck für uns geführt.

Verbandsintern haben wir 2020 genutzt, um Neues zu schaffen. Beim Ausbildungssymposium in Schielleiten wurde der Grundstein dafür gelegt, dass auch Landesverbände und unsere Coaches für Bewegung und Information, kurz BIC, künftig Übungsleiterinnen und Übungsleiter ausbilden können. Vielen Dank unseren Coaches und viel Erfolg bei der Aufgabe, Menschen für ein Engagement im Behindertensport zu begeistern.

Mit dem Medienservice bieten wir seit Sommer eine mittlerweile 6.000 Fotos starke und ständig wachsende Bilderdatenbank an.

2020 war für den ÖBSV ein schwieriges, aber auch erfolgreiches Jahr.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen – und bleiben Sie gesund!

KommR Brigitte Jank

Präsidentin
Österreichischer Behindertensportverband

INHALT



3 Editorial
Präsidentin Brigitte Jank über ein herausforderndes Jahr

6 Gemeinsam durch besondere Zeiten
Die Corona-Zeit als Chance und nicht als Krise sehen

8 Bis in die kleinste Zelle
Andrea Scherney über die Rolle des ÖBSV im Covid-19-Jahr

10 Emilie Schwarz
Keine andere Frau hat den Behindertensport in Österreich so geprägt wie sie

18 Gemeinsam Wissen weitergeben
Aus- und Fortbildung als zentrale Aufgaben des ÖBSV

24 Janina Falk
Die Nachwuchsschwimmerin und Trainer Adi Gschwandtner als eingeschworenes Team



32 Highlights 2020
Vorhang auf für ein ereignisreiches Jahr

40 Bildersuche
Im Sommer startete die Bilddatenbank des ÖBSV

42 Nachwuchs oben auf
Seit 2007 ehrt der ÖBSV die Nachwuchssportlerinnen und Nachwuchssportler des Jahres

46 Tief einatmen
Roman Zechmeister über Rollstuhl-Yoga als Weg zu einem besseren Leben



50 Blindenfußball
Wie die erste Frauen-Auswahl Europas zur WM fahren will

54 Das ist der ÖBSV

Impressum:
Medieninhaber: Österreichischer Behindertensportverband, Brigittenauer Lände 42, 1200 Wien
Redaktionelle Leitung und Konzept: Daniel Kudernatsch
Redaktionelle Mitarbeit: Matthias Bogner, Matias Costa, Andrea Scherney, Johann Knoll
Texte: Nina Kaltenböck, Johannes Karner, Daniel Kudernatsch
Fotos: Sophie Kirchner, Markus Frühmann, Daniel Kudernatsch, GEPA, TBSV, blindensport.at, Richard Pflanzl, Sergiu Borcuta, Stefan Voittl, WDSFA/Jacek Reda, Torbjörn Andersson
Layout: Jörg Robl
Druck: Offsetdruck DORRONG OG, Graz
Coverfoto: Janina Falk fotografiert von Markus Frühmann

facebook.com/obsv.at
 instagram.com/obsvbewegt/
 youtube.com

KAPUTTE VASEN UND NEUE WEBSEITEN GEMEINSAM DURCH BESONDERE ZEITEN

Fotos: TBSV/Richard Pflanzl/Markus Frühmann

2020 – reden wir nicht um den heißen Brei herum – war das Jahr, das ganz und gar von Corona bestimmt war. Und natürlich galt und gilt das auch für den ÖBSV, für seine Mitglieder, Vereine und Landesverbände. Eine Krise bietet aber auch immer Chancen. Und die haben unsere Mitglieder genutzt.

Gerald Daringer,
Landessportwart stv. und Landesreferent, TBSV

Finde deinen Sport und deinen Verein mit uns!

Der Tiroler Behindertensportverband hat es sich, dem ÖBSV gleich, zum Ziel gesetzt, Menschen mit Behinderung die Bedeutung des Sports für Gesundheit, Mobilität, Eigenständigkeit, Lebensqualität und Integration zu vermitteln. Aus diesem Vorhaben heraus sind einige Neuerungen entstanden: Es wurden das Erscheinungsbild unserer Homepage neu konzipiert und damit verbunden neue, aktuelle Informationsbroschüren für die Öffentlichkeit gedruckt und gefertigt. Weiters wurde unter Mithilfe aller Tiroler Vereine für September 2020 die Informationsveranstaltung „Aktionstag Behindertensport Tirol 2020“ geplant. Leider musste diese Veranstaltung aufgrund der Corona-Pandemie verschoben werden. So wie viele andere Veranstaltungen im Land mussten auch einige Landesmeisterschaften des TBSV abgesagt werden. Dennoch konnten unter den strengen Auflagen und unter Einhaltung der Verordnungen vier Tiroler Meisterschaften organisiert und durchgeführt werden: im Sportschießen, im Amputiertentennis, im Rollstuhltennis und in der Leichtathletik.



Daniel Stütz,
erfolgreicher Nachwuchsleichtathlet aus Tirol

Ab ins Gelände!

Ich konnte während des Lockdowns nicht im Fitnesscenter trainieren. Deshalb haben wir unseren Keller zu einem Studio umfunktioniert. Dort habe ich auf dem Crosstrainer meine Ausdauer verbessern können. Und bei uns auf dem Land konnte ich ab Mai viele Geländeläufe machen, das hat auch sehr viel gebracht. Aber als dann das Lauftraining im Drei-Tannen-Stadion in Reutte wieder losging, war ich schon sehr froh. Bei den Wettkämpfen war ich dann auch gut in Form. Vielen Dank an den ÖBSV, dass die Wiener Meisterschaften stattfinden durften. Ebenso vielen Dank an

Monika Steinlechner für die Organisation der Tiroler Meisterschaften. Schade war, dass ich heuer nicht im Ausland an den Start gehen und mich nicht mit starken Sportlern messen konnte. Ich hoffe, dass es 2021 wieder möglich sein wird, mehr Trainings und Wettkämpfe durchzuführen. Denn darauf freue ich mich am meisten.

Hubsli Hager,
Rollstuhl-Basketballspieler des österreichischen Nationalteams

Im Wohnzimmer zum Dribbelmeister

In der Lockdown-Zeit hatte ich immer das Ziel vor Augen, gestärkt aus der Krise herauszukommen. Für mich bot sich die Möglichkeit, mich voll auf das Training zu konzentrieren. So habe ich an grundlegenden Basketball-Skills wie dem Ballhandling gearbeitet, mich körperlich durch tägliche Workouts und Dehnübungen im Wohnzimmer fit gehalten. Was mir gefehlt hat? Der Kontakt mit dem Team, das Spiel eins gegen eins am Platz, die harten Fights unter dem Korb. Als der Lockdown dann vorbei war und die Sportanlagen wieder offen waren, bot sich mir die Chance, noch effektiver an meinem Wurf zu arbeiten. Das ging ja im Wohnzimmer nicht so optimal – davon zeugen auch ein paar kaputte Vasen. Der Support durch den ÖBSV war auch gut: Wir wurden immer auf dem Laufenden gehalten, wann das Training in welcher Form wieder anfangen kann, welche Maßnahmen und Regeln gelten werden und was alles laut Präventionskonzept zu beachten ist.



JEDERZEIT FÜR ALLE DA SPORTBETRIEB BIS IN DIE KLEINSTE ZELLE

Andrea Scherney, Sportdirektorin beim ÖBSV, hat in ihrer langen Karriere im Behindertensport viel erlebt und viel gesehen. Die Paralympics-Siegerin hat aus ihrer aktiven Zeit als Sportlerin eines gelernt: In Krisen einen kühlen Kopf zu bewahren und Problemen mit Innovation und Mut zu begegnen. Deshalb ist sie beim ÖBSV auch die erste Ansprechperson zum Thema Covid-19.

Andrea, Covid-19 hat den ÖBSV, so wie alle Sportverbände vor große Herausforderungen gestellt. Der Sportbetrieb musste während des Lockdowns komplett abgesagt werden.

Und wir haben hier sehr schnell darauf reagiert. Mit der Heimtrainingsserie „ÖBSV bewegt zuhause“ auf YouTube und den Live-Trainings über die Telemeeting-Plattform Zoom konnten wir diesen Teil unseres Angebots digital weiterführen.

Wie darf man sich die Live-Trainings vorstellen?

Bei den Trainings über Zoom zeigen unsere Trainerinnen und Trainer mittels Video-Live-Chat über den Tag verteilt Übungen, leiten dabei

an und kontrollieren die Ausführung. Wir haben uns dabei sehr breit aufgestellt – vom speziell für Frauen und Mädchen ausgerichteten Training bis hin zu Entspannungsübungen und Krafttraining – und das über alle Behinderungs- und Leistungsgruppen verteilt.

Als dann die Lockerungen und dann wieder die Verschärfungen kamen – wie hat man darauf reagiert?

Alle Updates zu den Covid-19-Maßnahmen und den daraus resultierenden ÖBSV-Handlungsempfehlungen wurden immer direkt an alle Landesverbände und Vereine weitergeleitet. Wir beantworten ganz konkret Fragen, gehen hilfreich und unterstützend zur Hand. Das beginnt bei der Überprüfung

von Präventionskonzepten bei Veranstaltungen bis hin zur Auslegung der Regelungen für die einzelnen Sportarten wie Rollstuhl-Rugby oder der Leichtathletik. Man muss sich die Komplexität dazu so vorstellen: Jede Sportstätte und auch jede Sportart hat ihre eigenen Richtlinien.

Welche Veranstaltungen konnte man also durchführen, welche Trainings fanden und finden statt?

Veranstaltungen auszurichten war eine große Herausforderung. Meisterschaften im Tischtennis und Rollstuhltennis, die Leichtathletik-Landesmeisterschaften in Tirol und Wien gingen ohne Cluster und sportlich erfolgreich über die Bühne. Die Trainings konnten

mit Anfang Juni Schritt für Schritt wieder stattfinden.

Ein großer Teil der Meisterschaften und Sportwochen wurde vom ÖBSV, den Verbänden und Vereinen aber abgesagt – warum das?

Die Einhaltung aller Vorschriften, die eine Durchführung einer Veranstaltung ermöglichen, ist nur mit sehr großem finanziellem und logistischem Aufwand möglich. Das war und ist vor allem für kleinere Vereine einfach nicht zu stemmen. Wir als Verband helfen zwar, wo und wie wir können, unsere Ressourcen sind aber auch beschränkt. Und weiterhin gilt: Die Gesundheit der Aktiven muss an oberster Stelle stehen. Und natürlich musste viel abgesagt werden, da uns auch die

gesetzlichen Vorgaben dazu gezwungen haben.

Wie weit kann man in den Corona-Zeiten überhaupt langfristig einen Sportbetrieb planen?

Natürlich ist das schwer und nicht optimal – weder für uns noch für unsere Vereine und Aktiven. Als Verband müssen wir uns anpassen. Da heißt es flexibel sein, man kommt um kurzfristige Entscheidungen nicht herum.

Was bedeutet das für den Spitzensport?

Im Sinne des Kadersports verfolgen wir klarerweise langfristige Ziele wie die Paralympics im Jahr 2021. Das heißt, wir nehmen hier jede Chance eines internationalen Leistungsver-

gleichs oder einer Qualifikationsmöglichkeit wahr.

Der Breitensport hat besonders hart zu kämpfen...

Ja, deshalb war es uns von Anfang an wichtig, hier jede noch so kleine Sportzelle zu unterstützen: Kontakt mit den Aktiven zu halten, sie aus einer möglichen Isolation herauszuholen, sie nicht zu verlieren, sie weiterhin für Bewegung und Sport zu begeistern. Das Miteinander ist eine wichtige soziale Komponente, die wir fördern müssen!



EMILIE SCHWARZ MUT BRAUCHT DER MENSCH IMMER!

Fotos: Sophie Kirchner | Text: Nina Kaltenböck

Emilie Schwarz, für viele die Milli aus Hellmonsödt, holte in den 1970ern bei den Paralympics in Heidelberg und Toronto Silber- und Bronzemedailen in verschiedensten Wurfdisziplinen. Ein Triumph, den sich die Oberösterreicherin nach einer Infektion mit dem Poliovirus niemals erträumt hätte. Den Behindertensport hat Schwarz als Obfrau des OÖBSV und Vizepräsidentin im ÖBSV ebenfalls maßgeblich verändert. Die heute 86-Jährige beeindruckt immer noch mit ihrem Optimismus, ihrer Wertschätzung für große und kleine Dinge und ihrem Mut in allen Lebenslagen.



EMILIE SCHWARZ

Frau Schwarz, wie beschreiben Sie sich selbst?

Ich bin sehr optimistisch. Das war ich vor allem beim Sport und in meinen beruflichen Funktionen. Das bringt sicher bessere Leistungen. Heute kann ich über mein Leben sagen: Wenn die innere Einstellung passt, bleibt man fit. Ich habe keine Sorgen. Das hält irgendwie jung.

An welche sportlichen Erfolge denken Sie gerne?

Als ich bei den Querschnittgelähmten-Meisterschaften sofort drei Bewerbe für mich entscheiden konnte, war das für mich schöner als Toronto. Das wird immer in mir bleiben. Als behinderter Mensch durchzuhalten und das zu schaffen, was erwartet wird, war ein Umrühren in den Gefühlen. Der Verband hat die Erfolge ja auch gebraucht.

Nachdem Speer, Diskus und Kugel lange Ihr Leben beherrscht haben, verfügen Sie über mehr Kraft als andere Damen in Ihrem Alter?

Auf jeden Fall! Durchtrainierter bin ich schon. Aber der Sport hat mich auch flexibel gemacht. Nach meiner sportlichen Laufbahn war ich im Gemeinderat, im Vorstand im Behindertensport. Ich hab mich für alles interessiert. Mit den Politikern haben wir damals sehr viel zu unseren Gunsten verändern können. Man muss sich selbst integrieren, um integriert zu sein. Weil Behinderte und Nichtbehinderte gehören ja zusammen.

Wofür haben Sie damals im Behindertensportverband gekämpft? Für den Zusammenschluss mit allen anderen Sportorganisationen und generell um unsere Anerkennung.

Sie waren neun Jahre alt, als Sie an Kinderlähmung erkrankten. Wie sind Sie mit dieser Situation zurechtgekommen? Es hat mit hohem Fieber begonnen. In der Familie waren alle perplex. Dazu kamen starke Kopfschmerzen, so arg, dass man sich fast nicht mehr auskennt. Meine Eltern haben dann Ärzte gerufen, und ich bin noch zu Fuß ins Rettungsauto gewankt.



Bild links: Emilie Schwarz in ihrer Wohnung in Helmlmönsödt. Ihre Hanteln hat sie nicht extra aus dem Schrank holen müssen. Sie sind auch heute noch ihre Begleiter. Foto rechts: Ein Teil der Schwarz'schen Medaillensammlung.

» ALS BEHINDERTER MENSCH DURCHZUHALTEN UND DAS ZU SCHAFFEN, WAS ERWARTET WIRD, WAR EIN UMRÜHREN IN DEN GEFÜHLEN.

EMILIE SCHWARZ

Am nächsten Tag hab ich dann im Kinderkrankenhaus in Linz nicht mehr aufstehen können. Da hab ich dann zur Mama gesagt: "Mutter, ich kann nicht mehr gehen!" Von da an hab ich gewusst: Hop-pala, jetzt hat's was. Jetzt wird's schlimm! Mit einem künstlichen Fieberschub hat man noch versucht, die Krankheit abzufangen, aber das ist nicht gelungen. Ich hab dann mein Leben gehunfähig geführt, aber der Sport hat mir geholfen, eine gute Muskulatur zu bilden.

Ihr Beruf hat ebenfalls viel Kraft verlangt.

Ja, ich habe über 20 Jahre als Schneidermeisterin gearbeitet. Das war auch etwas Wertvolles. Ich habe 100 Brautkleider und 50 Ballkleider genäht. Als Funktionärin kannte man mich dann auch mal resolut. Ich konnte vieles durchziehen, weil ich keine eigene Familie gehabt habe. Rückblickend weiß ich: Mir geht es sehr gut! Ich möchte mit niemandem tauschen. Ich habe Freunde, Familie und auch im Altersheim bin ich ein gern gesehener Gast. Weil ich Menschen gut beruhigen kann.



Das brauchen viele im Moment.

In der jetzigen Zeit sind viele ältere Menschen sehr sorgenvoll, manche sogar fast eingebrochen. Ich sag dann immer: Es hat keinen Sinn aufzugeben. Ich hab in meinem Leben viel von der Sonnenseite erwischt.

Wie gelangt man auf die Sonnenseite?

Ich habe gelernt, eine Zufriedenheit von innen heraus in mir zu

tragen. Der Mensch muss ja alles erst lernen.

Fühlen Sie sich trotzdem manchmal einsam?

Ich bin in der Familie meiner Schwester Taufpatin von sechs Kindern. Was die alles mit mir unternehmen und mich erleben lassen! Das ist wunderbar. Ich helfe aber auch gerne anderen Menschen. Mit Zuhören.

Sie, Ihr Rollstuhl und Ihr allzeit

offenes Ohr gehören zum Ortsbild der 2.500-Einwohner-Gemeinde im Mühlviertel. Was raten Sie Menschen, die aktuell den Mut verlieren?

Mut braucht der Mensch immer, ob er behindert ist oder nicht. Gespräche sind das Wichtigste. Ob das an einem Stammtisch ist oder sonst wo. Hauptsache, man schmeißt nicht alles hin! Von einem behinderten Menschen kann man das lernen. Da gibt es viele Mutmacher.

Was wünschen Sie sich?

Dass mich das Vergesslichkeits-teufel nicht erwischt. Aber dafür les ich extra viel. Auch unnötige Sachen, wie Politik.

Was hält Sie gesund?

Der Glaube und das Vertrauen in mich selbst und meine Umwelt helfen mir. Angst kenn ich nicht. Angst ist ein schlechter Berater. Und ich ess nur zweimal im Jahr eine Pizza.

Wie 86 fühlen Sie sich nicht, oder?

Nein! Ich passe in diese Altersklasse noch nicht rein. Ich bin einfach noch nicht da! Mit den 60-Jährigen könnt ich schon noch mit! (Lacht.)



STECKBRIEF

1981 bis 1993 Obfrau des Oberösterreichischen Behindertensportverbandes

1989 bis 1995 Vizepräsidentin des Österreichischen Behindertensportverbandes

Vorstandsmitglied in der Diözesansportgemeinschaft und im Verein der Querschnittgelähmten VQÖ

1989 Ernennung zur Konsulentin für Sportwesen durch die oberösterreichische Landesregierung

Einsatz für Gleichstellung des Behindertensports mit dem sogenannten „normalen“ Sport

Bundesweit bereitete Emilie Schwarz den Weg zur Aufnahme des ÖBSV in die Bundessportorganisation vor

Zwei Teilnahmen an Paralympischen Spielen, 1972 in Heidelberg und 1976 in Toronto, mit zwei Silber- und drei Bronzemedailles

Goldener Leo für ihr Lebenswerk

ÖBSV Ehrenmitglied



WIR BILDEN FORT! ANLEITUNG ZUM SELBERMACHEN

Aus- und Fortbildung sind zentrale Aufgaben des ÖBSV. Im Sommer wurde dazu ein weiterer Meilenstein gesetzt: Die Bewegungs- und Informationscoaches des ÖBSV und die Landesverbände wurden zu Ausbilderinnen und Ausbildern geschult.

Fotos und Text: ÖBSV/Daniel Kudermatsch

Christoph Etlzstorfer, Vizepräsident Sport im ÖBSV, erklärt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Besonderheiten beim Training mit Menschen mit Querschnitt.



» EINE DER GROSSEN AUFGABEN DES ÖBSV IST ES, SEIN WISSEN ÜBER DEN BEHINDERTENSPO RT WEITERZUGEBEN.

MATIAS COSTA



„Eine der großen Aufgaben des ÖBSV ist es, sein Wissen über den Behindertensport weiterzugeben. Deshalb steckt der Verband jedes Jahr viel Zeit und Energie in die Ausbildung von Trainerinnen, Übungsleitern und Instruktorinnen“, so Matias Costa, der beim ÖBSV für Sportentwicklung zuständig ist.

Seinem und dem Ruf des ÖBSV sind deshalb Ende Juli 19 Teilnehmer*innen nach Schielleiten gefolgt. Was dort an drei Tagen stattfand, kann man als eine der

wichtigsten Neuerungen in der Ausbildungsstruktur des ÖBSV bezeichnen. Im Bundessport- und Freizeitzentrum in der Steiermark wurde in Praxis- und Theoriestunden die Basis dafür gelegt, dass bald Landesverbände und die Bewegungs- und Informationscoaches des ÖBSV selbst Übungsleiter*innen im Behindertensport werden können.

Andrea Scherney, Sportdirektorin beim ÖBSV leitete gemeinsam mit Bettina Mössenböck, der Aus-

und Fortbildungsbeauftragte des ÖBSV, die Theorieeinheiten. Am Programm standen dabei Methodik, Kursleitung, Vereinsrecht und medizinische Grundlagen. Scherney: „Ziel des Symposiums ist es, die Regionalisierung des ÖBSV-Übungsleiter-Basismoduls voranzutreiben. In Schielleiten haben wir dafür inhaltliche Standards abgestimmt“.

Bild r.o. und l.u.: In den Theoriestunden stand Methodik, Kursleitung, Vereinsrecht und medizinische Grundlagen auf dem Programm.



Wie es ist, blind Sport auszuüben (Bild links), wurde, wie Sport im Rollstuhl (Bild unten), selbst erfahren.

Wissen fundiert weitergeben

Sensibilisierung und Selbsterfahrung in Bezug auf alle Behinderungsgruppen war eines der vielen Themen der Aus- und Weiterbildungen im ÖBSV. Wer weiß, worauf es beim Rollstuhlfahren ankommt oder wie sich ein Training für blinde und sehbehinderte Menschen anfühlt, kann das Wissen dafür besser weitergeben.

Paralympics-Sieger Christoph Ettlstorfer, Vizepräsident Sport im ÖBSV: „Trainer*innen müssen sich immer auf die Besonderheiten ihrer Klient*innen einstellen, denn das Spektrum der Möglichkeiten im Sport hängt von der jeweiligen Behinderung ab. Als Trainer*in musst du kreativ sein, nur so kannst du den Leuten beibringen, sich fit zu halten. Denn dabei geht es ja im

Behindertensport: Alltagsfitness und nicht Höchstleistungen im Wettkampfsport. Die Funktionen, die man mit seiner Behinderung hat, sollen gestärkt werden. Das können Übungsleiterinnen und Übungsleiter perfekt weitergeben. Deshalb wollen wir möglichst viele Leute für die Ausbildung motivieren.“

Doris Mader, Silber-Medaillengewinnerin im Tischtennis: „Jeder kommt von einer anderen Sportart, hat einen anderen Blickwinkel und Zugang zum Behindertensport. Durch den Austausch der unterschiedlichen Erfahrungen in der Gruppe sind viele neue Ideen entstanden, die wir mithilfe der Vortragenden schon während des Symposiums umsetzen konnten.“

Dass das Symposium in

Schilleiten ein voller Erfolg war, spiegelte sich schon im Herbst 2020 wider: Manuel Wunder, Bewegungs- und Informationscoach (BIC) beim ÖBSV, veranstaltete mit dem Kärntner Behindertensportverband das erste dezentrale Übungsleiterinnen- und Übungsleiter-Modul, Sebastian Eggert, ebenfalls BIC, war für die Trainingslehre beim erstmalig über Videokonferenz veranstalteten Basis-Modul zuständig. Johann Knoll, Sportkoordinator beim ÖBSV: „Das Symposium trägt Früchte: Einerseits können Landesverbände eigene Module organisieren, andererseits sind die neu Ausgebildeten Multiplikatoren für alle weiteren Module.“

➔ Alles zu den Ausbildungen des ÖBSV unter obsv.at/sport/ausbildung



» DURCH AUSTAUSCH SIND VIELE NEUE IDEEN ENTSTANDEN.

DORIS MADER

AM WEG NACH TOKIO DU MUSST DAS WASSER SPÜREN

Mit Trainer Adi Gschwandtner bildet
Nachwuchsschwimmerin Janina Falk ein kongeniales Duo.
Ihr Vertrauen zueinander ist die Grundlage für schnelle
Zeiten im Nass.





Die Schwimmhalle im Campus des BSFZ Südstadt ist gut besucht. Auf einer Bahn des Beckens schwimmt Janina Falk. Ihr Trainer Adi Gschwandtner steht an der Längsseite. Janina blickt kurz zu ihm. Adi macht zwei unscheinbare Bewegungen mit Kopf und Schulter. Janina weiß, was das heißt. Ihre Rückenschwimmtechnik ist nicht optimal. Sie muss den Kopf mehr überstrecken und die Armbewegung runder ausführen.

Seit Herbst 2019 trainiert Adi Gschwandtner Janina Falk. Was zwischen den beiden in dieser Zeit entstanden ist: Vertrauen und ein

intuitives Verständnis füreinander. „Nicht gesucht und trotzdem gefunden“, so nennt das Adi. Für Janina ist die Zusammenarbeit mit Adi ein Umbruch auf allen Linien. Bis Adi da war, reiste sie fünf Jahre mit ihren Eltern Gottfried und Heidemarie zu den Wettkämpfen. Bis Adi das Training übernahm, war sie in ihrer alten Trainingsgruppe eine von zehn Schwimmerinnen. Jetzt hat sie zusätzlich mehrmals wöchentlich Individualtraining mit Adi, fliegt und fährt oft mit ihm zu den Events. „Für mich war das gar keine so große Umstellung. Es war auch schön, mal ohne meine Eltern zu Wettkämpfen zu fahren.

Da kommandiert mich niemand herum“, so Janina zur neuen Situation. Gleichzeitig weiß sie aber, dass niemand sie so gut kennt wie ihre Eltern, niemand so gut auf ihre mentale Behinderung eingehen kann wie ihr Vater. Janina: „Zwei Wochen Paralympics ohne meinen Vater? Kann ich mir nicht vorstellen!“

Technik statt Tempo

„Im Sommer 2019 hat mich Maria Sarma vom ÖBSV kontaktiert und mir erzählt, dass Janina einen Trainer braucht. Ich dachte mir, warum nicht, auch wenn ich bis dahin keine Erfahrung im Training mit mental behinderten Menschen hatte“, so Gschwandtner. „Die Chemie zwischen uns stimmte von Anfang an. Auch mit ihren Eltern verstehe ich mich sehr gut, was ebenfalls sehr wichtig ist.“

Der 51-jährige Niederösterreicher ist seit 15 Jahren im Schwimmsport tätig. Lehrwart, Trainer, dann Spezialtrainerausbildung. Er kommt also aus der Didaktik und nicht der Aktiven-Ecke. Als Adi mit Janina zu trainieren beginnt, ist sie bereits schnell. Oft aber zu schnell, vor allem im Training. Sie gleitet nicht durchs Wasser, sie kämpft dagegen an. „Schwimmerinnen und Schwimmer müssen wissen, wo sie durch Verdrängung Tempo machen, wann sie durch wenig Widerstand Kraft sparen können“, erklärt Gschwandtner.

Das Individualtraining mit Janina richtet Adi deshalb ganz auf die Verbesserung ihrer Technik aus.

Janina krault mit Tennisbällen in den Händen. Dadurch spürt sie den Widerstand des Wasser auf den Armen mehr. Sie schwimmt Delphin, aber am Rücken, Rücken nur mit einer Hand. Janina und Adi arbeiten auch im mentalen Bereich zusammen. Aus Janinas Glaubenssatz „Ich kann das nicht“ wird „Ich kann das!“ „Beim Training mit Adi war vieles neu und ungewohnt. Anfangs hab ich mich schon gefragt, was das soll, weil ich im Wettkampf ja nicht so schwimme! Aber ich spüre das Wasser jetzt viel mehr“, erzählt Janina. Durch das Techniktraining wird sie schneller. Und schneller. Ihre persönlichen Bestzeiten purzeln, sie gewinnt einen Wettkampf nach dem anderen. „Da hat sie mir dann geglaubt und nicht mehr alles hinterfragt“, so Gschwandtner. Der aber weiß, dass das Umsetzen der besseren Techniken auf allen Lagen in Geschwindigkeit seine Zeit braucht. Gschwandtner: „Wir sind erst am Anfang.“

Wettkampfsau

Im März, nach einem halben Jahr gemeinsamen Trainings, der Vorbereitung auf die EM in Portugal und mögliche Paralympische Spiele in Tokio, dann das Corona-Dilemma. Gschwandtner: „Janina ist eine Wettkampfsau, das muss man schon so sagen. Sie ist im Training immer voll dabei, aber beim direkten Duell im Wasser mit ihren Konkurrentinnen ist sie extrem motiviert, holt nochmals ein paar Prozent aus sich raus.“ Keine optimalen Vorrassetzungen

also für eine Leistungssteigerung auf lange Sicht. Was sich aber im April auftut: Janina und Adi können endlich, so wie der Rest des ÖBSV-Schwimmteams, im 50-Meter-Bekken der Südstadt trainieren. Neben den Schwimm-Stars des österreichischen Nationalteams. Das Duo Falk-Gschwandtner spürt: Okay, die wollen nach Tokio, wir wollen nach Tokio, die finden super, was wir tun, wir sind nicht irgendwer und müssen uns nicht kleinmachen. Das und der Umstand, dass zumindest der eine oder andere Wettkampf stattfindet, hält die Motivation und die Freude am Training hoch.

Und das braucht es im Spitzensport, genauso wie Ziele. Für Falk und Gschwandtner soll sich das intensive Training spätestens 2021 bezahlt machen. Gschwandtner: „Auch wenn wir nicht wissen, ob die EM im Frühjahr 2021 und dann Tokio 2020 im Herbst 2021 über die Bühne gehen werden – wir arbeiten Woche für Woche daran, dort an den Start zu gehen und schnell zu schwimmen.“ Janina sieht die Sache, trotz ihres Ehrgeizes, lockerer: „Ich denke nicht so langfristig, mehr von Wettkampf zu Wettkampf. Dort will ich immer das Beste geben.“

» DIE CHEMIE ZWISCHEN UNS
STIMMT VON ANFANG AN.

ADI GSCHWANDTNER



» ICH DENKE NICHT SO
LANGFRISTIG, MEHR
VON WETTKAMPF ZU
WETTKAMPF. DORT WILL ICH
IMMER DAS BESTE GEBEN.

JANINA FALK

STECKBRIEF

Janina Falk kommt am 5. Februar 2003 mit einer mentalen Behinderung zur Welt. Als Kind ist sie hyperaktiv. Die Eltern Gottfried und Heidemarie sehen schnell, das Mädchen muss seine Energie abbauen können. Sie versucht sich im Tanz und im Reiten. Im Alter von acht Jahren steht aber für sie fest: „Schwimmen ist mein Sport!“ Seitdem trainiert Janina auf ihr großes Ziel, die Paralympics, hin.

📧 janina-falk.at



HIGHLIGHTS MIT MASKE SPORT ALS WOHLFÜHLFAKTOR

Text: Daniel Kudermatsch

2020 war ein herausforderndes Jahr für den Behindertensport. Mit der Pandemie und den daraus resultierenden Lockdowns wurden Veranstaltungen verschoben und abgesagt, Hygienekonzepte erstellt und eingehalten. Bei all den Bemühungen stand und steht immer die Gesundheit aller Aktiven an oberster Stelle. Dass das Jahr voller Highlights ist, hat der Behindertensport seiner großen Community, seinen zahlreichen Sportarten, seinen engagierten Mitgliedern, Mitarbeiterinnen, Mitarbeitern und Freiwilligen zu verdanken. Vorhang auf für die Highlights 2020!

Bil Marinkovic bei den Wiener Landesmeisterschaften der Leichtathletik. Foto: Markus Frühmann



Von links nach rechts: Skisport, wie Blindenskilaf, ist bis zum Lockdown möglich. Foto: blindensport.at
Andreas Onea liefert 2020 eine tolle Saison ab. Foto: GEPA
Die Boccia-Saison endet leider schon im Februar. Foto: ÖBSV
Die Rollstuhl-Tänzerinnen, im Bild Sabrina Gostner, haben ihren letzten internationalen Wettkampf im Jahr 2021. Foto: WDSFA/ Jacek Reda
Die Triathleten Günther Matzinger und Florian Brungraber haben ein Australien einen grandiosen Auftakt. Foto: Privat

DEZEMBER 2019

Anfang Dezember findet in Leogang, Salzburg, eine Aus- und Fortbildung für Begleitsportlerinnen und Begleitsportler im Blinden-Skilaf statt. Skifahren für Menschen mit Sehbehinderung funktioniert einfach. Man braucht einen Guide - die oder der fährt vor, gibt Kommandos zum Richtungswechsel und mehr. Was es braucht: Erfahrung und Vertrauen.

Österreichs Rollstuhltänzerinnen Sanja Vukasinovic und Sabrina Gostner erreichen bei den Weltmeisterschaften in Berlin tolle Erfolge, wie Vukasinovic den fünften Platz unter 29 Teilnehmerinnen im Single.

JÄNNER

Der Abschlusskurs der nationalen Klassifizierungsausbildung findet am Weißen Hof mit der deutschen Expertin Annet Juvier statt. Vier Leute erhalten ihr Zertifikat.

Schwimmer Andreas Onea präsentiert sich zum Beginn der vermeintlichen Paralympics-Saison in Bestform. Bei den offenen

Wiener Kurzbahnmeisterschaften schwimmt er Rekord über 100 Meter Lagen. Bei den Croatian Open erschwimmen Janina Falk, Andreas Onea und Andreas Ernhofer Medaillen und Rekorde und bestätigen ihre Qualifikationsleistungen für die Paralympics.

Das erste Turnier 2020 der E-Rollifußballerinnen und E-Rolli-Fußballer, der ASKÖ Player's CUP, begeistert mit tollen Toren und purer Spielfreude.

Die Vorrunde der Rollstuhl-Basketball-Liga 2019/2020 geht zu Ende – in den Play-Offs stehen die Sitting Bulls, die FlinkStones Graz, die Carintian Broncos und die Rebound Warriors OÖ.

18 blinde und sehbehinderte Langläuferinnen und Langläufer mit 18 Guides trainieren in der Ramsau am Dachstein. Die eifrigsten schaffen ein Laufpensum von mehr als 150 Kilometer.

Der Trainingskurs Ski Alpin für sehbehinderte und blinde Menschen findet Ende Jänner im Austrian

Sports Resorts BSFZ Maria Alm/Hintermoos statt.

FEBRUAR

Die Österreichischen Meisterschaften Ski Alpin in Jerzens, Tirol, bringen viele neue Aktive mit Mentalbehinderung und Down Syndrom an den Start. Ein gutes Zeichen für die in Seefeld 2022 stattfindenden Weltmeisterschaften.

Die Boccia-Saison 2020 startet am 29.2. mit dem Cup in Innsbruck. Das Turnier zeigt wieder, welche Präzision, Geschick und eine ausgeklügelte Taktik das Spiel braucht, um als Siegerin oder Sieger vom Platz zu gehen.

Ende Februar findet in Bad Mitterndorf in der Steiermark die Österreichische Langlauf-Staatsmeisterschaft statt. Der WSC Bad Mitterndorf übernimmt die Durchführung, stellt rund 20 blinden Menschen und 20 Menschen mit mentalen Behinderungen hervorragende Wettkampfstrecken sowie eine perfekte Organisation zur Verfügung.

Im ersten Semifinale der Rollstuhl-Basketballer qualifizieren sich die Sitting Bulls und die RBB FlinkStones mit einem komfortablen Vorsprung für das am 16. März geplante Rückspiel. Noch weiß niemand, dass dies die letzten Spiele der Meisterschaft sind.

Die Triathleten Florian Brungraber und Günther Matzinger holen sich Ende Februar 2020 bei der ITU World Paratriathlon Series in Devonport, Australien den Sieg in ihrer Klasse und damit wichtige Punkte für die Paralympics-Qualifikation. Oliver Dreier landet auf dem neunten Platz.

MÄRZ

Die letzte große Veranstaltung vor dem Lockdown im Frühjahr sind die Staatsmeisterschaften Ski Alpin in Tirol. Sowohl bei den Damen als auch bei den Herren wird dabei in drei Kategorien gefahren: Sehbehinderte, Stehende und Sitzende. Dabei setzen sich Top-Racer, wie Veronika Aigner und Markus Salcher durch.

Corona stoppt den Breitensport, der ÖBSV reagiert schnell. Mit 22. März bieten wir bereits ein Live-Trainingsprogramm an. Dabei zeigen unsere Coaches mittels Video-Live-Chat über den Tag verteilte Übungen und kontrollieren deren Ausführung.

APRIL

Corona hat auch etwas Gutes: Das ÖBSV-Schwimmteam mit Janina Falk, Sabine Weber-Treiber, Andreas Ernhofer und Andreas Onea zieht in das BSFZ Südstadt ein. Das bedeutet erstmals regelmäßiges gemeinsames Training in einem 50-Meter-Becken.

Rennrollstuhl-Fahrer Ludwig Malter absolviert den Boston-Marathon – von zu Hause.

Mit 22. April startet die Serie „ÖBSV bewegt zuhause“. Auf YouTube präsentiert der ÖBSV Trainings-Clips in den Bereichen Kraft, Koordination und Ausdauer, und das für unterschiedliche Behinderungsgruppen, Altersgruppen und Kompetenzlevel.



MAI

Nach Absage des zweiten Halbfinals und der Finalsiege im Rollstuhl-Basketball werden die Sitting Bulls zum Meister erklärt. Vize sind die FlinkStones aus Graz.

Handbiker Thomas Frühwirth ist Wettkampfsportler durch und durch. Der Steirer fährt in der Pandemie deshalb Rennen einfach gegen sich selbst.

Die Kadersportlerinnen und Kadersportler, vor allem in der Leichtathletik und im Schwimmsport, können aufgrund der für sie geöffneten Sportstätten endlich wieder einem geordneten Training nachgehen.

JUNI

Die jährlich vom ÖBSV organisierte Inklusionskonferenz findet zum siebenten Mal statt. 19 von 60 in Österreich anerkannten Bundessportfachverbänden inkludieren aktuell Behindertensport in ihrer Organisationsstruktur. Bei der Konferenz geht es um den Informations- und Meinungsaustausch

zwischen dem Behindertensportverband und den einzelnen Verbänden. Im Vienna Marriott Hotel sind dazu 35 Vertreterinnen und Vertreter anwesend.

Kärnten, Burgenland und Wien starten erfolgreich das Bewegungsprogramm „Bewegt im Park - Inklusiv!“. Nicht nur dutzende Aktive sind dabei, auch Sportminister Kogler wirft in Wien ein paar Körbe. Die Aktion bietet spezielle Angebote für Menschen mit Behinderung, z.B. Blindentennis, an. Die Kurse werden in Kooperation mit Vereinen der ASKÖ, ASVÖ und der SPORTUNION abgehalten.

Viele Vereine trainieren wieder – wie die Fußballer des Special-Needs-Teams des SC Pötzleinsdorf. Trainer Valentin Müller: „Wir haben online Live-Trainings gemacht, da ging es mehr um Technik als um Kondition. Jetzt sieht sich die Mannschaft wieder, man kann wieder fest auf den Ball draufhauen, Passspiel üben!“

JULI

Das Symposium in Schiellenen macht die Bewegungs- und Informationscoaches des ÖBSV und Vertreterinnen und Vertreter der Länder zu Ausbilderinnen und Ausbildnern.

Rollstuhltennis Österreich bestreitet die erste Staatsmeisterschaft nach dem Lockdown. Nico Langmann und Christina Pesendorfer werden Staatsmeister. Mit der Wheelchair Tennis Tour und dem Masters werden weitere Turniere ausgetragen.

Mit Katja Edler wird die neue Sportkordinatorin der ÖBSV-Rollstuhl-Basketball-Bundesliga. Die 27-jährige Steirerin hat viel vor.

Mit 1. Juli gelten neue Bestimmungen im Sport. Kontakt- und Mannschaftssport sind wieder erlaubt.

AUGUST

Simon Erhart ist neuer ÖBSV-Meisterschaftskordinator. Der Student der Sportwissenschaften ist vom Behindertensport begeistert.

Das erste regional ausgeführte Basismodul in Klagenfurt ist der erste Erfolg des ÖBSV-Ausbildungssymposiums.

Selbstvertrauen tanken – das ist das Motto des ÖBSV-Sportcamps für Frauen und Mädchen in Obertraun. Es ist eines der wenigen Camps, die dieses Jahr über die Bühne gehen können.

Bei den Summer City Camps arbeiten WAT, Kinderfreunde und der ÖBSV zusammen, um Kindern mit Behinderung einen abwechslungsreichen Sommer mit Sport, Spaß und Spiel zu ermöglichen.

Blindsurfen auf der CityWave: Dabei wird der Gleichgewichtssinn auf dem Surfbrett auf einer 1,40 Meter hohen Welle trainiert.

Amputierten-Tennis: Christian Graf krönt sich bei den Meisterschaften zum Premiersieger.

Beim ersten Rolli-Kids-Workshop des ÖBSV stehen Vernetzung und Fortbildung auf dem Programm. Alle Gruppenleiterinnen und Grup-

penleiter sind dabei. Ute Herzog vom Deutschen Rollstuhl-Sportverband gibt ihr Wissen weiter.

SEPTEMBER

Ende September stehen gleich zwei Highlights im Blindenfußball an: Das Sportmodul und das erste Testspiel der österreichischen Frauen-Auswahl.

Rollstuhltennis: Maximilian Taucher und Martin Legner sichern sich bei der letzten Station der WTTA in Bad Ischl die Siege auf der Pro Tour und der Hobby Tour.

Die #BeActiveNight begeistert tausende Menschen in ganz Europa. In Vorarlberg kann jede Frau und jeder Mann bei Karate Bregenz sich im Kampfsport versuchen, in Linz sammeln Handbiker, Radfahrerinnen und Radfahrer Geld bei einem Charity-Rennen.

Bei den Staatsmeisterschaften im Tischtennis in Stockerau kommt es zu Überraschungen durch neue Talente. Bei den sitzenden Bewerben gab es ein kräftiges Ausrufezeichen der Jungen. In der

Von links nach rechts: Die Spieler des SC Pötzleinsdorf können im Juni ihr Training wieder aufnehmen. Foto: ÖBSV
Beim Auftakt zu „Bewegt im Park – Inklusiv!“ wirft auch Sportminister Werner Kogler ein paar Körbe. Foto: ÖBSV
Blindentennis ist Teil des Angebots von „Bewegt im Park – Inklusiv!“. Foto: ÖBSV
Maximilian Taucher gewinnt die WTTA-Tour in der Hobby-Klasse. Foto: Privat



Von links nach rechts: Henrik Andersson bei den Tischtennis-Staatsmeisterschaften. Foto: Torbjörn Andersson
Die Wiener Meisterschaften der Leichtathletik locken Aktive aus allen Bundesländern an. Foto: Markus Frühmann
Das Rollstuhl-Basketball-Nationalteam bereitet sich auf die EM vor. Foto: Markus Frühmann
Die inklusiven Meisterschaften der Triathleten in St. Pölten. Foto: Privat
Sportschütze Patrick Moor mit seiner Frau. Foto: GEPA

Klasse 3 muss sich Patrick Caharst im Finale Manfred Dollmann geschlagen geben. In der Klasse 4 kämpft sich Henrik Andersson bis ins Finale, dort muss er die Überlegenheit von Gottfried Gratz anerkennen. In der Klasse 5 treffen Christoph Arnold und Favorit Franz Desch aufeinander, Desch geht als Sieger hervor. Im offenen Bewerb triumphiert Egon Kramminger. Den offenen Bewerb der Stehenden gewinnt Gustav Jirka gegen Christian Scheiber. In der Klasse 6 wird Patrick Hahn nach einem packenden 3:2 Finalsieg über Friedrich Maislinger erstmalig Staatsmeister. Christian Scheiber wird vor Peter Wallner zum Staatsmeister in den Klassen 7-9 gekürt, und Gustav Jirka gewinnt das Finale der Klasse 10 gegen den zum ÖBSV Nachwuchssportler 2020 gewählten Noah Rainer.

Die Wiener Leichtathletikmeisterschaften werden zum Erfolgsfest: Bil Marinkovic, Alexander Pototschnig und viele weitere Talente überzeugen durch tolle Weiten, schnelle Zeiten und neue Rekorde. Dabei gibt es einen Zulauf

wie nie zuvor: 67 Sportler aus 13 Vereinen und sechs Bundesländern reisen an. Andrea Scherney, Sportdirektorin des ÖBSV zieht ein positives Fazit: „Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben sich riesig gefreut, dass wir uns nach der langen Pause wiedersehen und miteinander messen können. Der WBSV und ÖBSV haben alles dafür gegeben, dass die Sicherheit der Gesundheit gewährleistet ist. Die Rekordteilnehmerzahl zeigt die Wichtigkeit der Veranstaltung, der Aufwand hat sich gelohnt.“

Gleich drei neue österreichische Rekorde werden bei den 30. Tiroler Leichtathletikmeisterschaften erzielt. Zwei der drei Bestleistungen stellt der erst 20 Jahre alt Daniel Stütz auf.

Das Nationalteam der Rollstuhl-Basketballer bereitet sich in einem Trainingslager auf die B-EM in Griechenland vor. Klares Ziel: Wiederaufstieg in die Gruppe A. Man arbeitet am Spielsystem und feilt an der Taktik. Dann die Absage der EM!

Im Rahmen des Fittest City Triathlons werden die Österreichischen Meisterschaften im Paratriathlon ausgetragen. Im Corona-bedingten Einzelstartmodus setzen sich Florian Brungraber, Günther Matzinger, Andreas Janisch und Martin Falch durch.

OKTOBER

Rollstuhltennis: Neben Meisterschaft und Tour findet zum Abschluss das Masters in Schwaz, Tirol, statt. Dort holt sich Martin Riegler seinen ersten Sieg.

Para-Schwimmer Andreas Onea holt beim Weltcup in Berlin über 200 Meter Delphin den Sieg in seiner Klasse.

Der sehbehinderte Vorarlberger Sportschütze Patrick Moor zieht einen Schlusstrich unter seine international erfolgreiche Laufbahn, dem Sport bleibt er als Funktionär erhalten.

Das Basismodul der ÖBSV Übungsleiterausbildung in St. Pölten geht aufgrund von Covid-19 erstmals online über die Bühne.

Aufgrund des „sanften“ Lockdowns müssen alle noch ausstehenden Meisterschaften 2020 abgesagt werden.

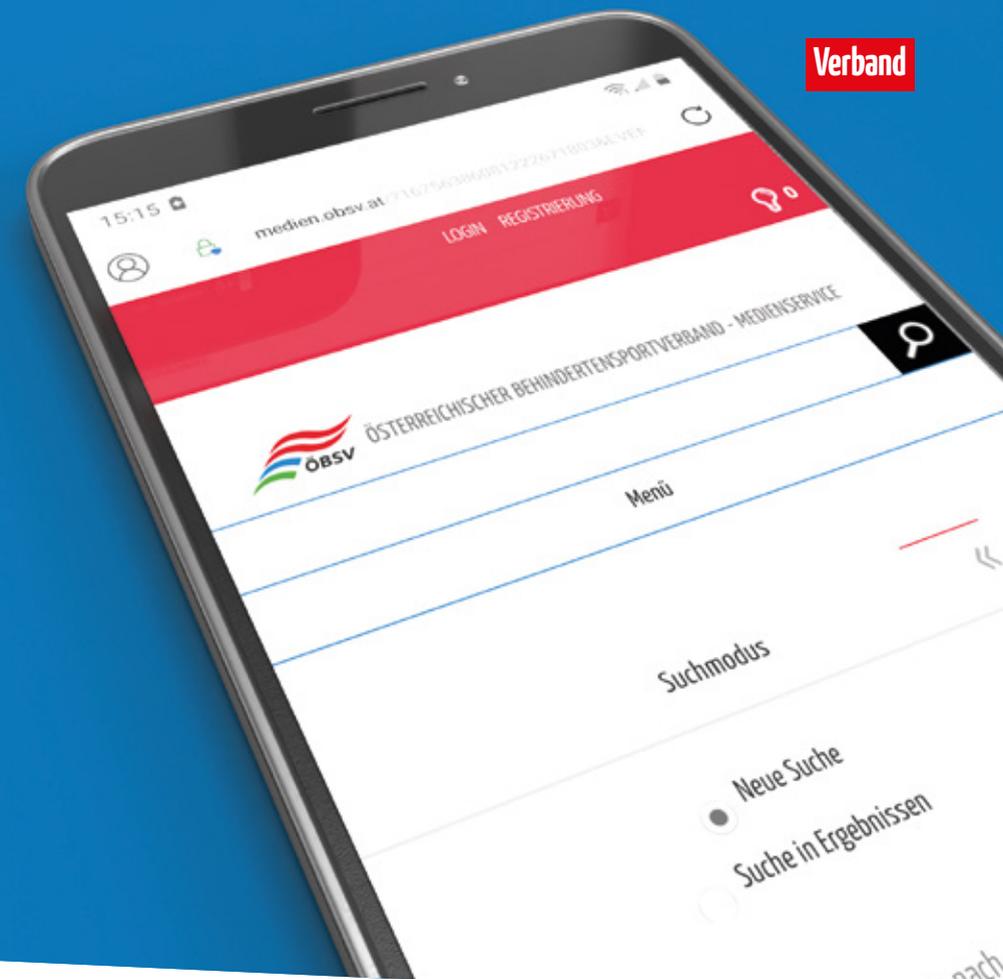
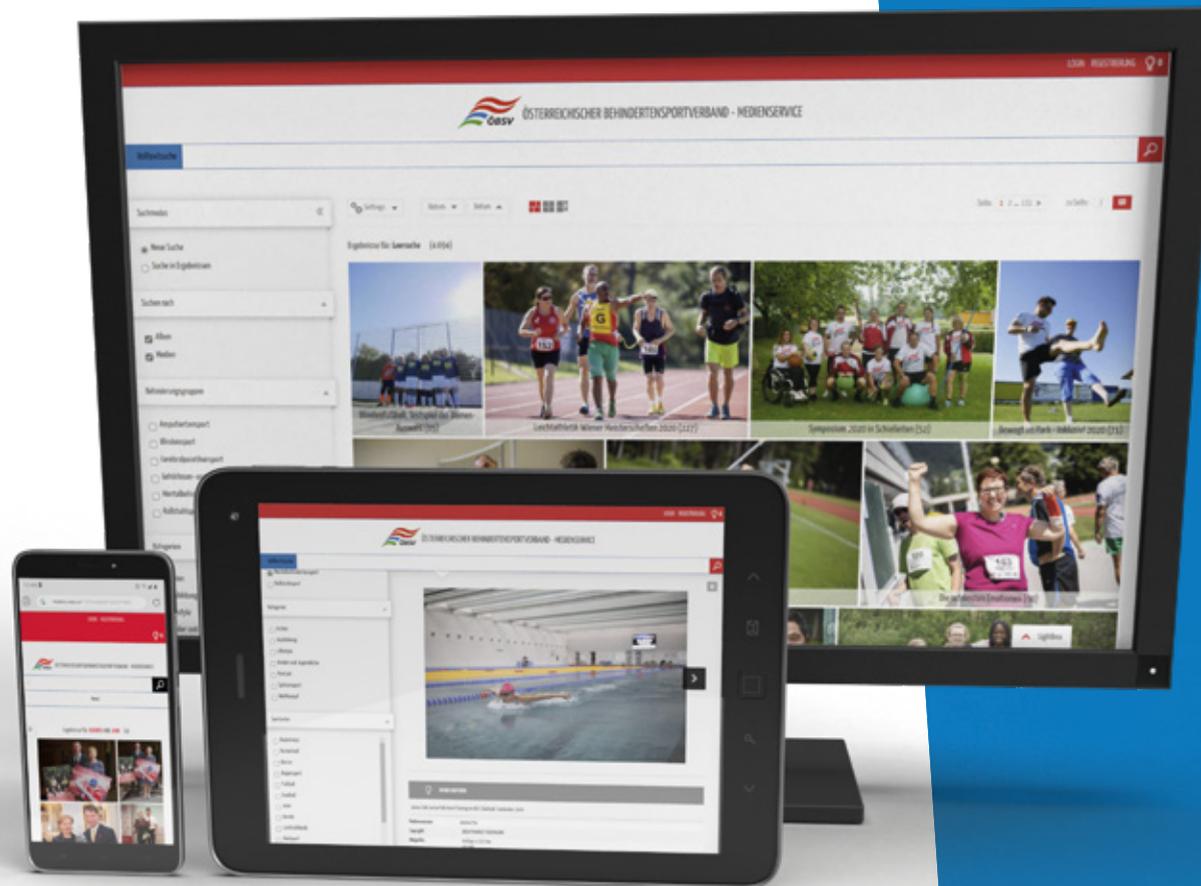
Spitzensportlerinnen und Spitzensportler des ÖBSV dürfen nach Legitimierung durch das Sportministerium ihr Training fortsetzen.

NOVEMBER

Die Nikis für die Sportlerinnen und Sportler des Jahres werden vergeben. Ski ist dabei Trumpf: Blindenskifahrerin Veronika Aigner und CP-Sportler Markus Salcher werden ausgezeichnet. Im Bereich Special Olympics gehen die Nikis an Skifahrer Lukas Kaufmann und Eisschnell- und Eiskunstläuferin Sabrina Bichlmayr.

Der zweite Lockdown tritt in Kraft, der ÖBSV stellt erneut ein breitgefächertes Live-Trainingsangebot für seine Mitglieder und alle Interessierten auf die Beine.





ÖBSV INTERN BILDER MACHEN LEUTE

2020 brachte eine große Neuerung im ÖBSV: eine 5.000 Fotos umfassende Bilddatenbank. Das Online-Service stellt kostenlos Fotos aus allen Bereichen des Behindertensports zur Verfügung und wird laufend erweitert.

Der ÖBSV hat sich zum Ziel gesetzt, dass der Behindertensport mehr Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit erfährt. Nichts transportiert Bewegung und Sport besser, als Bilder dazu. Deshalb stellt der ÖBSV allen Medien, Vereinen, Verbänden und an Behindertensport interessierten Personen sein umfangreiches Bildarchiv zur Verfügung. Unter medien.obsv.at kann gezielt nach Behinderungsgruppen, Sportarten und Kategorien wie Action oder Portraits gesucht werden. Alle Fotos stehen für redaktionelle Zwecke frei zur Verfügung.

ÖBSV-Präsidentin Brigitte Jank: „Mit der Bilddatenbank ergänzen wir unser Service als größter Dienstleister im Behindertensport. Egal wer ein Bild im Bereich des Behindertensports sucht, sie oder er wird es bei uns finden.“

ÖBSV-Generalsekretär Matthias Bogner: „Die Bilddatenbank ist nicht nur ein modernes Tool, das wir Vereinen, Verbänden und Medien zur Fotosuche anbieten, es dokumentiert auch die Arbeit und Leistung all jener, die im Behindertensport tätig sind – als Aktive, als Trainerinnen und Trainer oder als Helferinnen und Helfer –, ohne die Behindertensport nicht möglich ist.“

» **EGAL WER EIN BILD IM BEREICH DES BEHINDERTENSORTS SUCHT, SIE ODER ER WIRD ES BEI UNS FINDEN.**

➔ medien.obsv.at

Ludwig Malter ist eines der heißesten Eisen im Nachwuchs.
Foto: Stefan Voittl

JUGEND AM WERK MOTIVATION DER TALENTE

Seit 2007 ehrt der ÖBSV jedes Jahr die Nachwuchssportlerinnen und Nachwuchssportler des Jahres. Und so manche Karriere wurde durch die Wahl erst richtig gepusht.

Text: Johannes Kainer

» **GEWÄHLT ZU WERDEN IST DIE GRÖSSTMÖGLICHE NATIONALE ANERKENNUNG UND EIN FUNDAMENT FÜR INTERNATIONALE AUFTRITTE.**

LUDWIG MALTER

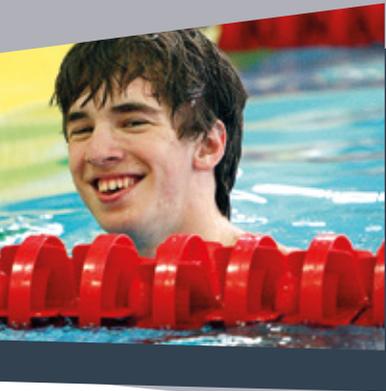
Der Start der zur Tradition gewordenen Ehrung war spontan, aber durchdacht: Alle Athletinnen und Athleten, die an einer Landesmeisterschaft teilgenommen hatten, konnten für die Wahl nominiert werden. Die besten drei jeden Geschlechts wurden ausgewählt und prämiert. Zum Auftakt sicherten sich mit der sehbehinderten Schwimmerin Bianca Bazala und dem sehbehinderten Skifahrer Christoph Prettnner zwei Mitglieder des VSC ASVÖ-WIEN die begehrte Auszeichnung. Verliehen wurden Pokale, Urkunden und Prämien im Rahmen der Schwimmstaatsmeisterschaften in Spittal an der Drau 2008.

Sportlerinnen und Sportler, Vereine und Familien waren begeistert. Damit war klar, dass die Ehrung ab

sofort als eigenes Event veranstaltet werden würde.

Die Nachwuchssportlerin und der Nachwuchssportler des Jahres 2008 erhielten ihre Ehrungen im Willi Dungl Ressor in Gars am Kamp. Mit Claudia Möseneder und Andreas Onea siegten zwei Aktive aus dem Schwimmsport. Für den damals 16-jährigen Onea war der Erfolg der Startschuss für eine außergewöhnliche Karriere: „Als Nachwuchssportler des Jahres geehrt zu werden ist für mich noch heute ein unvergessliches Erlebnis. Es hat mir die Wertschätzung gegenüber meinen Leistungen als junger Athlet gezeigt und mich motiviert, weiter fleißig zu trainieren. Und wie man sieht, es hat sich ausgezahlt.“

Und wie: Der Schwimmer des



» **ALS NACHWUCHSSPORTLER DES JAHRES GEEHRT ZU WERDEN IST FÜR MICH NOCH HEUTE EIN UNVERGESSLICHES ERLEBNIS.**

ANDREAS ONEA



Von unten nach oben: Der junge Nico Langmann im Jahr 2011. Foto: GEPA.
Noah Rainer, Nachwuchssportler 2020. Foto: Sergiu Borcuta.
Andreas Onea im Jahr 2009. Drei Jahre später startet er in London bei den Paralympics. Foto: GEPA

BSV Weißer Hof holte mehrere Medaillen bei IPC Welt- und Europameisterschaften und gewann die Bronzemedaille bei den Paralympischen Sommerspielen 2016 in Rio. Onea konnte seinen Sieg 2009 wiederholen, die Zeremonie erfolgte in großartigem Rahmen in Wattens. 2010 diente der Hangar 7 in Salzburg als bisher wohl außergewöhnlichste Location für die Nachwuchssportlerwahl. In den folgenden Jahren fanden die Ehrungen im Rahmen der Messe Integra in Wels statt. Hier war es möglich, die Gewinnerinnen und Gewinner einer breiten Öffentlichkeit vorzustellen.

Eine erfolgreiche Titelverteidigung gelang nicht nur Onea. Schwimmerin Lisa Sornig siegte zwischen 2012 und 2014 gleich drei Jahre in Folge. „Die Auszeichnungen haben mich mental gepusht und mir für die folgenden Saisonen viel Auftrieb gegeben“, schildert die Sportlerin des BSV Spittal/Drau.

Auch Rollstuhltennisspieler Nico Langmann vom RTC Fontana wurde in den Jahren 2014 und 2015 Nachwuchssportler des Jahres, ehe er als jüngster Teilnehmer der rot-weiß-roten Delegation bei den Paralympics 2016 in Rio für Furore sorgte. Er zählt neben Onea und Ludwig Malter vom RSC Basket Salzburg zu jenen Athleten, die den Titel zweimal erobern konnten. Bei den Sportlerinnen hat die mentalbehinderte Schwimmerin Janina Falk mit ihrem Sieg 2019 Geschichte geschrieben: Die erst 17-Jährige, die vom ASKÖ LV WAT nominiert wurde, holte ihren vierten Titel und ist damit alleinige Rekordsiegerin der Wahl: „Titel bedeuten mir sehr viel, denn sie zeigen mir, dass meine Leistungen anerkannt werden. Ich möchte mich aber nicht auf Auszeichnungen ausruhen, sondern mich weiterhin verbessern.“

Der frisch gekrönte Nachwuchssportler des Jahres war mit Noah Rainer erstmals ein Tischtennispieler. Der KBSV-Sportler wurde



Bild links: Ehrung der Nachwuchssportlerinnen und Nachwuchssportler bei der Messe Intergra im Jahr 2018. Foto: Sergiu Borcuta. Bild unten: Blindenskiläuferin Veronika Aigner. Foto: GEPA

von seinem Sieg überrascht: „Es gibt so viele junge Sportler, die 2019 herausragende Leistungen gebracht haben. Dass ich unter ihnen zum Sieger auserwählt wurde, macht mich überglücklich.“ Rainer und Falk erhielten neben dem Pokal und der Urkunde auch Einkaufsgutscheine, die von den langjährigen Partnern OTTO BOCK und ERIMA zur Verfügung gestellt wurden.

Auf eine mögliche Titelverteidigung müssen Falk und Rainer allerdings warten. Da aufgrund der Coronapandemie nur wenige Veranstaltungen stattfinden konnten, wird die Wahl im Jahr 2020 ausgesetzt. 2021 soll die Nachwuchssportlerwahl aber ebenso wie der Behindertensport wieder kräftig durchstarten. Der ÖBSV hofft auf viele Einreichungen von zahlreichen Vereinen. Alle Nominierten erhalten neben der Chance auf den Sieg auch eine Urkunde und ein T-Shirt. Mitmachen zählt sich also auf jeden Fall aus.



» **DER MOMENT, AUF DIE BÜHNE ZU KOMMEN UND DEN POKAL ENTGEGENZUNEHMEN, WAR EINZIGARTIG.**

VERONIKA AIGNER



ROLLSTUHL-YOGA ATMEN ALS LEBENSQUALITÄT

Roman Zechmeister ist Österreichs Rollstuhl-Yoga-Pionier. Weil er selbst auf den Rollstuhl angewiesen ist. Und weil ihn sein Lebensweg dorthin geführt hat.

Fotos und Text: ÖBS/ Daniel Kudermatsch

Roman ist 22 Jahre alt, als er nach einer Party am Weg nach Hause am Steuer seines Autos einschläft. „Getrunken hab ich nicht viel, ich war wohl einfach übermüdet.“ Aber wirklich erinnern kann er sich nicht mehr. Er wacht erst drei Wochen nach dem Unfall wieder auf. „Es hat mich in ein Feld überschlagen, und ich bin durch die Frontscheibe nach draußen geschleudert worden. Zum Glück fuhr jemand hinter mir und verständigte die Rettung“, erzählt Zechmeister. Er hat Hirnblutungen, wird im AKH in künstlichen Tiefschlaf versetzt,

ein Ohr wird rekonstruiert. Eine Narbe an der Stirn zeugt von dem Unfall. Da ist aber noch etwas: Er hat sich den sechsten und siebten Halswirbel gebrochen. Querschnittslähmung.

Spiritueller Neustart

„Bis 16 war ich Leistungssportler, hab im Nachwuchs der Admirals Wacker gekickt. Sport war also immer extrem wichtig für mich. Man kann sich vorstellen, wie es mir anfangs nach dem Unfall als junger Mann gegangen ist. Ein, zwei Jahre war ich ganz unten.“ Heute spielt er seit zehn Jahren Rollstuhl-Rugby, und

hat mit Rollstuhl-Tennis begonnen. „Sport hat mir geholfen, mich aus meinem Tief zu holen.“

Neben dem Sport gibt es aber schon vor dem Unfall etwas, womit sich Roman auseinandersetzt. Meditation und Selbsterfahrung. „Ich bin ein spiritueller Mensch.“ Mit seiner Freundin und jetzigen Frau Barbara nimmt er sich sechs Jahre nach seinem Unfall für ein halbes Jahr eine Auszeit in Asien. Er will dort seine Mitte finden. Erster Stopp: Ein Monat Schweigekloster in Thailand. „24 Stunden am Tag musst du dich da mit dir selbst beschäftigen. Die Leute reagieren ganz unterschiedlich darauf: Aggression, Trauer, Wut und Freude. Dieses Nichtstun können und sich nur auf die Atmung zu konzentrieren, war ganz okay für mich. Wahrscheinlich hat mich die Erfahrung im Spital auf die Zeit im Kloster vorbereitet. Ich und mein Atem. Null Ablenkung. Mehr war da nicht“, so Roman.

In Kambodscha lernen sie eine englische Yogalehrerin kennen. Die praktiziert Kundalini-Yoga. Roman: „Es ist das Yoga des Bewusstseins. Atemerfahrung und Atemtechnik spielen dabei eine ganz wesentliche Rolle. Nach der ersten Stunde in Kambodscha wusste ich: Das ist es, das ist mein Ding!“

Yoga in der Komfortzone

Viele verbinden Yoga mit Sport, mit unmöglichen Figuren und Positionen, die man einnehmen und halten muss. Erster Gedanke: Nicht gerade ideal für Menschen, die auf

einen Rollstuhl angewiesen sind. „Kundalini-Yoga ist aber für alle Querschnitte, für Leute mit CP oder MS geeignet. Du kannst und sollst die Übungen so machen, dass sie dir guttun, du nie über deinem persönlichen Limit bist. Speziell die Atemübungen sind für alle machbar und bringen dir unglaublich viel“, so Roman.

Atmung ist für ihn eine wichtige, oft unterschätzte Sache. „Nach meinem Unfall musste ich ja erst wieder richtig atmen lernen. Lungenpatschen nenn ich das. Das Zwerchfell ist eingeschränkt, du bekommst einfach weniger Luft. Kundalini-Yoga hilft dir, deine Atmung und deine Haltung zu verbessern. Für mich ist das ein Riesenmehrwert an Lebensqualität. Das möchte ich in meinen Mitmach-Videos, in meinen Yogastunden und in meinen Lehreinheiten weitergeben.“

Roman Zechmeister ist in Österreich noch der einzige Yogalehrer im Rollstuhl. „Ziel ist es, Yoga für jeden Menschen im Rollstuhl zugänglich zu machen. Die Übungen sind je nach Funktion adaptierbar. Und: Durch die Einheiten auf YouTube musst du nicht einmal deine Komfortzone verlassen, du kannst es zu Hause machen.“

Wie Yoga, das In-Sich-Gehen und die Selbsterfahrung zu seiner zweiten großen Leidenschaft, dem Rollstuhl-Rugby, passen? „Rugby ist das optimale Äquivalent. Da kann und muss ich aggressiv im Spiel sein. Yoga hilft mir dann, wieder runterzukommen.“

 [facebook.com/yoga.wheelz.7](https://www.facebook.com/yoga.wheelz.7)

STECKBRIEF

Portrait

Roman Zechmeister, Jahrgang 1984, lebt mit seiner Frau Barbara in Niederösterreich. Gemeinsam haben sie zwei Kinder. Roman und Barbara sind beide Kundalini-Yogalehrer. Roman besitzt zudem Ausbildungen für Yoga mit körperlicher Behinderung, Senioren yoga

und die meditative Heiltechnik Sat Nam Rasayan. Als Yogalehrer gibt er Stunden für Menschen mit und ohne Behinderung. Seine Rollstuhl-Yoga-Videos sind auf YouTube auf seinem Kanal Yoga Wheelz zu finden.



VOY, VOY, VOY! LAUSCHANGRIFF

Österreich hat das erste Frauen-Team im europäischen Blindenfußball. Und das hat ein großes Ziel: Die Weltmeisterschaften 2021.

Joe Steinlechner steht an der Bande eines Hartplatzes und ruft seinen Schützlingen laut und deutlich Kommandos zu. Seine Schützlinge, das sind die Spielerinnen der österreichischen Frauen-Auswahl im Blindenfußball. Und die hat heute ihr Premierenspiel gegen ein Männerteam. „Bettina, pass nach vorne!“ ruft Joe der Kapitänin des Teams, Bettina Sulyok, zu. Sulyok, das Urgestein im österreichischen Blindenfußball, wurde dank ihres exzellenten Spieles schon nach

Japan zu Turnieren eingeladen. Die Frauen-Auswahl geht auf ihre Initiative zurück. Bettina hat am Spielfeld natürlich schon lange vor Joes Anweisungen die Rufe ihrer Mitspielerin Katharina Kühnlein gehört und spielt einen präzisen Pass auf Kühnlein. Die stoppt den Ball, macht eine Drehung, stürmt aufs Tor. Ein Gegenspieler versucht sie daran zu hindern, schreit dabei laut „Voy, Voy!“, den omnipräsenten Laut im Blindenfußball, durch den man auf sich aufmerksam macht. Doch der Gegenspieler hat keine



Bild oben: Katharina Kühnlein bei dem entscheidenden Schuss zum 1:0.
Bild links: Das Frauenteam beim Testspiel in der Südstadt. V.l.n.r.: Tanja Hengl, Carina Edlinger, Angelika Angerer, Bettina Sulyok, Daniela Angerer, Katharina Kühnlein.



» **ALS FRAUENTEAM MÜSSEN WIR UNS IM MOMENT GEGEN MÄNNER BEWEISEN – DAS WIRD INTERESSANT!**

BETTINA SULYOK

Kapitänin der Frauen-Auswahl

Chance gegen die dribbelstarke Angreiferin, Kühnlein schießt wuchtig, der Ball zappelt im Netz. Der Tormann – die Torleute sind die einzigen sehenden in den Teams – hat keine Chance. Wer die Szene von außen beobachtet und noch nie Blindenfußball auf hohem Niveau erlebt hat, staunt: Darüber, wie eng und genau die Ballführung ist. Wie furchtlos und hart die Spielerinnen in die Zweikämpfe gehen. Wie man sich bei all den Schreien, Rufen und dem lauten Rasseln des Balls überhaupt auf das Spiel konzentrieren kann. Oder beim Schuss weiß, wo das Tor ist. Kühnlein, die schon vor ihrer einsetzenden Sehbehinderung Fußball gespielt hat, meint, dass Blindenfußball sehr körperlich und durch die vielen Reize psychisch herausfordernder sei als

Fußball unter Sehenden. Herausfordernd kann man auch die Ziele der Blindenfußballerinnen und -fußballer in Österreich nennen. Um den Traum von der Teilnahme an der Frauen-WM 2021 verwirklichen zu können, will Joe Steinlechner mehr Fußballtrainerinnen und Fußballtrainer zu Blindenfußball-Coaches machen, Teams und Trainings in ganz Österreich etablieren und damit zu einem Vorreiter in Europa werden. Denn noch ist Blindenfußball eine Randsportart im Blindensport. Eine einzigartige, weil die einzige Mannschaftssportart für Blinde und Sehbehinderte mit Körperkontakt. Am Ende gewinnen die Frauen-Auswahl 1:0. Es wird nicht der letzte Sieg und auch nicht das letzte Spiel gegen ein Männer-Team sein.

Blindenfußball wird sechs gegen sechs auf einem 20 mal 40 Meter großen Hartplatz mit Bande gespielt. Man trägt dabei komplett blickdichte Brillen, nur die Torleute sind sehend. Das Spiel funktioniert über Zurufe von Coaches und Torleuten, ein gutes Gehör, Orientierungssinn, Körperbeherrschung und engen Kontakt zum Ball, der im Inneren mit Schellen versehen ist. Der ÖBSV will in den kommenden Jahren Blindenfußball in allen Bundesländern anbieten und erstmals ein Frauenteam aus Europa zur WM schicken.



UNSER CREDO WIR SIND BEHINDERTENSSPORT!

Der ÖBSV ist die Sportheimat für alle Menschen mit Behinderung: Für Anfängerinnen, Anfänger und Profis, Jung und Alt. Durch viel Basisarbeit in unseren Landesverbänden und über 100 Vereinen können wir unsere rund 6.000 Mitglieder bestmöglich unterstützen.

Sportwochen

Sport, Spiel und Spaß für Teilnehmerinnen und Teilnehmer jeden Alters – das sind die Sportwochen des ÖBSV. Sie bieten ein umfangreiches Sportangebot für alle Behinderungsgruppen.

➔ obsv.at/sport/sportwochen

Inklusive Ausbildung

Wer als Trainerin oder Übungsleiter mit Menschen mit Behinderung arbeiten will, ist beim ÖBSV an der richtigen Adresse. Die Ausbildungsmöglichkeiten sind vielfältig und spannend.

➔ obsv.at/sport/ausbildung

Mitglied werden

Egal ob als Einzelperson oder als Verein, eine Mitgliedschaft bietet viele Vorteile wie vergünstigte Preise für unsere Sportwochen und Camps sowie die Möglichkeit, an allen Meisterschaften und Vereinsaktivitäten teilzunehmen.

➔ obsv.at/verband/mitglied-werden

Spenden und Sponsoring

Ob Privatperson oder Unternehmen – der ÖBSV freut sich über jede Spende und jedes Sponsoring. Als Privatperson können Sie Ihre Begeisterung für den Behindertensport mit einer persönlichen

Spende zum Ausdruck bringen. Sie sind Unternehmer*in oder freiberuflich tätig und wollen den ÖBSV als Sponsor in partnerschaftlicher Zusammenarbeit unterstützen? Dann ist die Gesellschaft zur Förderung des Behindertensports (kurz GFBS) die richtige Adresse für Sie.

Der ÖBSV ist ein gemeinnütziger und mildtätiger Verein und ist auf der Liste der spendenbegünstigten Organisationen des Bundesministeriums für Finanzen eingetragen. Eine Spende für unsere Aktiven ist daher steuerlich absetzbar.

➔ obsv.at/menschen/unterstuetzung

PARTNER UND SPONSOREN

TOP PARTNER



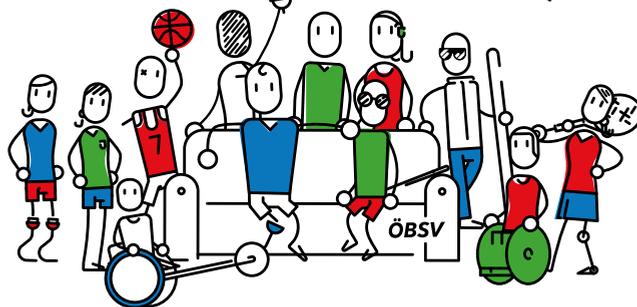
PARTNER



INSTITUTIONELLE PARTNER



WIR SIND BEHINDERTENSSPORT



www.obsv.at

Österreichischer Behindertensportverband
1200 Wien, Brigittenauer Lände 42
+43 1 332 61 34 | office@obsv.at

[facebook.com/obsv.at](https://www.facebook.com/obsv.at)
[instagram.com/obsvbewegt/](https://www.instagram.com/obsvbewegt/)
[youtube.com](https://www.youtube.com)