

DER TAGESSPIEGEL



DONNERSTAG, 6. MÄRZ 2014

Paralympics Zeitung

In Kooperation mit der



Vorgestellt

Die fünf Disziplinen der
Winter-Paralympics in Sotschi

Nachgefragt

Angela Merkel und
Wladimir Putin im Interview



Deutscher Behindertensportverband e.V.
National Paralympic Committee Germany

Aktion
MENSCH



Inhalt

„An den Erfolg glauben“ 05

Der russische Präsident
Wladimir Putin
im Interview



„Fairplay und Toleranz“ 07

Bundeskanzlerin Angela
Merkel im Interview über
die Bedeutung von Sport



Die Sportarten 10/11

Wir stellen die
fünf Disziplinen der
Winter-Paralympics vor



Zielgerichtet 19

Martin Braxenthaler
über seinen Weg zu
zehnfachem Gold



04 Auf Goldkurs



Handbikerin Andrea Eskau
tritt auch im Biathlon und
im Langlauf an

06 Ein Leuchtf Feuer



Der paralympische
Fackellauf ist kürzer,
aber symbolträchtig

08 Besonderer Blickwinkel



Ehemalige
Paralympioniken arbeiten
als TV-Experten

16 Die besten Outfits



Eine Experten-Auswahl
nach modischen
Gesichtspunkten

IMPRESSUM

Herausgeber: Lorenz Maroldt,
Stephan-Andreas Casdorff

Redaktion: Clara Kaminsky, Carsten Kloth,
Annette Kögel, Julia Ilinykh,
Moritz Döbler (V.i.S.d.P.)

Artdirektion: Sabine Wilms

Produktion: Fritz Schanninger

Herstellung: Marco Schiffner

Fotoredaktion: Thilo Rückeis

Anzeigen: LuxxMedien

Die Paralympics Zeitung ist ein Gemein-
schaftsprojekt von Tagesspiegel, der Deut-
schen Gesetzlichen Unfallversicherung und
panta rhei, Beratungsgesellschaft für
gesellschaftliche Prozesse mbH.

TITELBILD

Andrea Rothfuss, hier beim IPC Europacup in
Pitztaler Gletscher-Rifflsee, gilt als deutsche
Ski-Alpin-Hoffnung bei den Paralympics in
Sotschi.

Foto: Imago

WWW

Während der Paralympics finden Sie
ein Tagebuch unserer Reporter unter
der Internetadresse:
tagesspiegel.de/paralympics

Hallo!



Foto: DGUV

Liebe Leserin, lieber Leser, ein zehnjähriges Jubiläum klingt erst mal nicht spektakulär. Wenn in diesem Jahr in Sotschi zum zehnten Mal ein junges Redaktionsteam die Paralympischen Spiele journalistisch begleitet, dann ist das aber etwas Besonderes und für alle Beteiligten ein Grund zum Feiern. Zehn Jahre Paralympics Zeitung, Auflagen in Millionenhöhe und mehrere Preise zeigen, dass eine Idee sich durchgesetzt hat und zum Erfolg geworden ist. Junge Menschen aus unterschiedlichen Nationen kommen zusammen. Sie schreiben über die Spiele, die Sportlerinnen und Sportler sowie die Bedeutung, die der Sport für Menschen mit Behinderung hat. Sie leisten damit einen aktiven Beitrag zur Inklusion, denn durch ihre Artikel werben sie für den Behinderten- und Rehasport und durch die persönlichen Erfahrungen, die sie während der Spiele sammeln, werden sie zu Botschaftern. Gemeinsam mit dem Berliner „Tagesspiegel“ unterstützt die gesetzliche Unfallversicherung die Paralympics Zeitung von Anfang an. Wir tun dies vor dem Hintergrund, dass Sport in der Rehabilitation einen kaum zu überschätzenden Wert hat. Das erleben auch unsere Versicherten nach schweren Unfällen, und vielleicht lassen sie sich Mut machen durch die Beispiele der Paralympics. Ich freue mich deshalb auf die nächste Dekade Paralympics Zeitung und danke allen, die sich an Organisation und Verwirklichung dieses Projekts beteiligt haben.

IHR DR. JOACHIM BREUER
Hauptgeschäftsführer der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV)



Foto: Kai-Uwe Henrich

Kleine Denksportaufgabe zum Aufwärmen: Welche Zeitung hat es als erste weltweit geschafft, in einer Ausgabe je ein Interview von Angela Merkel und Wladimir Putin zu ein und demselben Thema zu veröffentlichen? Klar, Sie wissen es, steht ja auch auf der Titelseite: die Paralympics Zeitung. Und das ist nicht die einzige Höchstleistung unseres jungen Reporterteams, das sich, intensiv vorbereitet, nach Sotschi aufgemacht hat, um die Paralympics journalistisch zu begleiten. Seit zehn Jahren erscheint nun die Paralympics Zeitung, ein kleines Jubiläum – aber was für ein großer Sprung ist da gelungen von Athen 2004 bis Sotschi 2014! Aus dem Anhängsel, den Spielen, die nach Olympia kommen, ist ein eigenständiges Mega-Ereignis geworden, und die sportlichen Leistungen sind atemberaubend. Das hat Folgen, tief in die Gesellschaft hinein. Nie sind Behinderte und Nichtbehinderte selbstverständlicher miteinander umgegangen als heute, auch wenn hier und dort noch viele Wünsche offen bleiben. Aber es ist nicht vermessen zu behaupten, dass der Anteil der Paralympics an dieser Entwicklung enorm groß ist. Das Team der Paralympics Zeitung, zu dem Sponsoren, Förderer und Freunde gehören, ohne die das alles nicht möglich wäre, freut sich darüber ganz besonders.

IHR LORENZ MAROLDT
Chefredakteur Der Tagesspiegel

Hallo!



Foto: Aktion Mensch

Liebe Leserin und Leser, in den nächsten Tagen stehen in Sotschi die paralympischen Sportler im Rampenlicht. Sie verkörpern die Leistungsbereitschaft vieler Menschen mit einer Behinderung. Als drittgrößtes Sportereignis der Welt begeistern die Paralympics Millionen von Zuschauern und sind daher ein idealer Treiber für Inklusion. Denn Sport stärkt das Gemeinschaftsgefühl. In Deutschland trainiert bereits jeder Dritte gemeinsam mit Menschen mit Behinderung. Unser Ziel: noch mehr inklusive Sportangebote. Daher fördert die Aktion Mensch mit den Lottereeinnahmen zum Beispiel die Durchführung barrierefreier Sportveranstaltungen oder die Weiterbildung von Trainern. Als Partner des Behindertensports engagieren wir uns auch in Sotschi vor Ort und richten in Kooperation mit dem Deutschen Behindertensportverband die Medienlounge im Deutschen Haus aus. Dort sind die jungen Journalisten der Paralympics Zeitung natürlich jederzeit herzlich willkommen. Wir freuen uns auf viele spannende Wettkämpfe und eine umfassende Berichterstattung

IHR ARMIN VON BUTTLAR
Vorstand Aktion Mensch



Foto: Thilo Ruckels

Das Team der Paralympics Zeitung

Begeisterung und Herzblut sprechen aus jeder Zeile. Auch im **zehnten Jahr** ihres Bestehens wird die **Paralympics Zeitung** wieder von einer internationalen Redaktion **junger Talente** gestaltet. Mit dabei sind Amrei Zieriacks, Anastasija Arinushkina, Anastasija Rusavskaja, Anna Lisina, Anton Latynin, Bradley Neen, Christina Spitzmüller, David Kramer, George Simonds, Jonas Wengert, Julia Hollnagel, Katharina Schiller, Nicolas Feißt, Tatjana Popadyova und Vladislav Radjuk. Zusammen werden sie die Ausgaben der Paralympics Zeitung, des russischsprachigen **Paralimpijskij Reporter** und der englischsprachigen **Paralympic Post** mit spannenden Berichten füllen. Herausgegeben wird die Paralympics Zeitung seit den Spielen in Athen 2004 von der **Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung** (DGUV), dem Verlag Der Tagesspiegel und der Agentur panta rhei. Nach zwei Vorbereitungsworkshops in Berlin (Bild links) und Moskau wurden die **Nachwuchsreporter** bei einem Empfang der Deutschen Botschaft Moskau vorgestellt. Motiviert und bereit sind sie in jedem Fall: Auf die Ansage, dass bis morgen kurzfristig noch ein Artikel fällig ist, schallt ein Freudenschrei und die Aussage „Super! Noch ein Text!“ durchs Telefon. Beim Empfang wird spontan – mit Hilfe der dolmetschenden Kollegin – noch ein sechsfacher Paralympics-Sieger interviewt. In Moskau wollte die junge Redaktion auch am freien Abreisetag um neun Uhr morgens (sechs Uhr nach deutscher Zeit) zum Workshop antreten. Da bleibt nur zu sagen: Die Paralympics können kommen! **Clara Kaminsky**

VON AMREI ZIERIACKS

Premiere am 14. März 2014 um 10 Uhr: Dann starten zum ersten Mal Wettkämpfe im Para-Snowboarding bei den Paralympischen Spielen.

Einziger deutscher Athlet ist Stefan Lösler. Der 29-Jährige hat im Alter von zwölf Jahren das Snowboarden für sich entdeckt und ist seitdem mit einer kurzen Unterbrechung auf der Piste unterwegs. 2010 musste ihm das linke Bein oberhalb des Knies amputiert werden. Ein alkoholisierter Fahrer hatte ihn zwischen zwei Autos eingeklemmt. Doch Lösler gab nicht auf: Schon eineinhalb Jahre nach dem Unfall stand er wieder auf dem Brett und startet seit über einem Jahr bei Weltcup-Rennen im Para-Snowboard.

Auf dem Weg nach Sotschi muss er nicht nur sportliche Herausforderungen meistern. Eine erste Hürde ist die richtige Ausrüstung: Für Menschen mit Amputationen oberhalb des Knies ist eine passende Prothese sehr kostspielig. Da das Knie einer Alltagsprothese die Stöße beim Snowboarden nicht aushalten würde, gibt es spezielle Sportprothesen, die mit einem Dämpfer am Knie und im Knöchelgelenk ausgestattet sind. Diese werden aber meist nicht von der Versicherung übernommen. Bei Unterschenkelamputationen ist die Prothese weniger ausschlaggebend, da diese Athleten „auch mit einem Alltagsfuß snowboarden können“, erklärt Lösler. Er selbst ist sehr froh, dass er sein Brett gesponsert bekommt, da dies ein weiterer Kostenfaktor ist.

„Ich glaube nicht, dass ich der einzige Snowboarder bin, der mit einer Behinderung in Deutschland fährt, aber ich habe mich sehr darum bemüht, Rennen zu fahren und ich bin der Einzige, der die Erfordernisse erfüllt, um in Sotschi starten zu können“, so Lösler. Er erklärt, dass die zu erfüllenden Bedingungen von Land zu Land unterschiedlich sind. Als deutscher Athlet muss er beispielsweise mindestens Platz 32 in der Weltrangliste besetzen, für einen Verein starten, der dem Deutschen Behindertensportverband (DBS) angehört, und eine Klassifizierung haben.

Hier sieht Lösler die nächste Schwierigkeit: Da Para-Snowboarden eine junge Sportart ist, ist die Klassifizierung noch nicht ausgereift. Bisher gibt es nur zwei Klassen: „upper limp“, also Sportler mit einer Armbefähigung, und „lower limp“, bei der Sportler mit einer Beinbehinderung starten. In



Stefan Lösler begann im Alter von zwölf Jahren mit dem Snowboarden und blieb auch nach einem schweren Verkehrsunfall dem Sport treu. Der begeisterte Para-Athlet betreibt zudem die Ausdauersportart Triathlon.

Sprünge und Speed

In Sotschi am Start. Stefan Lösler wird als einziger deutscher Athlet an den ersten paralympischen Para-Snowboard-Wettkämpfen teilnehmen

Sotschi gibt es zwei Medaillen zu gewinnen: jeweils eine für Sportlerinnen und Sportler mit einer Beinbehinderung. Da in dieser Klasse jedoch Menschen mit Amputationen, nervlichen Einschränkungen, inkompletten Querschnitten und weiteren Behinderungen an den Start gehen, wäre nach Ansicht von

Lösler ein weiteres Klassifizierungssystem nötig, um Vergleichbarkeit zu schaffen. Dieses System wird derzeit noch entwickelt.

Bis zur Einführung dieses Systems haben Sportler mit einer weniger schweren Behinderung größere Medaillenchancen. Der deutsche Starter rechnet sich mit seiner Ober-

schenkelamputation also keine Chancen auf eine Medaille aus: „Die Schnellsten werden andere Leute sein, die eine geringere Behinderung haben.“

Die im Wettkampf zu absolvierende Strecke nennt sich Boardercross oder SBX. Es gibt unter anderem Sprünge, kleine Hügel und eine Steilkurve, die es möglichst schnell zu überwinden gilt. „Durch das Springen verliert man Zeit. Man versucht die Sprünge und Hügel so gut wie möglich auszugleichen, da die Flugphase immer langsamer ist als die Phase im Schnee“, so der Profi. Beim Para-Snowboarding starten die Teilnehmer einzeln, die besten zwei Zeiten der drei Durchgänge werden addiert, um den Sieger zu ermitteln.

Internationale Medaillenkandidaten sind die US-Amerikaner Evan Strong und Mike Shea. Stefan Lösler hat sich das Ziel gesetzt, im direkten Vergleich mit Athleten, die eine ähnliche Behinderung haben, als Schnellster ins Ziel zu kommen. Sein größter Konkurrent ist der Franzose Patrice Barattero, der ein „absoluter Top-Fahrer“ sei.

Ganzjährig auf Goldkurs

Mit der **Goldmedaille** aus London 2012 in der Hand den Blick auf die Winterspiele in Sotschi gerichtet: die Handbikerin **Andrea Eskau** tritt auch im Biathlon und im Langlauf an

VON DAVID KRAMER

Die 42-jährige Andrea Eskau geht bei den Paralympischen Sommerspielen im Handbike und bei den Winterspielen in Biathlon und Langlauf auf Medaillenjagd. Die gebürtige Thüringerin betreibt schon als Kind begeistert Leichtathletik. Später nimmt sie an Triathlon- und Radsportwettkämpfen teil, bis sie 1998 bei einem Radunfall schwer verunglückt. Andrea Eskau lässt sich von diesem Schicksalsschlag nicht aus der Bahn werfen – im Gegenteil. Ihre Sportbegeisterung treibt sie weiter an. Zunächst spielt sie Rollstuhlbasketball, bevor sie die Faszination Handbike entdeckt. Bereits 2003 feiert sie erste Erfolge. Mit der Goldmedaille bei den Paralympics 2008 in Turin erreicht sie den ersten Höhepunkt in ihrer noch jungen Karriere.

Dann stellt sich Andrea Eskau neuen Herausforderungen: Nach nur einem halben Jahr Vorbereitung tritt sie bei den Paralympischen Spielen 2010 in Vancouver im Monoski an. Und das nicht ohne Erfolg: Sie gewinnt Bronze im Biathlon und Silber im Langlauf. Zwei Jahre später bei den Sommerspielen in

London 2012 holt Andrea Eskau zwei Goldmedaillen im Handbike.

Nun geht es für die ehrgeizige Ausnahmesportlerin um die „Mission Gold“ bei den Paralympischen Winterspielen in Sotschi. Um sich diesen Traum zu erfüllen, nahm sie zwei harte Trainingsjahre in Kauf. Auf die Frage, wann das Training für Sotschi anfangen habe, antwortet die Pressesprecherin Leistungssport des Deutschen Behindertensportverbandes e.V. Markéta Marzoli mit einer Anekdote: „Mit ihrer Goldmedaille vom Radsport in London ist sie zur Pressekonferenz ins Deutsche Haus gekommen und ich habe ihr die Frage gestellt, wann sie mit dem Training für Sotschi beginne. Darauf antwortete sie: ‚Morgen.‘“ Diese Reaktion von Andrea Eskau verdeutlicht ihren Ehrgeiz in Bezug auf die „Mission Gold“.

Dass sie sich gegen die erwartete sehr starke Konkurrenz aus dem Gastgeberland Russland behaupten kann, zeigte die letzte Generalprobe vor Sotschi. Beim Biathlon-Weltcup in Oberried holte sie in der Kurzstrecke den ersten und in der Mittel- und Langstrecke den dritten und fünften Platz. Um in Sotschi mit den favorisierten Russin-



Handbikerin Andrea Eskau fühlt sich auch im Schnee wohl.

nen mithalten zu können, „muss man seine Schießleistung abrufen, sonst hat man keine Chance“, so die deutsche Medaillenhoffnung. Dass die russischen Athletinnen so kurz vor Sotschi immer stärker wurden, war für Eskau nicht überraschend: „Es ist sehr ungewöhnlich, dass Russland in einer Disziplin nicht so dominiert, und das war bisher bei den Sitzschlitten der Frauen so.“ Nach den letzten Testläufen ist der Blick jetzt voll auf Sotschi gerichtet: „Wir Athleten freuen uns auf professionelle Wettkämpfe und auf eine tolle Atmosphäre“, sagt Eskau.

Insgesamt sieben Mal hat Andrea Eskau im Biathlon und Langlauf die Chance, das begehrte Edelmetall entgegennehmen zu dürfen. Um ihr Ziel zu erreichen, will sie mindestens einmal ganz oben auf dem Treppchen stehen und beweisen: „Ich kann sie alle schlagen!“ Dass sie dazu in der Lage ist, hat sie bereits mehrfach gezeigt. Es bleibt also abzuwarten, mit welchen Medaillen die sympathische Ausnahmeathletin zurückkehrt.

Auf die Frage, ob es noch mal Paralympics mit Andrea Eskau geben wird, antwortet sie mit breiten Grinsen: „Rio! Aber frag mich nicht, in welcher Sportart!“

„An den Erfolg glauben“

Der russische Präsident **Wladimir Putin** spricht im Interview mit der Paralympics Zeitung über die Entwicklung des paralympischen Sports und seine Hoffnung für die **russische Mannschaft** in Sotschi

Die Paralympischen Sommerspiele in London 2012 waren ein Durchbruch, was das Publikums- und Medieninteresse angeht. Es gab keinen Unterschied zu den Olympischen Spielen in der Zuschauerzahl und der Begeisterung der Menschen. Natürlich kann man die Winter- und Sommerspiele nicht direkt vergleichen, aber inwiefern kann auch Sotschi ein neues Kapitel der Sportgeschichte aufschlagen?

Der paralympische Sport und seine großartigen Vertreter gewinnen immer mehr an Aufmerksamkeit. Die Popularität des paralympischen Sports ist den bewundernswerten Erfolgen der Athleten zuzuschreiben. Wir haben keine Zweifel daran, dass die Paralympischen Spiele in Sotschi ihr Auditorium finden werden. Außerdem werden wir die Spiele umfangreich übertragen. Eine internationale TV-Übertragung wird durch die russische Firma „Panorama“ gewährleistet, die speziell für die Spiele in Sotschi gegründet wurde. Wenn man sich an die ausführliche Übertragung der Olympischen Spiele erinnert, bin ich mir sicher, dass der paralympische Wettbewerb in nicht weniger beeindruckendem Umfang übertragen wird. Die Einschaltquote der Londoner Spiele überstieg die Marke von 3,5 Milliarden Zuschauern. Für uns ist es jedoch wichtig, eine solche Reichweite nicht nur um der Statistik willen anzustreben. Die Paralympischen Spiele nehmen einen sehr positiven Einfluss auf die Gesellschaft und verändern das Bewusstsein der Menschen. Die willensstarken Paralympioniken stecken mit ihrer Energie buchstäblich an und zeigen jedem von uns, was durch Zielstrebigkeit und Siegeswillen erreichbar ist. Kurz gesagt, ich rufe alle auf, die Paralympischen Spiele in Sotschi zu besuchen und die Medienberichterstattung zu verfolgen.

In vielen Ländern klagen die paralympischen Sportler über mangelnde Unterstützung durch Öffentlichkeit und Wirtschaft. In Russland fördert der Staat den Behindertensport. Kann dennoch mehr getan werden, zum Beispiel von der Wirtschaft? Der paralympische Sport wird überall hauptsächlich durch den Staat gefördert. Zum Erfolg unserer Paralympioniken hat zum größten Teil die Umsetzung eines ganzen Maßnahmenpakets beigetragen. Angefangen von der Verbesserung der medizinischen und technischen Versorgung bis hin zur Erhöhung der staatlichen Erfolgsprämien für die Athleten. Zur Erinnerung, bis zum Jahr 2008 waren diese Auszahlungen für die Paralympioniken niedriger als für die Olympioniken. Jetzt ist alles gerecht – Sportler, die für Russland bei den Olympischen, Paralympischen und Deaflympischen Spielen antreten, bekommen die gleichen Prämien: für eine Goldmedaille vier Millionen Rubel, für eine Silbermedaille 2,5 Millionen Rubel und für eine Bronzemedaille 1,7 Millionen Rubel. Seit 2012 wurden die Erfolgsprämien für Europa- und Weltmeisterschaften erhöht. Außerdem wurde

die Anzahl der Stipendien des Präsidenten der Russischen Föderation, die für besondere Leistungen an Sportler, Trainer und weitere Spezialisten unserer paralympischen und deaflympischen Mannschaften vergeben werden, von 500 auf 700 erhöht. Gleichzeitig wurden die monatlichen Stipendien von 15 000 auf 32 000 Rubel erhöht. Was die Unterstützung unserer paralympischen Mannschaften durch Unternehmen und gemeinnützige Organisationen betrifft, so bin ich sicher, sie wird auch in Zukunft weiter steigen.

„Die Spiele verändern das Bewusstsein der Menschen“

In den letzten Jahrzehnten hat sich die Einstellung zu Menschen mit Behinderung deutlich verändert. Dazu beigetragen haben die Erfolge unserer Sportler sowie die gestiegene Popularität der paralympischen Bewegung.

Sotschi soll ja als erste russische Stadt komplett barrierefrei werden, und es gibt auch für die Stadt Moskau das Ziel, in absehbarer Zeit barrierefrei zu werden. Was muss in ganz Russland getan werden, um zur Barrierefreiheit zu kommen?

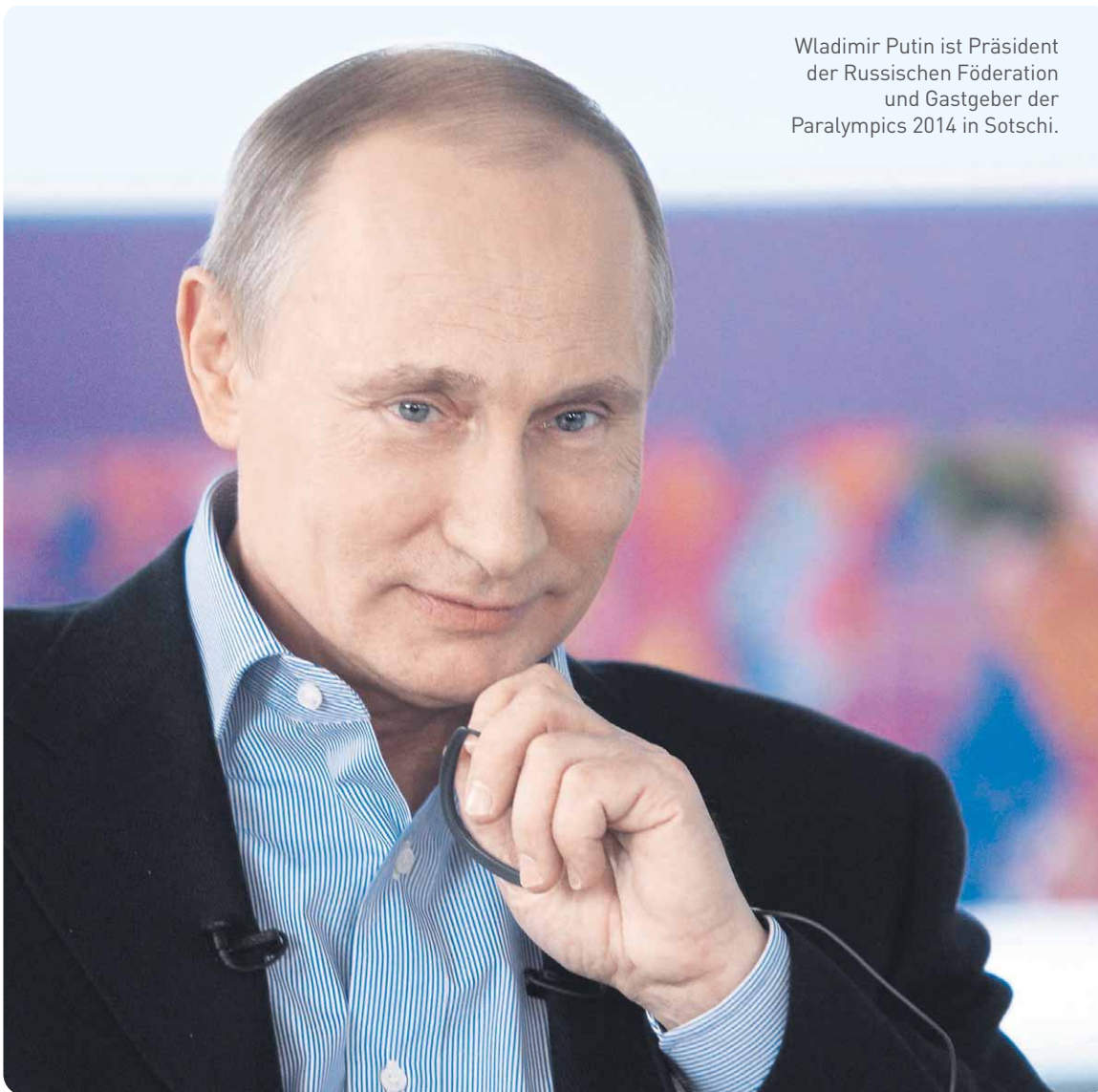
Die Vorbereitung der Olympischen und Paralympischen Spiele hat faktisch neue, modernste Standards der Städteplanung vorgegeben, die sich an der maximalen Barrierefreiheit für Menschen mit Behinderung orientiert. Sowohl Einwohner der Stadt als auch zahlreiche Gäste haben das bereits erleben können. Ich möchte darauf hinweisen, dass Russland 2008 die Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen ratifiziert hat. Im Rahmen des staatlichen Programms „Barrierefreie Umwelt“ werden uneingeschränkte und gleiche Zu-

gangsmöglichkeiten für Menschen mit Behinderung zu technischen und sozialen Bau- einrichtungen und zur Verkehrsinfrastruktur sowie zu Kommunikationsmitteln gewährleistet. Wir haben dieses Programm im Jahr 2011 mit über 180 Milliarden Rubel gestartet. Natürlich steht uns hier noch viel Arbeit bevor. Wir sind ja tatsächlich erst am Anfang, haben aber bereits erste Ergebnisse, zum Beispiel im Bereich der Zugänglichkeit zu Sporteinrichtungen und der Förderung des adaptiven Sports. Bis jetzt wurden Einrichtungen dieser Art in 40 Regionen aufgebaut. Bis 2015 werden ähnliche Objekte in weiteren 13 Regionen Russlands entstehen. In 26 Föderationskreisen wurden in Sportschulen für Kinder und Jugendliche entsprechende adaptive Sportabteilungen eröffnet. Außerdem planen wir, bis Ende 2015 über 1400 Fachkräfte auszubilden, die den Lernprozess professionell betreuen werden.

Kennen Sie paralympische Sportler persönlich? Was beeindruckt Sie an paralympischen Sportlern am meisten?

Was kann an Menschen begeistern, die die schwierigsten, manchmal tragische Lebensprüfungen überwinden und sich nicht nur in neuen Lebensbedingungen zurechtfinden, sondern auch mit körperlichen Einschränkungen umgehen müssen und trotzdem Erfolge feiern? Da sind natürlich der persönliche Mut, Zielstrebigkeit und die ergreifende Willensstärke zu nennen. Es gibt genug Beispiele, wo vollkommen gesunde und erfolgreiche Menschen bei kleineren Alltagsproblemen aufgeben und den Kopf hängen lassen. Die Geschichte eines jeden paralympi-

Wladimir Putin ist Präsident der Russischen Föderation und Gastgeber der Paralympics 2014 in Sotschi.



Die russischen Mannschaften bei den Paralympics gehörten schon immer zu den erfolgreichsten. Was erwarten Sie von der russischen Mannschaft in Sotschi?

Die Zukunft vorherzusagen, ist natürlich schwierig, besonders im Sport, der unabhängig von den Athleten von Zufällen beeinflusst wird. Nichtsdestotrotz hat Russland alle Gründe, um an den Erfolg der paralympischen Mannschaft zu glauben. In der letzten Qualifikation haben unsere Sportler in der inoffiziellen Nationenwertung den ersten Platz besetzt. Diesen haben sie mit sehr großem Abstand zu ihren Konkurrenten erreicht. Die russische paralympische Mannschaft hat ihren Fans immer Freude bereitet: In Turin 2008 hat sie den ersten Platz im Medaillenspiegel belegt, und in Vancouver 2010 belegte sie den zweiten Platz. In der Gesamtanzahl der Medaillen war sie auch hier führend. Ich möchte anmerken, dass unsere Mannschaft mit 31 Sportlern in Vancouver nur an drei von fünf Sportarten teilgenommen hatte. Für Sotschi haben wir eine Mannschaft aus 64 Sportlern aufgestellt, die in allen Sportarten um die Medaillen kämpfen werden. So haben wir nun die Hoffnung auf ein erfolgreiches Abschneiden unserer Paralympioniken. Mit Glück und der Unterstützung der Fans werden wir es schaffen.

Die Fragen stellten die jungen Reporterinnen und Reporter der Paralympics Zeitung.



Ein Läufer trägt das Feuer am ersten Tag des paralympischen Fackellaufs durch Wladiwostok.

Foto: Image

VON KATHARINA SCHILLER

Der längste Fackellauf aller Zeiten, die erste Fackel im Weltraum und auf dem Grund des tiefsten Sees: Die Superlative rund um den Fackellauf der Olympischen Spiele in Sotschi reihen sich nur so aneinander. In 123 Tagen legte die Fackel 65 000 Kilometer zurück.

Der Fackellauf der Paralympischen Spiele ist deutlich kürzer: In nur zehn Tagen wird die Fackel quer durch Russland getragen, bis sie dann am 7. März bei der Eröffnungsfeier der Paralympics das Feuer entzündet. Im Gegensatz zur olympischen Tradition wird der Startpunkt der paralympischen Fackel von den Organisatoren selbst bestimmt. Sie wurde am 26. Februar bei Sonnenaufgang am östlichsten Punkt Russlands, in Cape Dezhneva, entzündet. Danach trat sie ihren Weg gen Westen an. 1500 Fackelträger nahmen teil. Am 1. März, Tag vier ihrer Reise, verlässt die Fackel die Russische Föderation für einen Abstecher nach Stoke Mandeville. Die kleine Stadt in Buck-

Leuchtfeuer

Der **Fackellauf** der Paralympischen Spiele ist deutlich kürzer als sein olympisches Pendant – aber nicht weniger **symbolträchtig**

inghamshire ist das „Olympia der Paralympics“, denn sie ist die Geburtsstätte der paralympischen Bewegung: 1948 fanden dort zum ersten Mal die „Rollstuhl- und Amputierten-Weltmeisterschaften“ statt.

Auch wenn der paralympische Fackellauf deutlich kürzer ist als der vorangegangene, hat er doch eine wichtige Aufgabe: den paralympischen Geist in der Welt, vor allem aber auch in Russland, zu verbreiten. Entsprechend die Auswahl der Träger: Rund 20 Prozent der 1500 Teilnehmer sind Menschen mit Behinderung. Zu ihnen zählt Andrey Met-

scheryakov, erfolgreicher Rollstuhlrugbyspieler. In Kursk wird Igor Ushakov die Fackel tragen: Er ist erfolgreich im paralympischen Fechten und außerdem Extremsportler. 2002 erkletterte er sich einen Eintrag ins Guinness-Buch der Rekorde, als er den knapp 7000 Meter hohen Mount McKinley in Nordamerika bestieg. Seine Kollegin Elza Yanabaeva, Silbermedaillengewinnerin bei den russischen Meisterschaften im Rollstuhlfechten und Rollstuhltänzerin, darf die Fackel durch Ufa tragen. Neben den bekannten Trägern soll die Fackel als solche die pa-

ralympische Bewegung zusätzlich unterstreichen. Ihre Form ist identisch mit der olympischen – sie soll den Gipfel geistiger und physischer Perfektion symbolisieren. Das Himmelblau der paralympischen Fackel stellt die Reinheit des Geistes und die Willensstärke der Paralympioniken dar.

Wenn die Fackel als Symbol für die Willensstärke steht, ist der Sportler Sergey Shilov ein Leuchtfeuer. Er gewann unter anderem bei den Paralympics in Vancouver Gold im Ski Nordisch und ist als Sotschi-Botschafter eine der wichtigsten Figuren der diesjährigen Paralympics. Ihm liegt beim paralympischen Fackellauf besonders am Herzen, dass die Menschen über die Paralympics und den Behindertensport informiert werden: „Als man erfahren hat, dass die olympischen und paralympischen Spiele in Sotschi stattfinden werden, hat die Regierung angefangen, die Sportler mit Behinderungen wie echte, normale Sportler wahrzunehmen.“ Aber auch die Menschen mit Behinderungen sollen durch die Paralympics motiviert werden: „Ich selbst will, dass die Paralympics eine Anregung zur Entwicklung des Behindertensports geben. Dass nicht nur die Regierung uns bemerkt, sondern auch die Menschen mit Behinderung, die zu Hause bleiben. Sie sollen bemerken, dass Sportler mit gleichen Verletzungen Sport treiben und sogar Medaillen gewinnen. Diese Menschen sollen nicht mehr auf irgendwas warten, sondern auch Sport treiben. So werden sie auch besser in die Gesellschaft integriert.“ Bei den Paralympics in Sotschi wird Shilov nicht starten, um sich auf seine Verantwortung als Botschafter und Fackelträger zu konzentrieren. Am olympischen Fackellauf nahm er bereits teil. Er gehörte sogar zu denen, die die Fackel anschließend erwerben durften. Auch beim Fackellauf der paralympischen Spiele wird er eine Etappe in Sotschi übernehmen. „Die paralympische Fackel zu tragen, ist eine noch viel größere Ehre, und ich bin sehr aufgeregt.“

Après-Ski Sotschi

Im Team Russland kämpfen die Sportler um Medaillen – und Inklusion

Sitzen zwei Einarmige beim Kartenspiel. Was ist das? „Mission impossible“.

Solche Witze über Menschen mit Behinderungen darf einer ganz gewiss erzählen: der erfolgreichste deutsche Paralympioniker aller Zeiten, Gerd Schönfelder. Den Joke gab der 22-fache Medaillensieger (darunter allein 16 goldene) jüngst beim Medienseminar des Deutschen Behindertensportverbandes in Garmisch-Partenkirchen zum Besten. Dass die Russen auch Selbstironie besitzen und über sich lachen können, haben sie mit der wunderbaren Persiflage auf den nicht aufgegangenen fünften Ring bei der Abschlussfeier von Olympia bewiesen.

Menschen mit Behinderungen haben in der russischen Föderation allerdings weniger zu lachen. Von der Teilnahme am alltäglichen Leben können die meisten nur träumen. Das haben unsere sechs deutschen, sechs russischen und zwei britischen Jungjournalisten dank des Förderers der Paralympics Zeitung, der DGUV, beim internationalen Vorbereitungsworkshop in Moskau miterlebt. An den teils siebenstündigen Straßen kann man nur durch treppenreiche Unterführungen die Straßenseite wechseln. Rollstuhlfahrer also

nicht. Die Bürgersteige sind oft Offroadpisten. Man sieht Behinderte meist mit einfachen Hilfsmitteln, und wenn, dann als Bettler am Straßenrand. Wenn nun die russischen Medien Behinderte als Stars und Vorbilder präsentieren, wird das das Land verändern. Ähnlich wie in China 2008.

Zwei Jahre lang laufen in Sotschi schon Testwettkämpfe mit Para-Athleten. In Russland gibt es inzwischen eine eigene Internetseite mit Tipps zu Barrierefreiheit in den Regionen (www.kartadostupnosti.ru). In Moskau werden mehr Rampen vor Geschäften installiert. Das Land gebe sich Mühe, aber man könne eben nicht alles von heute auf morgen verändern, sagt einer der russischen Paralympics-Botschafter, Sergej Shilov. Das russische Team geht trotz der im ganzen Land fehlenden Trainer-Fachkräften mit extrem gut vorbereiteten Sportlern an den Start, und erstmals auch in allen Paralympics-Disziplinen. Die Athleten kämpfen für ihr Land, um eigene Medaillen – und für die Inklusion. Dafür haben sich die Paralympischen Spiele in Sotschi schon jetzt gelohnt.



VON ANNETTE KÖGEL

Sportlicher Bund

Paralympische Spitzensportler wie Willi Brem sind meist auch berufstätig. Die Bundeswehr fördert sie

VON KATHARINA SCHILLER

Seit Jahrzehnten fördert die Bundeswehr Spitzensportlerinnen und Spitzensportler bei ihrer Vorbereitung für Olympia. Im Dezember wurde nun erstmals eine Vereinbarung mit dem Deutschen Behindertensportverband (DBS) geschlossen, die unter anderem die Förderung dreier Sportler mit Behinderung für die Winterspiele in Sotschi und die kommenden Sommerspiele in Rio beinhaltet. Willi Brem, Athlet im Ski Nordisch und Medaillenhoffnung in Sotschi, gehört zusammen mit Schwimmer Sebastian Iwanow und Leichtathlet Markus Rehm zu den drei Bundeskaderathleten, die durch die Bundeswehr, zunächst zeitlich befristet, gefördert werden. Zur Förderung gehört eine finanzielle Unterstützung, die den Sportlern ermöglicht, ihren Leistungssport auch neben ihrem Beruf ausüben zu können.

Willi Brem ist froh über die Förderung vonseiten der Bundeswehr: „Es ist eine große Erleichterung, weil wir ja nebenbei auch berufstätig sind.“ Wenn der 36-Jährige nicht gerade für die Paralympics trainiert, arbeitet er als Physiotherapeut. Er wird in Zu-

kunft Aufgaben im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bundeswehr übernehmen. So wird er zum Beispiel Soldaten und zivilen Mitarbeitern von seinen Erfahrungen im Behindertensport berichten. An Erfahrungen mangelt es ihm gewiss nicht, denn er ist seit 1993 aktiv im Ski Nordisch und hat bereits mehrere Medaillen bei den Paralympics gewonnen.

„Eines unserer langfristigen Ziele ist es, die Kooperation mit der Bundeswehr intensiv mit Leben zu füllen und weitere Erfahrungen in der Zusammenarbeit zu sammeln“, sagt Marc Kiefer vom Deutschen Behindertensportverband. Die Vereinbarung enthält außerdem die Unterstützung im Breitensport seitens des DBS, damit Bundeswehrangehörige mit Behinderung einen Einstieg in den Sport erhalten.



Foto: Image

Wilhelm Brem (l.) gewann mit seinem Guide Florian Grimm Gold in Vancouver.

„Fairplay und Toleranz“

Bundeskanzlerin **Angela Merkel** spricht im Interview mit der Paralympics Zeitung über ihr Verhältnis zum **Wintersport**, über die Pläne der Koalition zum Thema Inklusion und über den Wert von Sport für die Gesellschaft

Sie sind bekanntermaßen ein Fußballfan und feuern die Nationalmannschaft bei internationalen Turnieren an. Haben Sie auch eine Lieblingswintersportart und können Sie sich vorstellen, die Paralympischen Spiele zu besuchen?

Ich betreibe seit Jahren begeistert Wintersport – wenn auch in diesem Winter mit etwas Pech. Beim Wandern im Schnee und beim Skilanglauf kann ich richtig abschalten und Kraft tanken. Ich genieße die winterlich-stille Natur und tue gleichzeitig etwas für meine Kondition.

Meine Lieblingswintersportart? Mir fällt es schwer, eine Disziplin hervorzuheben. Generell fasziniert mich der Gedanke, dass Athleten an die eigenen Grenzen gehen und mit Disziplin und Willenskraft Höchstleistungen erbringen.

Auf jeden Fall werde ich, soweit meine Zeit es erlaubt, die Berichte von den Paralympischen Spielen verfolgen und ganz besonders unseren deutschen Sportlerinnen und Sportlern die Daumen drücken. Und ich freue mich, dass jetzt eine sehr erfolgreiche Paralympics-Teilnehmerin, Verena Bentele, Behindertenbeauftragte der Bundesregierung ist.

„Mich fasziniert der Gedanke, dass Athleten an ihre Grenzen gehen“

Kann ein Sportereignis wie die Paralympics Ihrer Einschätzung nach einen positiven Einfluss auf die russische Gesellschaft haben?

Die Paralympics zeigen einem Millionenpublikum, dass Sportlerinnen und Sportler mit Behinderungen zu außergewöhnlichen Leistungen in der Lage sind. So tragen sie dazu bei, die Einstellung Nichtbehinderter gegenüber Menschen mit Behinderungen zum Positiven zu verändern.

Die Paralympics in London wurden genauso beworben und gefeiert wie die Olympischen Spiele zuvor. In Russland finden die Anliegen von Menschen mit Behinderung eher weniger Gehör. Inwieweit können die Paralympics in Sotschi auch die Situation von Menschen mit Behinderung in Russland verbessern?

Noch einmal: Ich bin überzeugt, dass die Paralympics eine positive Wirkung haben, und zwar in allen teilnehmenden Nationen – und erst recht im Gastland. Gesetze und Förderprogramme, die Menschen mit Behinderung unterstützen, sind zwar wichtig. Aber wenn es an der richtigen Einstellung fehlt, werden Menschen mit Behinderung trotzdem noch oft ausgegrenzt. Das Zusammenleben von Menschen mit und ohne Behinderung soll selbstverständlich und gleichberechtigt sein. Ziel ist es, den Gedanken der Inklusion zu verinnerlichen und im Alltag danach zu handeln. Da leisten die Paralympics wichtige Überzeugungsarbeit.

Am Internationalen Tag der Menschen mit Behinderung im vergangenen Jahr haben Sie in Ihrem Video-Podcast gesagt, dass Menschen mit Behinderung nicht von der



Bundeskanzlerin Angela Merkel verletzte sich im Skiurlaub beim Langlauf. An ihrer Begeisterung für den Wintersport änderte dies nichts. Die Berichte über die Paralympischen Spiele will sie verfolgen – sofern es die Zeit erlaubt.

Gesellschaft behindert werden sollen. Wo sehen Sie Fortschritte und wo müssen noch Barrieren abgebaut werden?

Vor fünf Jahren hat Deutschland die UN-Behindertenrechtskonvention ratifiziert. Vor zwei Jahren haben wir den Nationalen Aktionsplan beschlossen. Seitdem diskutieren wir nicht mehr darüber, ab wann Menschen mit Behinderung zur Gesellschaft gehören. Alle gehören von Anfang an dazu. Dazu hat sich Deutschland verpflichtet. Schon das ist ein gewaltiger Fortschritt. Jetzt geht es darum, wie wir das im Alltag umsetzen. Dabei haben wir in den letzten Jahren einiges er-

„Ganz vorne steht die Teilhabe am Arbeitsleben“

reicht. Nach wie vor besteht aber in fast allen Lebensbereichen noch Handlungsbedarf. Ganz vorne steht dabei die Teilhabe am Arbeitsleben.

Wie will die Bundesregierung in dieser Legislaturperiode Menschen mit Behinderungen und den Behindertensport fördern?

Wir haben im Koalitionsvertrag vereinbart, dass wir die Beschäftigung von Menschen mit Behinderung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt nachhaltig verbessern wollen. Außerdem brauchen wir ein modernes Teilhaberecht. Wir werden deshalb die Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen weiterentwickeln und ein Bundesleistungsgesetz schaffen. Auch beim Behindertensport steht im Vordergrund, den Inklusionsgedanken zu stär-

ken. Daher werden wir noch intensiver Sportveranstaltungen unterstützen, an denen Athletinnen und Athleten mit und ohne Behinderung teilnehmen. In einigen Sportarten gibt es bereits solche Beispiele für gelungene Inklusion. Wir setzen uns dafür ein, dass weitere dazukommen.

Wo sehen Sie die paralympische Bewegung in zehn Jahren?

Die paralympische Bewegung hat sich in den letzten zehn Jahren enorm entwickelt. Die Paralympischen Spiele in London 2012 hatten weltweit eine großartige Resonanz. Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 164 Nationen waren am Start und haben die Besucher in den Stadien und die Menschen an den Bildschirmen begeistert. Ich hoffe also, dass der paralympische Sport in den nächsten Jahren noch mehr dazu beitragen kann, auf die Lebenssituation und die Leistungsfähigkeit der Menschen mit Behinderung aufmerksam zu machen und sie stärker in die Gesellschaft einzubeziehen. Das ist ja auch das Anliegen der UN-Behindertenrechtskonvention. Hier treffen sich also die Ziele von Sport und Politik.

Werden Sie nach Ihrem Unfall beim Langlauf weiterhin Wintersport betreiben? Wie bewerten Sie die Rolle von Sport bei einer erfolgreichen Rehabilitation?

Jetzt muss erst einmal die Verletzung heilen, so dass ich mich wieder ungehindert bewegen kann. Ich mache aber gute Fortschritte. Was Ihre grundsätzliche Frage angeht: Ja, ganz sicher können ausreichende Bewegung und sportliche Betätigung zu einer guten Rehabilitation beitragen. Aber Sport kann noch viel mehr: Er ist eine ideale Freizeitbeschäftigung, weil er die Gesundheit fördert, Charakter bildet und uns Gemeinschaft erleben lässt. Alles, was wir Sportsgeist nennen – Engagement, Verlässlichkeit, Teamgeist, Fairplay und Toleranz –, ist für unser Zusammenleben sehr wichtig.

Was wünschen Sie der deutschen Mannschaft für die Paralympics in Sotschi?

Ich wünsche den deutschen Athletinnen und Athleten, dass sie die Höchstleistungen erbringen können, die sie sich erhoffen, und gute Nerven behalten. Außerdem wünsche ich ihnen, aber auch allen anderen Sportinteressierten, spannende und faire Wettbewerbe, eine fröhliche Atmosphäre und ein begeistertes Publikum.

Die Fragen stellten die jungen Reporterinnen und Reporter der Paralympics Zeitung.



Die Kameraführung erfordert bei Sportereignissen viel Geschick. Dies gilt auch für die Moderation der Paralympics.

klärt, die die TV-Zuschauer bewegten. Zum Beispiel, warum es ein schmatzendes Geräusch gibt, wenn eine Prothese entfernt wird. Die simple Antwort: wegen des Unterdrucks, der notwendig ist, damit die Prothese hält. In einer Folge testeten Hills und seine Mitstreiter den BMX-Parcours der Olympischen Spiele auf Barrierefreiheit. „Für solche Themen brauchen wir mehr Sendezeit“, meint Matthias Berg.

In diesem Jahr hat zum ersten Mal nicht nur das ZDF, sondern auch die Sportredaktion der ARD einen TV-Experten vor der Kamera: Gerd Schönfelder war seit 1992 bei den Paralympics aktiv und beendete nach Vancouver 2010 seine aktive Karriere. Nun wird er die Paralympischen Spiele von einer anderen Seite kennenlernen. Obwohl die ARD erst die zweite Hälfte der Paralympics übertragen wird, reist der Skifahrer schon

„Wir sind auf einem guten Weg“

zur Eröffnungsfeier an. „Dann kann ich mich schon mal ein wenig umsehen, die Wegstrecken einschätzen, mit der Vorarbeit beginnen“, berichtet Schönfelder. Er ist noch als Trainer aktiv, war deshalb dabei bei den Weltcup und kennt sich noch gut aus. Viele Starter kenne er zudem noch aus seiner aktiven Zeit. Eigentlich sollte Verena Bentele die zweite Expertin für die ARD sein. Aufgrund ihrer Ernennung zur Behindertenbeauftragten der Bundesregierung reist sie nun aber in einer anderen Funktion nach Sotschi. Gerd Schönfelder wird deshalb wahrscheinlich nicht ausschließlich seinen eigenen Sport, Ski alpin, kommentieren, sondern auch mal von den Nordischen berichten. „Da bin ich flexibel – sofern das gewünscht wird, natürlich“, so Schönfelder.

Der 43-Jährige reist nicht zum ersten Mal nach Russland. Schon Anfang der 90er Jahre war er bei einem Turnier auf der damals noch sowjetrussischen Halbinsel Kamtschatka. „Da hatten sie noch einen Skilift mit altem Traktorenmotor. Es hat sich angefühlt, als wäre man in eine andere Zeit versetzt worden“, berichtet Schönfelder. Und im Oktober letzten Jahres war er als Fackelläufer in St. Petersburg dabei. Auf Sotschi freut er sich besonders, weil es wohl zum ersten Mal bei Winterspielen „nicht so richtig kalt werden wird“, scherzt Schönfelder.

Schon während seiner aktiven Karriere hat er die Wandlung der Berichterstattung über die Paralympischen Spiele mitbekommen: „Es hat sich enorm was getan, nicht nur die Berichterstattung, auch das ganze Drumherum ist viel professioneller geworden.“ Natürlich gebe es immer noch viele Verbesserungsmöglichkeiten, aber schließlich komme immer ein Schritt nach dem anderen. Schönfelder sagt, dass man die Bedingungen der Olympischen Spiele nicht eins zu eins auf die Paralympischen Spiele übertragen könne: „Wir hatten mal eine Abfahrt, da sind zwei Rollis gestürzt. Pro Athletin dauerte es eine halbe Stunde, bis sie wieder startklar waren.“ Wäre da eine Stunde Live-Übertragung angesetzt gewesen, wäre die Sendezeit schon wieder um gewesen, ehe das Rennen überhaupt gestartet hätte. Außerdem seien die Paralympioniken es noch nicht so gewohnt, Rennen nach Regieplan durchzuführen.

Nach und nach lernen aber sowohl die Medien als auch die Athleten, damit umzugehen. „Wir sind auf einem guten Weg“, ist er sich sicher. Und auch international sei Deutschland absolute Spitze, was die Paralympics-Berichterstattung angehe: Nirgends sonst werde so viel und so professionell berichtet.

Aus besonderem Blickwinkel

Seit dem Jahr 2000 schicken die öffentlich-rechtlichen Fernsehsender ihre Sportredaktionen zu den Paralympischen Spielen – zuvor gab es nur Berichterstattung durch die Gesundheitsredaktion: Schicksalsberichte mit ein bisschen Sport. Inzwischen gibt es Sportberichte, die Sendeplätze werden ausgebaut, die Einschaltquoten steigen. Aber wie berichtet man eigentlich über Behindertensport?

Matthias Berg ist einer, der es wissen muss. Er war ab der ersten Stunde für das ZDF als TV-Experte dabei. Eigentlich sollte er damals in Sydney die Sportredakteure nur bei der Live-Übertragung der Eröffnungsfeier der Paralympischen Spiele unterstützen. Vor den Spielen wurde er dann darum gebeten, die Journalisten ein bisschen zu schulen. Was ist wichtig bei der Berichterstattung über Behindertensport, was ist anders? Nach der Eröffnungsfeier wollte die Redaktion ihn noch ein wenig länger dabeihalten. Spontan blieb er also bis zur Schlussfeier – und ist seither fester Bestandteil des ZDF-Paralympic-Teams. Und das, obwohl dafür ein Teil seines Jahresurlaubs draufgeht. „Ja, es ist anstrengend. Die Abende sind lang, die Nächte kurz, und morgens muss man schon wieder früh auf den Beinen sein“, sagt der 52-Jährige. Aber das sei es allemal wert: „Es ist großartig, dabei zu sein, und macht total Spaß!“

Hauptjob eines TV-Experten ist seiner Meinung nach, den Leuten vor den Bildschirmen zu erklären, was da gerade passiert. Was unterscheidet die unterschiedlichen Prothesen, wie funktioniert Monoskifahren, wieso ist das Klassifizierungsverfahren gerecht? Das seien Dinge, die die Zuschauer interessierten. So etwas in einfachen Sätzen zu erklären und greifbar zu machen, sei seine Aufgabe. Und offensichtlich gelingt dies Matthias Berg ganz gut: Im Dezember 2012 hat der den German Paralympic Media Award in der Kategorie TV/Hörfunk bekommen. Damit wurde er für seine herausra-

Die **Berichterstattung** über Behindertensport nimmt zu und wird professioneller – auch dank **Moderatoren** mit Erfahrungen als Sportler

VON CHRISTINA SPITZMÜLLER



Matthias Berg (oben) wird die Paralympics für das ZDF begleiten, Gerd Schönfelder für die ARD.



Foto: Image, ZDF/Rico Rossival

gende journalistische Berichterstattung über Behindertensport ausgezeichnet.

In der Gesellschaft seien Behinderungen meist mit negativen Gedanken belegt, sagt Matthias Berg. Er bemühe sich, diese auszuschalten. Die Realität von Menschen mit Behinderungen, insbesondere von Behindertensportlern, sei nämlich eine andere. „Natürlich ist die Lebensqualität mit einer Behinderung eine andere, aber deshalb noch lange keine schlechtere“, argumentiert er. Der Blickwinkel solcher Menschen verändere sich. Durch seinen Einsatz als Co-Moderator will er lebensfrohe und lebensbejahende Sportler zeigen. Die Botschaft dabei: Ein Leben mit Behinderung kann super sein, egal welcher Art die Behinderung auch sein mag.

Für den paralympischen Sport wünscht sich Berg, dass in der Zeit zwischen den

Berg wurde für seine Arbeit ausgezeichnet

Sommer- und Winterspielen auch mal Behindertensport gezeigt wird: „Die Weltmeisterschaft Ski alpin haben wir nicht im Fernsehen gesehen, die Fußballweltmeisterschaft der geistig Behinderten wurde nicht übertragen, von paralympischer Leichtathletik bekommt man außerhalb der Spiele nichts mit.“ Wäre paralympischer Sport präsenter, könnte man die Sportler besser kennenlernen. Die Menschen würden sich an Gesichter und Geschichten erinnern, „das würde auch die Paralympics noch spannender machen!“

Formate wie „The Last Leg“, ein Wortspiel, das sowohl mit „Die letzte Runde“ als auch mit „Das letzte Bein“ übersetzt werden kann, fehlen ihm noch im deutschen Fernsehen. „The Last Leg“ wurde während der Paralympics 2012 in London allabendlich gezeigt. Es wurde von dem oberschenkelamputierten Comedian Adam Hills moderiert. Humoristisch und locker wurden Fragen ge-

Paralympics-Übertragung

07.3.Freitag

ZDF

16.45 -19.00 Uhr und 19.25 – 20.15 Uhr
ERÖFFNUNGSFEIER

08.3.Samstag

ZDF-Zusammenfassung

8.15 – 9.20 Uhr
16.20 –16.57 Uhr

09.3.Sonntag

ZDF-Zusammenfassung

10.30 –11.05 Uhr
12.10 –12.25 Uhr
16.05 –16.20 Uhr

10.3.Montag

ZDF

12.00 –13.00 Uhr
SKI ALPIN
Damen Super-G, alle Klassen

SKI NORDISCH
Damen Langlauf 15 km
Herren Langlauf 20 km
jeweils Stehende, Sehbehinderte

11.3.Dienstag

ZDF

12.00 –13.00 Uhr
SKI ALPIN
Damen Superkombination, Abfahrt
Herren Superkombination, Abfahrt
jeweils alle Klassen

SKI NORDISCH
Damen Biathlon10 km
Herren Biathlon 15 km
jeweils Stehende, Sitzende

15.05 – 16.00 Uhr
SKI ALPIN
Damen Superkombination, Slalom
Herren Superkombination, Slalom
jeweils alle Klassen

SKI NORDISCH
Damen Biathlon10 km
Herren Biathlon 15 km
jeweils Sehbehinderte

SLEDGEHOCKEY

In der ZDFmediathek (www.zdf.de/ZDFmediathek) gibt es außerdem ein Live-Streaming-Angebot.

12.3.Mittwoch

ARD

ca. 9.00 Uhr
LANGLAUF SPRINT
Damen & Herren Qualifikationen, alle Klassen

ca. 10.35 Uhr
LANGLAUF SPRINT
Damen & Herren Finals, alle Klassen

ca. 12.30 Uhr
LANGLAUF SPRINT
Damen & Herren Finals, alle Klassen

13.3.Donnerstag

ARD

ca. 9.00 Uhr aktuelle Berichte

ca. 10.35 Uhr
SLEDGEHOCKEY
Platzierungsspiele

ca. 12.30 Uhr
SKI ALPIN
Herren Slalom, alle Klassen

SLEDGEHOCKEY
Platzierungsspiele

ca. 19.00 Uhr
SKI ALPIN
Herren Slalom, alle Klassen

14.3.Freitag

ARD

ca. 9.55 Uhr
BIATHLON
Herren 15 km, alle Klassen

ca. 12.05 Uhr
BIATHLON
Damen 12,5 km, alle Klassen

SNOWBOARD
Damen & Herren Finals, alle Klassen

ca. 19.00 Uhr
SKI ALPIN
Damen Slalom

15.3.Samstag

ARD

ca. 8.05 Uhr und 16.45 Uhr
SKI ALPIN
Herren Riesenslalom, alle Klassen

LANGLAUF
Mixed-Staffel 4x2,5 km, alle Klassen

16.3.Sonntag

ARD

ca. 7.45 Uhr und 9.30 Uhr
LANGLAUF
Damen 5 km sitzend
Herren 10 km sehbehindert

ca. 16.50 Uhr
ABSCHLUSSFEIER

Zusätzlich bietet die ARD unter www.sportschau.de/paralympics zwei kommentierte Live-Streams an.



FORD
mobiler leben
GdB 50 PLUS

Typisch Ford:
Ein Gewinn für alle.



DER FORD B-MAX
Panorama-Schiebetür

Nicht nur während der Paralympics ist der Ford B-MAX ein echter Ausnahmeathlet. Denn seine einzigartige Panorama-Schiebetür mit integrierter B-Säule macht ihn zum Helden des Alltags. Zusätzliche Sicherheit bietet das sprachgesteuerte Multimedia-Konnektivitätssystem Ford SYNC¹ mit Notruf-Assistent. Jetzt mit 20 % Preisnachlass gegen Vorlage Ihres Schwerbehindertenausweises (GdB ab 50). Mehr Informationen bei Ihrem teilnehmenden Ford Partner oder unter 0800 80408046.²

Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach VO (EG) 715/2007) und VO (EG) 692/2008 in der jeweils geltenden Fassung): 8,6–4,7 (innerorts), 5,1–3,6 (außerorts), 6,4–4,0 (kombiniert). CO₂-Emissionen: 149–104 g/km (kombiniert).

Abbildung zeigt Wunschausstattung gegen Mehrpreis. ¹Die Verfügbarkeit der verschiedenen Ford SYNC-Funktionen (Wunschausstattung) ist abhängig von der Kompatibilität Ihrer mobilen Geräte. ²Kostenlos aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz.



Eine Idee weiter

Die Wettbewerbe

Rund 700 Sportlerinnen und Sportler aus 45 Nationen treten in Sotschi in **fünf Sportarten** gegeneinander an. Wir stellen die Disziplinen und ihre **Favoriten** vor



Langlauf

Im Langlaufwettbewerb gehen die Athleten in **drei verschiedene Distanzen** an den Start: Die **Sprintstrecke** beträgt einen Kilometer, die **mittlere Strecke** für Männer zehn und für Frauen fünf Kilometer. Die Distanz der **Langstrecke** hängt von der Wettkampfkategorie ab: bei der Wettkampfkategorie „stehend“ kämpfen Männer über 20 Kilometer und Frauen über 15 Kilometer um Medaillen. In der Wettkampfkategorie „sitzend“ erstreckt sich die Loipe bei den Männern über 15 Kilometer, bei den Frauen zehn Kilometer. Außerdem gibt es Staffelnwettbewerbe mit Sportlern mit unterschiedlichen Behinderungen und Klassifizierungssystemen.

Stehende Langläufer sind auf Langlaufski unterwegs, sitzende nutzen einen speziellen Sitzschlitten und Sehbehinderte werden von einem Begleitläufer unterstützt. Dieser gibt Kommandos, um die Richtung vorzugeben und vor Hindernissen zu warnen. Die Läufer werden, je nach Grad der Seheinschränkung, in drei Klassen eingeteilt.

Im deutschen Langlauf-Team sind **Andrea Eskau, Anja Wicker, Willi Brem, und Tino Uhlig** (im Bild) auf Medaillenjagd. Dabei könnten sie Konkurrenz vor allem vom russischen Team bekommen. Russische Hoffnungsträger sind beispielsweise **Nikolay Polukhin, Mikhailina Lysova und Elena Remizova**.



Biathlon

Der Biathlon-Lauf enthält **zwei Schießwettbewerbe** mit jeweils fünf Schüssen auf Zielscheiben in zehn Metern Entfernung. Jeder Fehlschuss zieht eine Zeitstrafe nach sich. Die Sportler nehmen ihr Gewehr erst am Schießstand auf. Die Biathleten starten auf einer **Kurz-, Mittel- und Langstrecke oder im Staffelwettbewerb**. Läufer mit Arm- oder Beinbehinderungen bilden die Klasse „stehend“, Rollstuhlfahrer die Klasse „sitzend“. Sie bewegen sich in einem Sitzschlitten vorwärts. Sehbehinderte Sportler haben einen Begleitläufer. Beim Schießen hilft ein Kopfhörer, der mit Tönen die Entfernung zum Ziel signalisiert. Im deutschen Biathlon-Team gehen mit **Andrea Eskau (im Bild), Anja Wicker, Vivian Hösch, Martig Fleig und Willi Brem** auch Medaillenkandidaten an den Start. Konkurrenz ist vor allem aus Russland zu erwarten, zum Beispiel mit **Irek Airatowitsch Saripow**.



Ski alpin

Das Sportgerät der beiden deutschen Goldfavoritinnen **Anna Schaffelhuber** und **Anna-Lena Forster** ist der **Monoski**, ein auf einem Carvingski angebrachter, gefederter Rahmen mit Sitzschale. Um das Gleichgewicht zu halten, benutzen sie zwei Stöcke, an deren Ende Miniskier angebracht sind.

In der Startklasse der stehenden Athletinnen tritt die zweimalige Bronzegewinnerin **Andrea Rothfuß** (im Bild) in den Disziplinen Slalom, Abfahrt, Riesenslalom und Super-G für Deutschland an. Mit der 20-jährigen Französin **Marie Bochet** hat sie eine starke Konkurrentin. 2013 gewann Bochet sechs Goldmedaillen bei der WM.

Para-Snowboarding ist in Sotschi zum ersten Mal paralympisch. Es gibt nur einen Wettbewerb für Sportler mit Beinbehinderung, weil es noch kein ausgereiftes Klassifizierungssystem gibt. Für Deutschland startet **Stefan Lösler**. Beim Boardercross fahren die Athleten nicht im direkten Duell, sondern nacheinander. Von drei Durchgängen werden die besten zwei Zeiten addiert.



Curling

Beim Rollstuhl-Curling treten **zwei gemischtgeschlechtliche Teams mit je vier Spielern** gegeneinander an. Spielen können alle, die durch eine Behinderung täglichen Gebrauch von einem Rollstuhl machen. Die Mannschaften schieben abwechselnd **20 Kilogramm schwere Granitsteine** über die Eisfläche. Der Stein wird bei der Abgabe mit einem „Stick“ oder mit der Hand angedreht, was die Bahn des Steines bestimmt. Beim Rollstuhl-Curling wird nicht mit dem Besen „gewischt“. Die Athleten müssen mit ihrer Abgabe **zentimetergenau** die Position des Steines am anderen Ende der 42 Meter langen Eisbahn bestimmen. **Ziel** des Spiels ist es, seine Steine in die Zielscheibe mit vier Ringen am Ende der Eisbahn zu bringen und die gegnerischen Steine in eine ungünstigere Position zu schaffen. Je nachdem, wo der Stein im „Haus“ liegt, gibt es Punkte. Das Team, das nach **acht Durchgängen** die meisten Punkte hat, gewinnt. **Deutschland** konnte sich **nicht** für Sotschi 2014 qualifizieren. Die **Kanadier**, die schon bei den letzten beiden Winterparalympics Gold gewannen, gelten als Favorit. Chancen rechnen sich **Schweden und China** aus.



Sledgehockey

Beim Sledgehockey treten **zwei Mannschaften mit je fünf Feldspielern** und einem Torwart gegeneinander an. Statt auf Schlittschuhen wie beim Eishockey bewegen sich die Sportler auf Schlitten durch die Eishalle, um den Puck mithilfe von zwei kurzen Schlägern ins gegnerische Tor zu befördern. Die Schläger am Griffende sind zwecks Fortbewegung mit Spikes besetzt. Die Schlitten bestehen aus Sitzschale, Rahmen und Kufenblock. Tor- und Spielfeldgröße entsprechen exakt den Eishockey-Maßen und auch der größte Teil des **Regelwerks ist gleich**.

Abweichungen gibt es bei der Spieldauer: Während im herkömmlichen Eishockey drei Perioden zu je 20 Minuten gespielt werden, dauert bei den Sledgehockey-Spielen jeder Abschnitt nur **15 Minuten**.

In Sotschi kämpfen acht Mannschaften um die Medaillen. Favoriten sind die Titelverteidiger und Weltmeister aus den **USA, Kanada** aber auch die **russische** Mannschaft. Die **deutsche** Mannschaft konnte sich **nicht** qualifizieren (siehe Interview Seite 14).

WWW

tagesspiegel.de/paralympics
Ergebnisse, Bilder, Analysen. Weitere
Eindrücke unserer Reporter unter:
[facebook.com/ParalympicsZeitung](https://www.facebook.com/ParalympicsZeitung)



Heimstätten der Spiele

Die Olympischen Spiele sind vorbei – die **Paralympics** stehen an. Ist Sotschi mit seinen **Spielstätten** auch für diese Herausforderung gewappnet?

VON DAVID KRAMER

Winterspiele im subtropischen Sotschi – was zunächst bei vielen Kommentatoren Skepsis und Kritik hervorrief, entpuppte sich schließlich als durchaus gelungen. Thomas Bach, Präsident des Internationalen Olympischen Komitees (IOC), sagte bei der Abschlussfeier: „Unsere russischen Gastgeber hatten gute Sportstätten und Bedingungen versprochen und heute Abend können wir sagen, dass Russland alles erfüllt hat, was es versprochen hat.“ Er rühmte die Spiele mit dem Slogan: „Dies waren die Spiele der Athleten.“

Waren? Sie sind es noch: Nun kommen die Paralympics – und die werden auch zeigen, wie behindertengerecht Sotschi ist.

Die fünf verschiedenen Wintersportdisziplinen der Paralympics werden in vier Wettkampfstätten ausgetragen: In der Küstenregion finden in der Schaiba-Eisarena die Spiele im Sledge-Eishockey statt. Schaiba ist der russische Name des Pucks im Eishockey. 7000 Zuschauer finden hier Platz. Das Besondere an der Arena: Sie ist so konstruiert, dass sie nach den Paralympics abgebaut und in einer anderen Stadt wieder aufgebaut werden kann. Auch das Ice Cube Curling Center hat dieselbe Eigenschaft.

Hier ereignen sich die Wettkämpfe im Rollstuhl-Curling. Die Entscheidungen in der Bergregion Krasnodar finden zum einen im Laura Langlauf- und Biathlon Center statt, wo sich die gleichnamigen Sportarten abspielen. Im Rosa Khutor Alpine Center kämpfen die Alpin-Skifahrer und Snowboarder

Fünf Disziplinen an vier Wettkampforten

um die Medaillen. Nicht zu vergessen ist das Olympiastadion Fischt mit einer Kapazität von 40 000 Zuschauern. Benannt ist das Stadion nach einem Berg im Nordkaukasus. Hier können Zuschauer die Eröffnungs- und Schlussfeier live oder vor dem Fernsehen mitverfolgen.

Trotz des enormen Aufwandes rund um die Wettkampfstätten und der Infrastruktur in Sotschi rechnen die meisten Experten auch für die Paralympics mit nur wenigen Touristen, da die Anreise oftmals sehr teuer und beschwerlich ist. Direktflüge sind nicht selbstverständlich und ein Visum für die Einreise muss besorgt werden. Auch die Sprachbarriere mag den einen oder anderen Touristen aus dem Westen abschrecken.

Nicht zu vergessen die theoretisch immer noch vorhandene Terrorgefahr, die zu vielen Sicherheitsmaßnahmen und -kontrollen zwingt. Auch die Paralympics dürften „Sicherheitsspiele“ werden.

Was bleibt nach dem Großereignis? In Zukunft wird Sotschi eine der modernsten Städte Russlands sein, dank einer hervorragenden Infrastruktur und einer reibungslos verlaufenden Logistik. Diese ist für die Winterspiele, bedingt durch die Entfernungen der Spielstätten in den Bergen zum Olympiapark am Schwarzen Meer, von größter Wichtigkeit. Dieses Problem lösten die Organisatoren mit der Erneuerung und Errichtung von insgesamt 130 Kilometer Strecke. Das wichtigste Projekt ist die Autobahn. Sie soll die Stadt, den neuen Flughafen und die Wintersportorte in den Bergen verbinden.

Moderne Elektrozüge kommen im Stadtgebiet zum Einsatz. Mit einem komplett neu konzipierten Busnetz werden Passagiere zu Bahnstationen gebracht, wo sie umsteigen, um mit dem Zug zu ihrem Zielort zu fahren. Auch hier soll sich Russland für ein behindertenfreundliches Bahn- und Straßennetz starkgemacht haben. Bis zu 1800 Objekte sollen für ein barrierefreies Sotschi umgestaltet worden sein. So soll auch eine Smartphone-Karten-App erhältlich sein, die zugängliche Wege zu olympischen und paralympischen Sportstätten aufzeigt.

Direkt nach den Olympischen Spielen schien allerdings noch einiges zu tun: Behindertengerecht erschien in Sotschi längst nicht alles. Wie der Tagesspiegel berichtete, gab es Gondelstationen, die nur über lange Treppen zu erreichen sind, und öffentliche Gebäude ohne Rollstuhlrampen.

Auch nach den Olympischen Spielen und den Paralympics bleibt Sotschi im Fokus: Zunächst findet der G-8-Gipfel an der Schwarzmeerküste statt, später im Jahr soll die Formel 1 erstmals auf einer neuen Strecke starten und Sotschi neben den Wintersportstätten eine weitere Attraktion geben. Im Jahr 2018 ist Sotschi zudem einer der Spielorte für die Fußball-Weltmeisterschaft.

Der Olympiapark in Sotschi, Stadtteil Adler, beherbergt auch einige Wettbewerbe der Paralympics. In der Schaiba-Arena (unten) finden beispielsweise die Sledgehockey-Spiele statt. Hinzu kommen Spielstätten in den Bergen: Im Rosa Khutor Extreme Park (ganz unten) finden die Wettbewerbe der alpinen Skifahrer und Snowboarder statt.



Foto: Sochi2014, dpa (2)

Eine Frage der Klasse

Für Paralympioniken beginnt der Kampf um den Startplatz nicht erst auf der Piste oder dem Eis, sondern bei der Klassifizierung. Da kein Mensch und auch keine Behinderung der anderen gleicht, müssen im Voraus Bedingungen für eine Vergleichbarkeit geschaffen werden. Hierzu werden die Sportlerinnen und Sportler in Startklassen eingeteilt. Doch wer legt diese fest und welches sind die Kriterien?

Beim Curling lautet die Regel, dass alle Teilnehmer im Rollstuhl sitzen und kein Team ausschließlich aus Männern oder Frauen bestehen darf.

Im Sledge-Eishockey nutzen alle Teilnehmer einen Sitzschlitten und dürfen nicht fä-

Verschiedene Startklassen sollen die **Vergleichbarkeit** von Sportlern mit unterschiedlichen Behinderungen erlauben

VON AMREI ZIERIACKS

hig sein, Schlittschuh zu laufen. Bei den Ski-Sportarten wird es da schon komplexer: Es wird unterschieden, ob eine Sehbehinderung (Bezeichnungen B1–B3) vorliegt und ob die Athleten stehend (LW–LW 9) oder sitzend (LW 10–12) teilnehmen. Die Einteilung wird von Ärzten vorgenommen, die bei einer Untersuchung die körperlichen Voraussetzungen einschätzen. B steht für den Blindheitsgrad, LW für Locomotor Winter, also die Art der Fortbewegung. In der Klasse LW 1 treten beispielsweise doppelt oberschenkelamputierte Athletinnen und Athleten an.

Die im Wettkampf gefahrene Zeit wird mit einem der Klassifizierung entsprechenden

Faktor multipliziert, um die Vergleichbarkeit zu gewährleisten. Die Startklasse entscheidet auch über die erlaubten Ausrüstungsgegenstände, zum Beispiel die Stöcke.

Beim Para-Snowboarden treten in Sotschi nur Athletinnen und Athleten mit einer Beinbehinderung in der Klasse lower limp gegeneinander an.

Das Internationale Paralympische Komitee (IPC) prüft und genehmigt vorab alle Prothesen und Ausrüstungsgegenstände. Dadurch sollen Diskussionen über das sogenannte Techno-Doping vermieden werden. Also die Frage, ob manche Teilnehmer sich durch hoch entwickelte Ausrüstung einen ungerechten Vorteil verschaffen können.

Kulturelle Höchstleistung

Im Fokus der **Kulturolympiade**: Die Vielfalt der russischen Kultur und die künstlerische Begabung von Menschen mit Behinderung

VON CHRISTINA SPITZMÜLLER



Die georgisch-russische Sängerin Diana Gurzkaja (oben) wird beim integrativen Festival Belaja trost in Sotschi auftreten. Aber auch Traditionelles ist Bestandteil der Kulturolympiade.

Vielfalt und Reichtum der russischen Kultur präsentieren: Das ist das Ziel der Kulturolympiade der ersten russischen Winterspiele.

Organisiert vom Kulturministerium der Russischen Föderation startete die Kulturolympiade schon 2010 mit dem Jahr des Kinos. Es folgten das Jahr des Theaters 2011, der Musik 2012 und der Museen 2013.

Ein besonderes Augenmerk lag dabei auf sozialen Projekten, im Hinblick auf die Paralympischen Spiele auch speziell auf Projekten mit Menschen mit Behinderung. Schirmherren sind der Paralympionik und Duma-Abgeordnete Mikhail Terentiev sowie die blinde Sängerin Diana Gurzkaja, die Botschafterin der Spiele Sotschi 2014 ist.

Im Rahmen des Jahres des Kinos wurde das Filmfestival „Kino ohne Barrieren“ organisiert. Gewidmet war es Menschen mit begrenzten Möglichkeiten, wie Menschen mit Behinderung in Russland oft genannt werden. Das inklusive Festival „Protheater“ unterstützte die Theaterkunst von Menschen

mit Behinderung und förderte die Gründung inklusiver Theatergruppen in ganz Russland. In Sotschi wurde zum Beispiel ein Theaterstück des Projekts „Netu slow“, zu deutsch „Ohne Worte“, aufgeführt, bei dem die Schauspieler gehörlos waren.

Höhepunkt der inklusiven Veranstaltungen wird ein Galakonzert im Rahmen des Festivals „Belaja trost“, zu deutsch „Weißer Stock“, während der Paralympischen Spiele sein. Am 9. und 10. März werden musikalisch begabte Kinder mit Sehbehinderung gemeinsam mit Stars und Sternchen aus Sport, Theater und Akrobatik auftreten.

Einige der Ausstellungen, die im Rahmen des Winterfestivals der Kunst eröffnet wurden, laufen auch noch während der Paralympischen Spiele. So zum Beispiel die gesamt-russische Ausstellung „Sport – Kunst – Sotschi“ im Kunstmuseum Sotschi, wo mehr als 200 Kunstwerke verschiedener Art, Genres und Techniken gezeigt werden. Sie wollen Momente sportlichen Sieges und die physische Schönheit der Sportler darstellen. Des Weiteren läuft die Ausstellung „Bildung körperlicher Kraft – Sport und die Familie Romanow“, ebenfalls im Kunstmuseum Sotschi.

Den kulturellen Reichtum können Besucher der Paralympics bei der Fotoausstellung „Bilder Russlands“ in der Ostrowskij-Literaturgedenkstätte bewundern. Geschichtlich interessant wird es bei der historisch-archäologischen Ausstellung „Altertümliches Gold des Kubans und des Schwarzen Meeres“ im Museum der Geschichte des Kurorts Sotschi.



Wann ist ein Kreditinstitut gut für Deutschland?

Wenn es nicht nur finanzielle Perspektiven eröffnet. Sondern auch sportliche.

Als **Olympia Partner Deutschland** und größter nichtstaatlicher Sportförderer unterstützt die Sparkassen-Finanzgruppe die deutschen Athletinnen und Athleten auf ihrem Weg zu den Olympischen und Paralympischen Winterspielen 2014 in Sotschi. Das ist gut für den Sport und gut für Deutschland. www.gut-fuer-deutschland.de

Frank Rennhack (l.) beim Halbfinale gegen Kanada während der Winter-Paralympics 2006 in Turin.

Herr Rennhack, Sotschi sind die zweiten Paralympics in Folge ohne die deutsche Mannschaft. Wie groß ist die Enttäuschung?

Der Frust sitzt nach wie vor sehr tief. Wir sind ja bereits vor vier Jahren knapp an der Qualifikation für die Spiele in Vancouver gescheitert. Einige Teamkollegen haben sogar schon angekündigt, dass sie das Turnier in Sotschi deswegen nicht verfolgen werden. Ich denke, das zeigt, wie groß der Schmerz immer noch ist.

Mit etwas zeitlichem Abstand – was waren die Gründe für das enttäuschende Abschneiden?

Ein wichtiger Grund ist meiner Meinung nach, dass nicht alle zu 100% fit waren. Wenn in einem Mannschaftssport ein Spieler nicht die volle Leistung bringt, kann man das als Team meistens kompensieren. Aber wenn drei oder mehr ihr Potenzial nicht abrufen können, ist es schon fast unmöglich, ein erfolgreiches Turnier zu bestreiten. Wir waren nicht in der Lage, uns ausreichend Torchancen zu erspielen. Und die wenigen, die wir hatten, konnten wir leider nicht nutzen.

Dabei startete das vergangene Jahr vielversprechend. Im März 2013 gewann Deutschland den Titel bei der B-WM. So gingen viele davon aus, dass das Quali-Turnier ein Selbstläufer werden würde.

Der Gewinn der B-WM kam schon etwas überraschend, da wir mit dem Finalgegner Japan immerhin den Silbermedaillengewinn von den Paralympics in Vancouver 2010 geschlagen haben. Die Japaner hatten als Gastgeber der B-WM auch noch die Fans im Rücken und wurden von diesen immer wieder nach vorne gepeitscht. In diesem Endspiel konnten wir aber andeuten, wozu wir als Team fähig sind und dass wir an einem guten Tag in der Lage sind, auch die großen Nationen zu ärgern. Von einer erfolgreichen Sotschi-Qualifikation konnte man aber trotz des Erfolges nicht sicher ausgehen. Dafür waren die Gegner bei der B-WM, abgesehen von Japan, nicht stark genug. Allerdings kann ich mir gut vorstellen, dass einige nach diesem Erfolg dachten, dass es



Foto: Getty

„Nicht alle fit“

Deutschlands Sledgehockey-Team hat die Qualifikation für Sotschi knapp verpasst. Kapitän Rennhack über die Enttäuschung

genauso weitergehen würde, und somit dann im Vorfeld der Qualifikation nicht hart genug trainiert wurde.

Was den Bekanntheitsgrad anbetrifft, hängt Sledgehockey beispielsweise hinter Rollstuhlbasketball noch etwas zurück. Inwieweit hätte eine deutsche Teilnahme in Sotschi die Popularität Ihres Sports weiter steigern können?

Ich denke, dass unsere Teilnahme in Sotschi für unsere Sportart einiges hätte bewegen können. Das ZDF hätte ja alle unsere Vorrundenspiele live übertragen. Das wäre die tollste und beste Werbung gewesen, die wir bekommen können. Von daher ist es natürlich doppelt bitter, die Qualifikation verpasst zu haben. Diese Medienpräsenz hätte mit Sicherheit den einen oder anderen neugierig gemacht, sich auch mal in einen

Sportschlitten zu setzen. Mit nur sechs Mannschaften und knapp 70 Spielern in Deutschland hinken wir den Topnationen wie Kanada oder USA noch weit hinterher. Dort sind jeweils weit über 50 Teams aktiv.

Bei aller Enttäuschung werden Sie das Turnier sicher mit großem Interesse aus der Ferne verfolgen. Welche Mannschaften würden Sie als Medaillenfavoriten einschätzen und was macht diese Teams besonders stark?

Die Favoriten auf die ersten drei Plätze sind ganz klar A-Weltmeister Kanada, die Titelverteidiger aus den USA und die russischen Gastgeber. Alle drei Teams haben Weltklasse-Einzelspieler und funktionieren gleichzeitig als Mannschaft perfekt. Dadurch spielen sie aktuell schlicht auf einem anderen Niveau als der Rest der Welt. Für eine Überraschung sind in meinen Augen die Schweden gut. Sie sind eine super disziplinierte Truppe, die perfekt eingespielt ist und in der wirklich jeder immer alles für das Team gibt.

Die Fragen stellte Jonas Wengert

Alles inklusive

Behindertensport präsentieren und Inklusion fördern – das wollen Aktion Mensch und Deutscher Behindertensportverband während der Paralympics

VON JONAS WENGERT

Paralympics und Inklusion – widerspricht sich das nicht? Inklusion meint die gleichberechtigte Teilnahme von Menschen mit Behinderung in allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens. Bei den Winterspielen treten jedoch Sportlerinnen und Sportler mit Behinderung bei den Paralympics an, während sich Athletinnen und Athleten ohne Behinderung bei den Olympischen Spielen messen. Es finden also getrennte Sportfeste zu unterschiedlichen Zeitpunkten statt.

Viele Athletinnen und Athleten mit Behinderung befürworten die bestehende Trennung und sehen darin keinen Kontrast zur inklusiven Idee. Im Gegenteil: Sie befürchten, dass bei zeitgleichen Wettbewerben die Paralympics im medialen Rummel den Kürzeren ziehen würden. Inklusion bedeutet in diesem Fall, dass beide Ereignisse die glei-

che Plattform und die jeweils ihnen zustehende Aufmerksamkeit bekommen.

Die Paralympischen Spiele sind eine großartige Möglichkeit für den Behindertensport, sich der Öffentlichkeit zu präsentieren. Dies sieht auch die Aktion Mensch so, die größte private Förderorganisation im sozialen Bereich. Sie ist neuer Unterstützer des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) und richtet beispielsweise die Medienlounge im Deutschen Haus in Sotschi aus. Das Deutsche Haus ist während der Paralympics das Zuhause des deutschen Teams und ein Anlaufpunkt für Medienvertreter.

„Wir freuen uns sehr, mit der Aktion Mensch einen neuen Partner begrüßen zu können“, so DBS-Präsident Friedhelm Julius Beucher. „So können wir mit geballten Kräften unsere Ziele angehen und die Aufmerksamkeit und Angebote für Sportler mit einer Behinderung weiter voranbringen.“

Auch Aktion-Mensch-Vorstand Armin von Buttlar ist von dem neuen Weg, den seine Organisation eingeht, überzeugt: „Sport ist ein idealer Treiber für Inklusion. Die Begeiste-



Der Sportjournalist, TV-Moderator und ehemalige Eiskunstläufer Rudi Cerne ist nun auch Botschafter der Aktion Mensch.

rung im und durch den Sport führt Menschen zusammen und überwindet Grenzen.“

Das wachsende Interesse an paralympischem Sport soll dabei helfen, mehr Angebote für das gemeinsame Training von Menschen mit und ohne Behinderung auch im Breitensport zu etablieren. In einer aktuellen Umfrage der Aktion Mensch gaben 37 Prozent der Befragten ohne Behinderung an, in einem Sportverein gemeinsam mit Menschen mit Behinderung Sport zu treiben. Besonders in den Mannschaftssportarten ist dies beliebt: Immer mehr Menschen ohne Behinderung spielen beispielsweise Rollstuhlbasketball.

Ein weiteres Ergebnis der Studie war, dass die Bereitschaft von Menschen mit und ohne Behinderung, gemeinsam Sport zu treiben, größer ist als das derzeitige Angebot. Der Deutsche Behindertensportverband und die Aktion Mensch wollen das Angebot gemeinsam ausbauen.

Unterstützt wird dieses Vorhaben durch Rudi Cerne. Der ehemalige Eiskunstläufer und jetzige TV-Moderator ist seit dem 1. Januar 2014 ehrenamtlicher Botschafter der Aktion Mensch. Während der Paralympics wird Cerne im Namen der Aktion Mensch für Sport als Inklusionsförderer werben – und weitere Aufmerksamkeit generieren.



„Für mich gibt es nur ein Handicap:
zu wenig Schnee.“

Anna Schaffelhuber | Monoski



Deutscher Behindertensportverband e.V.
National Paralympic Committee Germany

Herzlichen Dank an unsere nationalen Förderer:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Schnee chic!

Stylecheck mit **Julia Müller**. Die „Brigitte“-Redakteurin weiß, was modisch angesagt ist und wer in Sachen **Teamoutfits** die Goldmedaille verdient hat



Russland

Das Design ist sehr folkloristisch. Ich schwanke noch zwischen „um Gottes willen“ und „wie putzig“. Ich finde das traditionelle Design charmant, nur nicht besonders modern. Die Mützen der Damen finde ich allerdings cool.



Frankreich

Ich finde das Outfit von Frankreich gut, eben typisch Lacoste. Mir gefallen das Grau und die Chinos, das verleiht dem Team eine gewisse Lässigkeit. Mir gefällt vor allem der Tricolor-Schal, den würde ich auch sofort anziehen. Insgesamt ist das Design zwar nicht gewagt, aber sehr gut und tragbar.



Fotos: Image 121, D-Echard



Deutschland

Ich hätte es großartig gefunden, wenn das Design politisch gemeint gewesen wäre, um ein Zeichen zu setzen. Schade, dass es dann doch ein explizit modisches Statement sein sollte, denn ich frage mich: Welches modische Statement? Die roten Schlaghosen finde ich persönlich sehr gewagt und es wundert mich nicht, dass das knallbunte Design international Aufsehen erregt hat.

Adidas, Bogner und Sioux statten das deutsche Team aus. Aus über 50 Teilen besteht das Bekleidungsset der Athleten. Drei Paralympioniken verraten uns, wie sie die Mode finden.

Anna Schaffelhuber, Ski Alpin

„Die Outfits sind definitiv bunt und wir sind nicht zu übersehen! Somit stechen wir wie bei fast allen Spielen etwas heraus. Und genau das wollen wir auch sportlich! Daher stimmt der Bezug und wir kommen sicherlich nicht grau und trist rüber!“

Georg Kreiter, Ski Alpin

„Ich finde die Präsentationsklamotten von Bogner sehr gewagt, aber irgendwie auch gelungen. Gerade als ich den Einmarsch der deutschen Mannschaft bei der Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele sah, muss ich sagen: Die Sachen machen schon was her und sind sicher nicht langweilig.“

Es ist was Besonderes für ein besonderes Event! Ich freue mich darauf, in den Sachen einzulaufen.“

Andrea Rothfuss, Ski Alpin

„Also ich finde die Kleidung schon sehr bunt, sie fällt auf jeden Fall auf. Da ich privat auch gerne bunte Dinge trage, fühle ich mich darin pudelwohl. Was ich sehr gewagt finde, sind die gestreiften Jacken und die roten Hosen mit Blumenmuster bei den Frauen. Vom sportlichen Aspekt her bietet die Kleidung genau die richtige Mischung aus Komfort und Funktionalität, einzig eine lange Skihose mit Reißverschluss an den Beinen wäre für mich als Rennläuferin noch praktisch gewesen!“



Foto: Photohag/Getty

Als Biathletin und Langläuferin gewann Verena Bentele zwölf Paralympics-Goldmedaillen. Viermal wurde sie Weltmeisterin.

„Ich habe Spaß dabei“

Seit Januar 2014 ist **Verena Bentele** die neue **Behindertenbeauftragte** der Bundesregierung. Mit der Paralympics Zeitung spricht sie über ihre Aufgabe

Sie engagieren sich als Botschafterin der Christoffel-Blindenmission und der Kinderstiftung Bodensee, sind Sportbotschafterin des Internationalen Paralympischen Komitees und bekleiden noch weitere Ehrenämter. Was ist Ihr Antrieb dabei?

Ich weiß, dass ich in meinem Leben viel Unterstützung bekommen habe, und ich bin sicher, dass ich viel von meiner Motivation und meiner Energie, von meinem Wissen zurückgeben und vor allem auch an andere weitergeben kann. Das versuche ich über meine Ehrenämter zu machen. Und klar habe ich auch Spaß dabei.

Was wollen Sie verändern in den kommenden vier Jahren als Behindertenbeauftragte?

Ganz allgemein möchte ich natürlich das Bild von Menschen mit Behinderung in der Öffentlichkeit verändern, damit sie an wirklich allen Lebensbereichen teilhaben können, auch auf dem Arbeitsmarkt oder bei

der Wohnungssuche. Ich werde mir aber die üblichen 100 Tage Zeit nehmen, um konkrete Ziele zu formulieren.

Wird bei Ihnen als mehrfacher Paralympics-Gewinnerin dabei Sport als eine Art der Inklusion eine wichtige Rolle spielen?

Natürlich liegt mir der Sport sehr am Herzen, gerade auch, weil ich durch den Sport viel gelernt habe. Aber ich bin ja keine Sportbeauftragte, sondern Behindertenbeauftragte, deshalb wird Sport zwar sicherlich ein Teil meiner Arbeit sein, aber nicht der Hauptteil.

Vor kurzem hat die Stiftung Deutsche Sporthilfe die Medaillenprämien der paralympischen Sportler an die der Olympischen Athleten angepasst.

Worüber ich mich sehr gefreut habe! Das ist ein wichtiges Zeichen der Sporthilfe, die somit auch ihre Wertschätzung gegenüber den Paralympioniken ausdrückt.

Was wird Ihre Aufgabe sein bei den Paralympischen Spielen in Sotschi?

Ich werde mich viel mit den Sportlern unterhalten, aber auch mit anderen Experten. Ich möchte mich vor allem informieren: Wie sieht die Sportförderung in anderen Ländern aus, wie sind Menschen mit Behinderungen in andere Gesellschaften integriert, wie sieht die Situation speziell in Russland aus? Daneben werde ich mir natürlich auch die Wettkämpfe mit meinen Sportkollegen anschauen. Ich freue mich schon sehr auf das paralympische Flair.

Die Fragen stellte Christina Spitzmüller.

Sport kennt keine Grenzen

Dabei sein für alle: Dafür setzen wir uns ein.
Wir fördern jeden Monat bis zu 1.000 soziale Projekte,
auch im Breitensport – damit alle Menschen aktiv
sein können. www.aktion-mensch.de



DAS WIR GEWINNT



Short!

GOLDener Auftakt im Ersten



„Du kannst mehr, als du denkst“ sollte das Motto für jeden sein. Gleichzeitig ist dieser Leitspruch der Titel des Films „Gold – du kannst mehr, als du denkst“, der eindrucksvoll die querschnittsgelähmte Schwimmerin Kirsten Bruhn, den blinden Marathonläufer Henry Wanyoike und den Rennrollstuhlfahrer Kurt Fearnley porträtiert. Die Zuschauer begleiten die drei hautnah beim Training und erhalten Einblicke in ihr Privatleben. Sie erleben nicht nur, wie sie sich auf die Paralympics in London 2012 vorbereiten, sondern dass sie mit ihrem persönlichen Engagement und ihrem Einsatz für andere wahre Vorbilder sind. Der Dokumentarfilm feierte bei der Berlinale 2013 unter großem Beifall Weltpremiere und wird am 6. März zum ersten Mal um 20.15 Uhr in der ARD ausgestrahlt.

Katharina Schiller

1300 Mal Edelmetall



So viel Edelmetall gab es noch nie: Für die Paralympics 2014 wurde eine Spitzenzahl an Medaillen hergestellt: insgesamt etwa 1300 Mal Gold, Silber und Bronze. Die Medaillen sind aus russischen Metallen mithilfe modernster Technologien gefertigt. Dekoriert sind sie mit der symbolischen „Bettdecke“ der Spiele, die aus traditionellen Ornamenten verschiedener Völker Russlands besteht. Die paralympischen Medaillen haben neben russischer, englischer und französischer Sprache auch eine Aufschrift in Brailleschrift.

Vladislav Radjuk

Kurz!

Von einem anderen Stern



Die Maskottchen der Paralympischen Winterspiele sind Ray of Light und Snowflake. Ray kommt von einem Planeten, auf dem es immer heiß ist. Mit bernsteinfarbener Haut, funkensprühenden Augen und flammendem Haar sieht er ganz anders aus als die Menschen. Ray ist stets freundlich, hilfsbereit und erlernte schnell die Wintersportarten. Snowflake kommt von einem eisigen Planeten, hat weiße Haut und ähnelt einem Eiskristall. Sie beide vereinen die olympischen Grundgedanken Respekt, Freundschaft und Perfektion.

Julia Hollnagel

Kniebeugen für ein Metro-Ticket

Erst schwitzen, dann fahren. Das konnten die Moskowiter Ende 2013 in der Metrostation „Wystawotschnaja“. Dort stand ein ganz besonderer Fahrkartenautomat, bei dem sich die Fahrgäste ihr Ticket mit Kniebeugen verdienen konnten. Wer es innerhalb von zwei Minuten schaffte, 30 Kniebeugen nach olympischem Standard zu machen, bekam zur Belohnung eine Freifahrt. Die Aktion fand im Rahmen der Kampagne des russischen Olympischen Komitees statt, die für eine gesündere Lebensweise wirbt und zeigen soll, dass jeder Einzelne Olympia im Alltag erleben kann. Es gab auch Fahrradstationen, bei denen man mit Muskelkraft sein Handy aufladen konnte.

Katharina Schiller

Short!

Endlich finanziell gleichgestellt

„Menschen mit Behinderung haben Anspruch auf Gleichbehandlung in der Gesellschaft. Gleiche Prämien sind dafür ein gutes Symbol“, so Verena Bentele, neu gewählte Behindertenbeauftragte der Bundesregierung. Schon vor den Sommerspielen in London 2012 kam Kritik auf, dass die Prämien der paralympischen Athletinnen und Athleten deutlich geringer ausfielen als für die Olympioniken. Am 3. Februar 2014 wurde diese Differenz von der Stiftung Deutsche Sporthilfe beseitigt: Das Preisgeld für alle Sportler wurde angehoben, und erstmals seit Entstehung der Winterspiele 1976 sind paralympische Athleten bei der Siegerehrung finanziell gleichgestellt. Für eine Goldmedaille erhalten sie 20 000 Euro.

Schon im November letzten Jahres hatte der russische Ministerpräsident Dmitri Medwedew bekannt gegeben, dass russische Paralympioniken das gleiche Preisgeld erhalten werden wie russische Olympioniken. Russische Goldmedaillengewinner werden mit etwa 100 000 Euro großzügig bedacht.

Amrei Zierjacks

Botschafter für die Paralympics



„Wir mussten den Menschen erst einmal erklären, was die Paralympics überhaupt sind“, sagt Sergey Shilov, sechsfacher paralympischer Goldmedaillengewinner und Botschafter der Spiele in Sotschi. Er will Menschen den Behindertensport näherbringen und reiste dazu quer durch Russland. Zusammen mit 36 anderen russischen Persönlichkeiten aus Sport und Kultur hat er die ehrenvolle Aufgabe, die Olympischen und Paralympischen Spiele zu repräsentieren. Auch Olesya Vladykina, zweimalige Goldmedaillengewinnerin im Brustschwimmen bei den Paralympics in London und Beijing, warb für die Paralympics im eigenen Land: „Auf mich persönlich hatten die paralympischen Spiele einen sehr großen Einfluss. Sie haben mich zurück ins Leben geholt. Ich bin zuversichtlich, dass die Paralympics in Sotschi den gleichen nachhaltigen und anhaltenden Effekt auf unser gesamtes Land haben werden“. Sie ist während der Spiele die Bürgermeisterin des Paralympischen Dorfes und wird nationale und internationale Gäste in Sotschi willkommen heißen.

Katharina Schiller

WWW

tagesspiegel.de/paralympics
Ergebnisse, Bilder, Analysen. Weitere Eindrücke unserer Reporter unter:
[facebook.com/ParalympicsZeitung](https://www.facebook.com/ParalympicsZeitung)



Ein starkes Stück Gemeinschaft.

Ein selbstbestimmtes Leben führen und uneingeschränkt am beruflichen und gesellschaftlichen Leben teilhaben können – das ist unser Ziel bei der Wiedereingliederung von Verletzten und Erkrankten. Die starke Solidargemeinschaft der BG ETEM ermöglicht das durch eine optimale Betreuung nach Arbeitsunfällen oder Berufskrankheiten.

Wir freuen uns auf die Wettkämpfe der Paralympics. Wenn zum Beispiel sehbehinderte Sportler und ihre Führungsläufer der ganzen Welt zeigen, welche Höchstleistungen in der Gemeinschaft möglich sind.

Gemeinsam können wir alle viel erreichen.



Martin Braxenthaler beim Riesenslalom während der Paralympischen Winterspiele 2010 in Vancouver.

Zielgerichtet

Martin Braxenthaler über seinen Weg aus der Klinik über die Rehabilitation zu zehnfachem paralympischen Gold im Monoski

VON JULIA HOLLNAGEL

Man muss sich bewusst sein, was die eigenen Ziele sind“, das ist der Leitspruch Martin Braxenthalers, die Einstellung, die ihn zu dem gemachten hat, was er ist: der erfolgreichste Monoskifahrer aller Zeiten. Vier Mal nahm er an den Paralympics teil: In den Jahren 1998 bis 2010 holte er für das deutsche Team zehn Mal goldenes Edelmetall.

Kaum zu glauben, dass der heute 41-Jährige erst 1995 in den Leistungssport einstieg. Nur ein Jahr zuvor zog er sich bei einem Arbeitsunfall einen Wirbelbruch zu und ist seitdem mit dem Rollstuhl oder dem Monoski unterwegs. Im Oktober 1994 begann seine Rehabilitation in der Berufsgenossenschaftlichen Unfallklinik Murnau. „Dort habe ich gelernt, mit und im Rollstuhl zu leben. Und sehr schnell gemerkt, dass dazu eine gewisse sportliche Fitness nötig ist“, beschreibt Braxenthaler die Anfänge seiner Rehabilitationszeit. Der junge Mann, der schon vor seinem Unfall begeisterter Sportler war, konnte nicht lange stillhalten. „Ich wollte

wieder mit meinen Kumpels Ski fahren und habe an einem Kurs teilgenommen.“ Dank seines Talents war der Weg zum Leistungssport schnell eingeschlagen. Doch so einfach, wie sich die Geschichte von Martin Braxenthalers Rehabilitation anhört, war sie in keinem Fall. „Von selbst passiert gar nichts. Es ist ein extrem harter Weg.“ Schon das alltägliche Leben beschreibt er als Herausforderung. Durch einen solchen Unfall wird man von heute auf morgen aus der Bahn geworfen. Man muss sich neue Ziele und



Der gelernte Mechaniker Braxenthaler begann 1995 mit einem Monoskikurs.

Träume suchen. Ihm selbst ist das gut gelungen. Für seinen Traum, erfolgreicher Athlet zu werden, arbeitete er hart: von Mai bis Oktober fünf bis sechs Mal die Woche. „Der Trainingsplan wird im Frühjahr erstellt und danach richtet man sich dann im Sommer“, erklärt er diese Kuriosität des Wintersports. Auch ohne Schnee gibt es genug zu tun, bevor die Saison beginnt. Schnellkraft, Kondition und Ausdauer werden vier bis fünf Stunden am Tag trainiert. „Man muss Abstriche machen“, meint Braxenthaler. „Dann geht man nach der Arbeit mal nicht in den Biergarten, sondern lieber früh ins Bett.“ Doch wenn man ein Ziel vor Augen hat, findet er, fällt der Verzicht meist nicht allzu schwer. Doch eine Frage bleibt: Wie schaffte er es, so schnell im Leistungssport Fuß zu fassen? Für Braxenthaler ist klar: Hartes Training und sein eiserner Wille haben zwar zur schnellen Genesung beigetragen. Aber er betont: „Die gute Rehabilitation, die ich gewonnen habe, ist der Grund für meine sportliche Karriere. Ich wurde in der Reha sehr gut vorbereitet und bin gut ins neue Leben gestartet.“ Dafür zeigt er sich noch heute dank-

bar, indem er als Botschafter für die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) tätig ist. „Ich möchte mich damit für die Unterstützung, die ich erhalten habe, bedanken“, begründet Braxenthaler sein Engagement. Jeder Arbeitnehmer, jeder Ehrenamtliche, jedes Kind und alle Schüler und Studenten sind gesetzlich über die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen unfallversichert. Bei einem Arbeitsunfall wie dem Braxenthalers sorgen sie für die optimale Versorgung. „Für die Rehabilitation der Betroffenen ist Sport enorm wichtig – sowohl physisch als auch mental“, erklärt der Kommunikationschef der DGUV, Gregor Doecke. Deswegen fördert die DGUV auch den Behindertenleistungs- und -breitensport. Beispielsweise durch die Kampagne „Fit im Sport – fit im Job“. Im Mittelpunkt der Kampagne steht die erfolgreiche soziale und berufliche Rehabilitation. Da ist Martin Braxenthaler natürlich ein idealer Botschafter.

Denn auch nach seinem Ausscheiden aus dem aktiven Wettkampfsport bleibt Braxenthaler dem Skisport erhalten. Er hat sich jetzt einer neuen Herausforderung gestellt und unterstützt das deutsche Team als Co-Trainer. „Ich habe als Athlet so viel gelernt und vermittelt bekommen, da möchte ich mich jetzt revanchieren“, begründet er seine Entscheidung. Seit dem letzten Sommer steht er schon als Berater, Trainer und Betreuer zur Verfügung. Vor allem aber wirkt er auch bei der Materialoptimierung mit. Hier sieht er das Potenzial des Sports. „Da hat sich was getan, da tut sich was und wird sich viel tun“, fasst er seine Einstellung zum technischen Fortschritt zusammen.

Braxenthaler selbst war in Sachen Technik den anderen immer „einen Schritt voraus“ und hofft, dass das deutsche Team es mit ihm an der Seite weiterhin schafft, ganz vorne mit dabei zu bleiben. Denn es ist schwerer, einen Vorsprung zu halten, als aufzuholen. „Da kann man sich immer was von den anderen abschauen. Früher haben immer alle bei mir abgeschaut“, sagt er und lacht. Im Prinzip hat er hier auch wieder seinen alten Beruf aufgenommen, denn vor seinem Arbeitsunfall war er als Mechaniker tätig.

Nachdem neben Martin Braxenthaler auch Gerd Schönfelder und Verena Bentele, die bisherigen Erfolgsgaranten des deutschen Teams, die Skier an den Nagel gehängt haben, stellt sich die Frage, ob die jungen Athletinnen und Athleten dieses Jahr an den Erfolg ihrer Vorgänger anknüpfen können. „Sie haben sich toll entwickelt und müssen nun zeigen, was sie können“, so Martin Braxenthaler. Wie immer im Sport: Die Frage ist, wer seine Leistung am Wettkampftag punktgenau abrufen kann.

Sport beugt vor

An den **Rücken** denken ist nach einem Bandscheibenvorfall besonders wichtig

VON CHRISTINA SPITZMÜLLER

www.deinruecken.de

Die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen führen eine Kampagne zum Thema gesunder Rücken durch.

Solche Schmerzen will ich nie mehr haben“, sagt Carola Szeborg aus Zittau über ihren Bandscheibenvorfall, den sie sich bei ihrer Arbeit als Altenpflegerin zuzog. Dank Rehabilitation und Sport blieben aber keine Folgeschäden zurück und sie fand wieder in ihren Alltag zurück.

Zehn Tage im Krankenhaus, 18 Physiotherapiesitzungen, erst danach war Carola Szeborg fit genug für das Rückenkolleg der Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW), die zur gesetzlichen Unfallversicherung in Deutschland gehört. Ihre Kollegin Martina Sommerfeldt hatte es nicht ganz so schlimm getroffen: Auch sie erlitt einen Bandscheibenvorfall, konnte jedoch anders als ihre Kollegin bereits nach einer ambulanten Behandlung zum Rückenkolleg nach Halle fahren. Dort hieß es dann drei Wochen lang von 7.30 bis

16 Uhr: Trainieren, trainieren, trainieren. „Als ich den Stundenplan gesehen habe, wollte ich erst wieder abspringen“, berichtet Szeborg über ihre ersten Eindrücke. Aber das Sportprogramm war abwechslungsreich: Walken, Schwimmen, Training mit Geräten. Außerdem gab es individuelle Behandlungen sowie Gruppenübungen mit praxisnahen Beispielen. Diese haben auch den Berufsalltag der beiden Altenpflegerinnen geändert: „Wenn ich jetzt bei einem Patienten am Bett stehe, überlege ich erst, wie ich mich richtig bewege“, so Szeborg. Die beiden Mitarbeiterinnen des ambulanten Pflegedienstes Mobile Haus-Krankenpflege Kröber GmbH achten jetzt genau darauf, wie sie rückengerecht arbeiten können. Und sie haben gelernt, sich auch mal Hilfe von Kolleginnen zu holen. Vom Arbeitgeber werden sie hierbei gerne unterstützt: Gesunde Mitarbei-

ter sind ihm ein Anliegen. Schon seit Jahren können die Mitarbeiter die Angebote der BGW intensiv nutzen.

Bis zu 16 Teilnehmer können die Rückenkollegs in Hamburg, Halle und St. Peter-Ording absolvieren. Auf die dreiwöchige Schulung folgt eine zweitägige Arbeitsplatzbegleitung sowie ein Gespräch mit den Vorgesetzten, um den Teilnehmern des Rückenkollegs individuelle Tipps mit auf den Weg zu geben. Nach anderthalb Jahren gibt es einen einwöchigen Refresher-Kurs. Da werden Carola Szeborg und Martina Sommerfeldt auf jeden Fall mit dabei sein. Beide treiben nun, im Gegensatz zu früher, regelmäßig Sport: beim Frauensport, im Fitnessstudio oder zu Hause. Denn, da sind sich beide einig: Lieber überwinden sie sich zum Sporttreiben, als dass sie noch mal einen Bandscheibenvorfall erleiden müssen.



Ein Audi. Ohne Kompromisse.

Die Audi Fahrhilfen.

Unser Motto „Vorsprung durch Technik“ spiegelt sich im Bereich Fahrhilfen auf besondere Weise wider. Für Menschen, die im Alltag hinsichtlich ihrer Mobilität Kompromisse machen müssen, ist der Audi A6 Avant* mit Mobilitätshilfe eine erstklassige Lösung. Individuell. Hochwertig. Voller Sportlichkeit. Setzen Sie auf die vielen Möglichkeiten, Technologien und Ausstattungsvarianten, die Ihrer Mobilität neue Horizonte eröffnen. Hinweise auf spezielle Konditionen sowie aktuelle Sonderaktionen erhalten Sie unter unserer Servicenummer **0800/5 51 11 11**. Weitere Informationen auf www.audi.de/fahrhilfen oder per E-Mail an fahrhilfen@audi.de

* Kraftstoffverbrauch in l/100 km: kombiniert 8,2–5,0; CO₂-Emission in g/km: kombiniert 190–132.