



Stiftungsbrief

Informationen und Mitteilungen aus der Bürgerstiftung Isernhagen • Nr. 9 / November 2011 • Nr. 3/11

Jiu-Jitsu mit geistig behinderten Menschen?

Im Rahmen unseres großen Sportprojektes 2011 „Isernhagen bewegt sich“ wurde neben fünf anderen Sportvereinen aus Isernhagen auch der FC Neuwarmbüchen ausgewählt und für das Projekt „Behindertensport im FC Neuwarmbüchen“ mit 4000,00 € unterstützt.

Die Sporthalle des FC Neuwarmbüchen ist an diesem schon dämmerigen Herbstnachmittag in zwar helles, aber angenehm mildes Licht getaucht. In einer Ecke sind auf mehreren zu einem großen Quadrat zusammengelegten Matten ca. 12 Personen in weißen Kampfsport-Anzügen mit einer Übung beschäftigt, bei der es darum geht, auf dem Boden sitzend mit der Hand des ausgestreckten linken oder rechten Arms die Fußspitze am ebenfalls ausgestreckten rechten oder linken Bein zu erreichen.



„Warum ist die Spitze meines Fußes so weit weg....?“
– Behinderte aus der Wohneinrichtung Gut Lohne beim Training.

Ich bin beim Kampfsport -Training einer Gruppe von geistig behinderten Bewohnern der Lebenshilfe-Wohnstätte Gut Lohne. Gegenwärtig hat die Gruppe 9 Teilnehmer, die gemeinsam mit ihrem Betreuer *Tim Sauer*, der Ergotherapeutin *Lisa Hänslü* und dem Trainer *Michael Werk* vom FC Neuwarmbüchen ihre wöchentliche Trainingsstunde absolviert.

Zunächst hatte die Leitung der Wohnstätte nur 6 Teilnehmer ausgewählt; als sich unter den übrigen Bewohnern herumsprach, was diese Gruppe an jedem Montag um diese Stunde in der Sporthalle machte, meldeten sich spontan weitere 3 Interessenten, die jetzt auch mit dabei sind.

Ich bin in Straßenkleidung und werde von den Probanden aufmerksam, auch ein wenig neugierig, betrachtet. Die Ablenkung dauert nur kurz; alle widmen sich schnell wieder dieser für sie offensichtlich nicht ganz so einfachen Übung – intensiv durch konkrete Hilfestellungen der Trainer unterstützt.

Kampfsport mit geistig behinderten Menschen? Und ist das, was hier trainiert wird, überhaupt Kampfsport und nicht vielleicht „nur“ Gymnastik?

Im Anschluß an die Übungsstunde – der Betreuer *Tim Sauer* hat die Gruppe inzwischen zum Umkleiden begleitet – führe ich ein Gespräch mit *Lisa Hänslü* und *Michael Werk*, Trainer und 5 DAN Jiu-Jitsu.

Beide kennen sich seit vielen Jahren aus gemeinsamen Kampfsport-Trainingslehrgängen in Belgien und sind jetzt beim FC Neuwarmbüchen tätig. Und aus Belgien, wo bereits vor vielen Jahren erste Übungsprogramme im Kampfsport für behinderte Menschen entwickelt worden sind, brachten sie diese Idee mit. Angesichts der in nächster Nachbarschaft auf Gut Lohne beheimateten Lebenshilfe-Wohnstätte für geistig behinderte Menschen reifte der Gedanke, so etwas auch in Isernhagen anzubieten. Da kam die große Ausschreibung der Bürgerstiftung für besondere Sportprojekte gerade recht: die notwendige Ausstattung bzw. Ausrüstung für die Teilnehmer und die Trainerkosten waren aus dem Etat des FC Neuwarmbüchen nicht zu finanzieren.

Ich frage nach den Risiken und Chancen, Kampfsport im Stile des Jiu-Jitsu mit geistig behinderten Menschen zu trainieren – und merke im Gespräch schnell, dass ich mit falschen Vorstellungen und folglich auch mit einer nicht angemessenen Fragestellung an die Sache herangehe.

Es geht nicht darum, dieser Personengruppe Angriffs-, Abwehr- oder spezifische Kampfsportübungen beizubringen, mit deren Hilfe sie sich ggf. gegen einen Überfall oder einen unerwarteten Angriff von dritter Seite wehren oder in einer sich bedrohlich entwickelnden Situation die Oberhand behalten könnten.

Es geht vielmehr um kampfsportspezifische Vorbereitungsübungen – mit dem Ziel, den Behinderten generell eine bessere Körperbeherrschung und die Optimierung zentraler Bewegungsabläufe zu vermitteln, um ihnen so eine leichtere Bewältigung ihres oft auch körperlich beschwerlichen Alltags zu ermöglichen. Nach Überzeugung der beiden Trainer kann das mit traditioneller Gymnastik allein nicht erreicht werden. Kampfsportübungen sind dagegen aufgrund des systematischen Zusammenhangs in den gleichbleibend wiederkehrenden Bewegungsabläufen für Menschen mit

Behinderungen leichter erlernbar und ihrer Art nach wegen der finalen Ausrichtung auf die beim Kampfsport anzustrebende umfassende Körperbeherrschung besonders gut geeignet. Kampfsport erlernen ist nicht das Trainingsziel – aber der Kampfsport gibt den Rahmen für das Training.

Zur Person: **Lothar Küttner**



Es besteht wirklich kein Zusammenhang zwischen der allgemeinen Bankenkrise und dem Umstand, dass die Redaktion in zwei aufeinanderfolgenden Stiftungsbriefen jeweils einen Banker als aktives Stiftungsmitglied vorstellt! Überdies ist das Interessenspektrum von Lothar Küttner auch deutlich breiter gefächert, als banking! Doch beginnen wir am Anfang.

Seit Herbst 2010 Sprecher des AK JuSt in der Nachfolge von Sandra Bartölke, ist der gebürtige Bremer mit seinem unverwechselbaren norddeutschen Charme eine feste Adresse in der Stiftung geworden und steht für vielfältige Engagements und gut funktionierendes organisatorisches Management. Geburtsjahrgang 1967, kam er als Gast zu einem Kaminabend, - auf Veranlassung eines Kollegen, der an diesem Abend den Vortrag hielt, – und blieb. Seine Motive für ein Engagement in der Bürgerstiftung bilden quasi die Grundlage seiner jetzigen Funktion: Junge Menschen animieren und aktivieren, sich zu engagieren – in der Stiftung, in der Gemeinde, in der Region. Und dabei zugleich über entsprechenden Input mehr Breitenwirkung zu erzielen – als Beispiel nennt er die „Herkulesaufgabe“, die nach wie vor unübersehbare und auf vielen Feldern fast täglich spürbare

Noch während des Gesprächs sind ab und an vom Halleneingang Rufe zu vernehmen – einzelne Mitglieder der Gruppe verabschieden sich lebhaft winkend von ihren Trainern. Man spürt die Fröhlichkeit heraus und weiß instinktiv, dass ihnen die vorangegangene Stunde gut getan hat. (Text/Foto: wrs)

Distanz zwischen den sieben Ortschaften in Isernhagen. Hier möchte er mitwirken, diese Distanz wenn nicht zu überwinden, so doch merklich abzubauen.

Die privaten Interessen von Lothar Küttner liegen im Sport; neben Golf pflegt er ein an wechselnde Börsenkurse erinnerndes Trainingsspiel: Spinning! Alles klar? – ich selbst konnte mir hier nur mit googeln und Wikipedia helfen! Gemeint ist nicht ein „Umformverfahren zur Herstellung rotationssymmetrischer Hohlkörper“ (spinning), gemeint ist vielmehr ein „Gruppentrainingsprogramm auf stationären Fahrrädern“ = indoorcycling! Aber auch dieser Begriff wirft neue Fragen auf - Lothar Küttner wird sie gern im persönlichen Gespräch beantworten – und dabei leicht verschmitzt lächeln! Ganz ernsthaft wird er dann wieder, wenn er kurz seine weiteren ehrenamtlichen Engagements erwähnt. So ist er noch in zwei weiteren Bereichen aktiv, die unterschiedlicher kaum sein könnten: In der Hospiz Stiftung Niedersachsen, eine Gründung der evangelischen Kirchen und katholischen Bistümer in Niedersachsen, die die Förderung der ehrenamtlichen Hospizarbeit zum Ziel hat, und in einer von den niedersächsischen Spar-kassen gestützten Initiative zur Förderung der Kunst im ländlichen Raum. Ein sehr differenziertes Interessenspektrum, das in summa auch seiner Arbeit in der Bürgerstiftung Isernhagen zugute kommt! (Text/Foto: wrs)

Pausenapfelprojekt



Stellvertretend für alle ca. 800 Schüler in den Grundschulen in Isernhagen, die am Pausenapfelprojekt der Bürgerstiftung teilhaben, begrüßte die Klasse 1 der GS Neuwarmbüchen mit der Rektorin Frau

Christa Winkelvoß die Vertreter der Bürgerstiftung Michael Koch und Friedhelm Pietschmann zu Beginn des „Apfeljahres“ mit einem selbst gemalten „Danke“-Bild, auf dem die rotbackigen Äpfel aus einem übervollen Weidenkorb quellen – genau so, wie im wirklichen Schulalltag! (Text/Foto: wrs)

Zum Weiterdenken

„Es ist besser, unvollkommene Entscheidungen durchzuführen, als ständig nach vollkommenen Entscheidungen zu suchen, die es niemals geben wird.“ Charles de Gaulle

Termine

Samstag, 26. November,
ab 15:00 Uhr
Weihnachtsmarkt / Wichtelmarkt
Neuwarmbüchen

Samstag, 03. Dezember,
15:00 – 20:00 Uhr
Weihnachtsmarkt, Altwarmbüchen

Freitag/Sonntag, 09.-11. Dezember
Weihnachtsmarkt an der Marienkirche in KB

Mittwoch, 14. Dezember,
19:00 Uhr
Jahresabschlußveranstaltung mit Verleihung des Ehrenpreises, Heinrich-Heller-Schule
Altwarmbüchen

**Herausgeber und Redaktion wünschen allen Lesern eine schöne Adventszeit,
ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr!**

Impressum

Herausgeber: Bürgerstiftung Isernhagen – Der Vorstand, Sophienkamp 4, 30916 Isernhagen, info@buengerstiftung-iserhagen.de

Redaktion: Wolfgang R. Stolt (wrs), Tel. 0511/ 61 18 39, Fax 0511 / 6 96 02 50; wolfgang.stolt@buengerstiftung-iserhagen.de