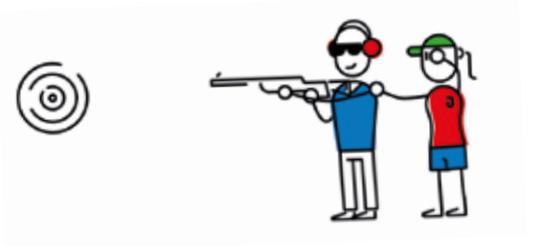
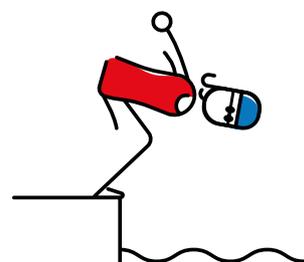
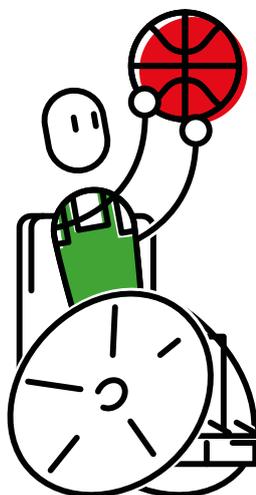
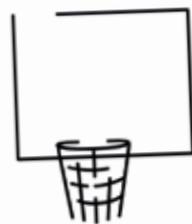
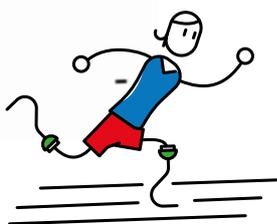
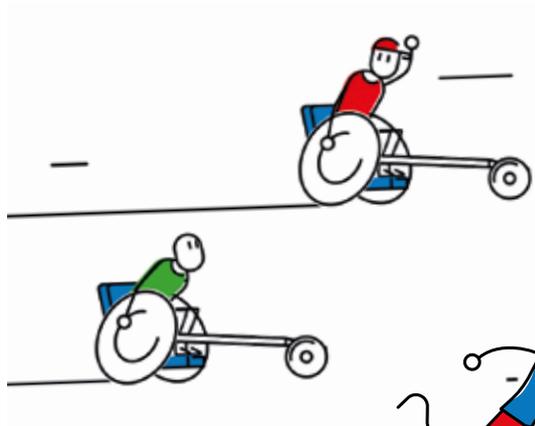




MACH MIT!

SO FINDEST DU DEINEN SPORT
SO KANNST DU TRAINERIN/TRAINER WERDEN
SO KANNST DU DEN ÖBSV UNTERSTÜTZEN





Behindertensport hilft, Alltagsaufgaben besser zu bewältigen, erhöht Mobilität und Lebensqualität und verschafft Erfolgsgefühle. Sport macht Menschen mit Behinderung sicherer, stärkt ihr Selbstbewusstsein und erleichtert so generell das Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung.

Unser Ziel ist es, Menschen mit Behinderung für das Thema Bewegung und Sport zu begeistern und zu regelmäßiger Bewegung zu motivieren; Wir helfen, den passenden Sport zu finden, unterstützen bei der Beschaffung von Sportgeräten, organisieren Sportcamps und Sportwochen und gewährleisten einen umfassenden Sportbetrieb im Rahmen von Vereins-, Kurs- und Kaderaktivitäten. Wir ermöglichen Menschen mit Behinderung, nahezu alle Sportarten auszuüben, und das unabhängig davon, ob jemand eine Körper-, Sinnes- oder Mentalbehinderung hat.

Alle unsere Sportlerinnen haben selbst in irgendeiner Form eine Behinderung, wodurch im ÖBSV auch ein sehr wertvoller Erfahrungsaustausch stattfindet. In unseren österreichweit rund hundert Vereinen werden sie durch die Unterstützung fachlich kompetenter Expertinnen sowie erprobter Aus- und Fortbildungsprogramme beim Erlernen einer Sportart unterstützt.

Egal, ob die Behinderung von Geburt an besteht oder später eingetreten ist: Wir entwickeln Sport für alle Alters-, Behinderungs- und Leistungsgruppen – von Jung bis Alt, in sechs Behinderungsgruppen, in rund vierzig Sportarten und vom Einstieg bis zur internationalen Weltklasse.

UNSERE MISSION

„MEHR SPORT ALS MAN GLAUBT ... UND MEHR ALS NUR SPORT.“

Das ist einer der Leitsprüche des ÖBSV.
Denn wir wissen um die positiven Effekte von Bewegung und Sport.

www.obsv.at

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

INHALT

Unsere Mission	2
Mach mit! Gemeinsam mehr erreichen	4
Iljas Jusic: Im E-Rolli am Weg zum Sportler des Jahres	5
Danila Stritzinger: Die Sportkordinatorin Boccia im Interview	6
Günther Matzinger: Der Paralympics-Sieger über den Support des ÖBSV im Spitzensport	7
Sport im ÖBSV: Die Kompetenzgremien	9
Freizeit- bis Spitzensport: Der ÖBSV und sein Angebot	10
Kinder- und Jugendsport	11
Das Sportangebot im Überblick	12
Der Österreichische Gehörlosen Sportverband	21
Starte deine Karriere beim ÖBSV	22
So wirst du Übungsleiterin	23
So wirst du Instruktoren	24
So wirst du Begleitsportlerin und Schiedsrichterin	25
Das Sportwochenprogramm im Überblick	26
Warum eine Sportwoche besser als Weihnachten ist	27
Schwerpunkt: Für Respekt und Sicherheit – und gegen sexualisierte Gewalt	28
Spenden leicht gemacht	29
So wirst du Mitglied Kontakte	30
Partner und Sponsoren	31



IMPRESSUM:

Medieninhaber: Österreichischer Behindertensportverband, Brigittenauer Lände 42, 1200 Wien
 Redaktionelle Leitung und Konzept: Daniel Kudernatsch
 Redaktionelle Mitarbeit: Matthias Bogner, Matias Costa, Andrea Scherney, Johann Knoll, Hanna Chvatal
 Fotos: Sergiu Borcuta, Lukas Jahn, Thomas Kurat, Daniel Kudernatsch, GEPA, Red Bull Content Pool, Jörg Farys/Die Projektoren/
 Gesellschaftsbilder.de, Andi Weiland/Gesellschaftsbilder.de, Philipp Horak, Daniel Auer, Richard Pflanzl, Jitka Gračliková, ÖGSV,
 Blindensportverband, ÖBSV Archiv
 Layout: Jörg Robl
 Druck: druck.at

Gender Mainstreaming: Der ÖBSV unterstützt die Gleichstellung von Frau und Mann.
Diesem Ansatz folgend beziehen sich die im Text verwendeten weiblichen Ausdrucksformen auf Frauen und Männer in gleicher Weise.



GEMEINSAM MEHR ERREICHEN WIR SIND BEHINDERTENSSPORT!

Du willst wissen, was der ÖBSV alles anbietet, was der Verband macht und wofür er steht? Du hast eine Behinderung und willst Sport machen? Du willst wissen, welche Sportarten der ÖBSV anbietet? Du willst wissen, wo und wie du dich als Trainerin beim ÖBSV engagieren und ausbilden lassen kannst? In unserem Infoheft und auf obsv.at findest du die Antworten auf all diese Fragen.



Tausende Mitglieder des ÖBSV zeigen durch ihr persönliches Engagement und ihren Enthusiasmus, was heutzutage im Behindertensport alles möglich ist. Egal, ob im Breiten-, Gesundheits- oder im Leistungssport: Bewegung und gezieltes Training machen körperlich fitter – und helfen, den Alltag besser zu bewältigen.

Damit sich die Sportarten weiterentwickeln können, brauchen wir auch in Zukunft: **EUCH.**

Als Aktive, um als Team bei einer Mannschaftssportart an den Start gehen zu können. Im Einzelsport, um sich gegenseitig zu motivieren und seine Erfahrungen weitergeben zu können. Als Übungsleiterinnen, Instruktorinnen und Trainerinnen, um das erworbene Wissen nicht nur weiterzugeben, sondern auch zu verbessern. Denn wir als Verband sind nur so gut wie unsere Mitglieder und Helfer.



DARUM BIN ICH BEIM ÖBSV ANERKENNUNG UND SPASS

Iljaz Jusic ist 27 Jahre alt und auf einen E-Rolli angewiesen. Das hindert ihn aber nicht daran Sport zu machen.

Hallo Iljaz, seit wann machst du Sport?

Ich spiele seit 2014 E-Rolli-Fußball und bin seit Anfang an auch bei einem Verein dabei. Beim E-Rolli-Fußball ist das anders auch gar nicht möglich. Training und Spiele sind nur in einer Halle möglich, die Rollis müssen adaptiert werden, wir verwenden spezielle Bälle, usw.

Was gefällt dir daran besonders gut?

Wir sitzen zwar alle im E-Rolli, haben aber die unterschiedlichsten Behinderungen. Beim Training und beim Spiel macht das aber keinen Unterschied – wir spielen gemeinsam und treten als Team auf, darauf kommt es an.

Warum sollte man beim E-Rolli-Fußball mitmachen oder generell Sport machen?

Das hat ganz unterschiedliche Gründe! Sport

macht einfach Spaß. Mannschaftssport, wie E-Rolli-Fußball ganz besonders, weil du dabei auch Freundschaften schließt.

Was erwartest du, wenn man mitmacht?

Spaß, Spaß und noch mehr Spaß. Aber auch intensives Training! Taktik, Technik, bei uns steht alles am Programm.

Was bringt dir der Sport im Alltag?

Er ist ein super Ausgleich zu meinen sonstigen Routinen. Und ich habe mein fahrerisches Können mit dem Rolli extrem verbessert. Er bringt mir auch eine gewisse Anerkennung. Es ist schon cool, wenn du als Gesicht des E-Rolli-Fußballs ein Interview für einen TV-Beitrag gibst und die Leute dich dadurch kennen.

Was bringt dir der Sport für deine Zukunft? Vielleicht werde ich mal Sportler der Jahres ;-))

Wie hilft dir der ÖBSV beim Ausüben deines Sports?

Sie stellen die Hallen für das Training, organisieren Turniere, stellen den Trainer, das Equipment. Der ÖBSV unterstützt mich aber nicht nur als Sportler, sondern auch als Mensch. Das finde ich besonders schön!

Ich habe Interesse und will mitmachen – was muss ich tun?

Einfach mal bei einem Training vorbeischauen!

erollifussball.at



DARUM BIN ICH BEIM ÖBSV AKTIV DABEI SEIN

Danila Stritzinger, 27, arbeitet seit Jänner 2019 als Sportkoordinatorin im Boccia beim ÖBSV. Die Arbeit mit Menschen mit Behinderung sieht sie als perfekten Ausgleich zu ihrer Tätigkeit als Behindertenbetreuerin.

Hallo Danila! Wie bist du auf den Behindertensport aufmerksam geworden?

Hallo ÖBSV! Ich bin selbst sehr sportinteressiert und übe Freizeitsportarten wie Eiskunstlaufen, Triathlon und Bergsteigen aus. In meiner Arbeit als Betreuerin habe ich entdeckt, wie vielfältig Bewegung und Sport mit körperlich beeinträchtigten Menschen sein kann und vor allem, dass es ein sehr guter Ausgleich zum Alltag ist.

Welche Ausbildungen hast du?

Ich habe verschiedene Ausbildungen im agogischen Bereich sowie eine Pflegeausbildung. Ich bin Dipl. Sozialbetreuerin in Behindertenarbeit, Fachsozialbetreuerin in Altenarbeit und auch Pflegeassistentin.

Welche Kurse und Ausbildungen hast du beim ÖBSV absolviert?

Ich habe 2017 beim ÖBSV in Zusammenarbeit mit der BSPA die Ausbildung zum Behindertensport-Instruktor abgeschlossen.

Wie haben dir diese Kurse gefallen, was hast du dabei gelernt?

Die Ausbildung zum Behindertensport Instruktor war praktisch und theoretisch perfekt aufgebaut. Die Vortragenden und auch die Trainer kamen aus den verschiedensten Sportbereichen und übermittelten uns ihr Wissen samt ihren Erfahrungen. Ganz besonders an der Ausbildung gefiel mir die Kombination zweier Behindertensportwochen, in denen man aktiv mitwirken konnte.

Wie sieht deine Arbeit aus?

Hauptberuflich arbeite ich als Behindertenbetreuerin, in einer Jugendwohngruppe für körperlich beeinträchtigte Menschen. Letztes Jahr habe ich regelmäßig Boccia-Training für meine Jugendlichen gegeben – das in Zusammenarbeit mit der Behindertensportgemeinschaft Altenhof. Momentan arbeite ich gerade mit einer Freundin an der Gründung eines Sportvereins, in dem wöchentlich ein Boccia-Training stattfinden soll.

Was gefällt dir besonders daran?

Boccia ist ein beliebtes Spiel und macht einfach jedem Spaß. Es ist immer wieder schön und gut zu beobachten, dass der Boccia-sport von Fairness geprägt ist. Sportler mit verschiedensten Einschränkungen können sich gegenseitig herausfordern. Zusätzlich fördert Boccia die Konzentrationsfähigkeit und soziale Kompetenz.

Ich will beim Boccia mitmachen – was muss ich machen?

Dabei sein ist alles! Die Gemeinschaft, der Einsatz und der Ehrgeiz von jedem ist das, was zählt. Der Grad der Beeinträchtigung spielt dabei absolut keine Rolle.

Ich will mich beim ÖBSV engagieren – was muss ich dazu tun?

Ich hab mich beworben, ganz klassisch. Ich hatte dann ein Bewerbungsgespräch, wurde dort auf Herz und Nieren gecheckt. Ich denke, meine umfangreiche Ausbildung und meine Erfahrung haben dann den Ausschlag gegeben.



DARUM BIN ICH BEIM ÖBSV

BESTMÖGLICHES UMFELD ALS ERFOLGSGARANT

Günther Matzinger ist einer der besten Para-Sportler Österreichs. Der Sprinter hat zweimal Gold bei den Paralympics in London und zahlreiche EM- und WM-Medaillen gewonnen.

Hallo Günther! Wie bist du zur Leichtathletik gekommen?

Meine Eltern haben mich schon früh in einen Sportverein geschickt und von Anfang an unterstützt. Zu Beginn war ich beim Turnen. Mit acht Jahren bin ich dann das erste Mal zum Leichtathletik-Training.

Wann war dir klar, dass du Spitzensport betreiben willst?

Eigentlich erst sehr spät. Ich habe zwar im Nachwuchs auch Wettkämpfe bestritten und regelmäßig trainiert, aber Spitzensport mit täglichem Training war das noch keiner. Das hat sich geändert, als ich mit 16 für ein Jahr nach Amerika auf die High School gegangen bin. Dort habe ich dann jeden Tag trainiert und bin im Crosslauf-Team zum MVP (Most Valuable Player) gewählt worden. Zurück in Österreich habe ich den Trainingsumfang beibehalten und wenig später meinen Trainer Edi Holzer kennengelernt.

Dein schönstes Erlebnis in deiner Sportkarriere?

Der Moment bei den Paralympics in London im 400m Finale, als ich 20m vor dem Ziel realisiert habe, dass ich gewinnen werde.

Wie wichtig war dein Umfeld für deine Erfolge?

Ohne das entsprechende Umfeld wäre ich sicher nie so erfolgreich geworden. Einerseits war es wichtig, dass meine Eltern mich früh zum Sport gebracht haben und ich die Möglichkeit hatte, das zu tun, was ich gern getan habe. Dass ich nach der Schule zum Studium nach Krams in die Trainingsgruppe um Edi Holzer und den Top-Läufern Clemens Zeller und Andi Rapatz kam, hatte aber auch mit Zufall zu tun. Wer weiß, was gewesen wäre, hätte ich mich damals für ein anderes Studium entschieden?

Wie hat dich der ÖBSV in deinen sportlichen Zielen unterstützt?

Als mir klar wurde, dass ich international starten und mich für Paralympics qualifizieren will, war der ÖBSV der erste Ansprechpartner für mich. Im Laufe meiner Karriere konnte ich mich im ÖBSV immer auf kompetente Betreuung verlassen, egal ob Trainings- und Wettkampfororganisation oder als Hilfe bei der Orientierung im Förderdschungel.

Welchen Ratschlag hast du an junge Menschen, die in den Spitzensport wollen?

Der Entschluss, in den Spitzensport zu wollen, ist bereits der erste wichtige Schritt. Danach hilft es meines Erachtens extrem, sich das bestmögliche Umfeld zu suchen. Starke Trainingspartner, kompetente Trainer und die nötige Infrastruktur machen Tag für Tag einen enormen Unterschied.

guenthermatzinger.com





KOMPETENT ZUM ERFOLG SPORT IN ALL SEINER DIVERSITÄT

Jede Behinderungsgruppe hat im Sport ihre eigenen Herausforderungen. Sportarten, Sportgeräte, Trainings und Hilfsmittel unterscheiden sich je nach Art der Behinderung. Darum hat der ÖBSV sechs Kompetenzgremien geschaffen, die sich speziell um die Anliegen der Gruppen kümmern.

DIE KOMPETENZGREMIEN DES ÖBSV

Amputiertensport

Der Amputiertensport umfasst Menschen mit Funktionsbeeinträchtigungen der oberen und unteren Gliedmaßen. Dies betrifft Personen mit Amputation, Exartikulation, Missbildung oder Verkümmern einer Extremität, hochgradige Bewegungseinschränkung der Gelenke sowie inkomplette bzw. komplette Lähmung der Arm- und Beinmuskulatur.

Blinden- und Sehbehindertensport

Blindheit ist völliges oder fast völliges Fehlen der Lichtwahrnehmung. Die Sportausübung ist für blinde und sehbehinderte Menschen meist nur mit Begleitung möglich. Dazu braucht es kompetente Begleitläuferinnen

in der Leichtathletik, Guides im Skilauf oder Tandempilotinnen im Radsport.

Cerebralparetikersport

Die Cerebralparese ist eine nicht fortschreitende Schädigung des Gehirns, die zu Störungen des Bewegungsablaufs, der Kraft und des Tonus der Muskulatur sowie der Haltung des Körpers führt. Diese Bewegungsstörung kann mit Seh-, Sprach- und Hörstörungen, epileptischen Anfällen sowie mit Störungen des Raumempfindens verbunden sein.

Mentalbehindertensport

Es gibt keine einheitliche Definition für mentale Behinderung. Unter diesem Begriff werden unterschiedlichste Ausprägungsformen zusammengefasst, wie Lernbehinderungen, leichte mentale Behinderung bis zu „schweren“ mehrfachen (körperlichen und geistigen) Behinderungen.

Rollstuhlsport

Der Rollstuhlsport umfasst Menschen, die für die Sportausübung einen Rollstuhl benötigen. Das sind meist Sportlerinnen mit Rückenmarkschäden, Amputationen der Beine, aber

auch anderen Behinderungen.

Gehörlosen- und Hörbehindertensport

Die Agenden des Kompetenzgremiums Gehörlosen- und Hörbehindertensport werden durch einen ÖBSV-Partnerverband, dem Österreichischen Gehörlosen Sportverband, wahrgenommen.

DIVERSITÄT ALS SCHLÜSSEL

Die Kompetenzgremien (KG) in ganz Österreich sind Servicestelle für alle behinderten-spezifischen Sportinteressierten, aber auch für Schulen, Eltern, usw. Sie führen Aus- und Fortbildungen von Schiedsrichterinnen, Betreuerinnen, Übungsleiterinnen, Begleitsportlerinnen und Klassifiziererinnen durch. Sie organisieren und vermitteln fachlich geschulte Personen für integrativ beschulte Kinder und Jugendliche bei Schulsportveranstaltungen und ähnlichem. Die KG halten Kontakt zu den internationalen behindertensport-spezifischen Organisationen und Verbänden und arbeiten aktiv an deren Entwicklung mit. Dies beinhaltet auch die Entwicklung neuer Sportarten, die Erstellung von Regelwerken, Klassifizierungsrichtlinien, etc.

VOM FREIZEIT- BIS ZUM SPITZENSORT BEWEGUNG FASZINIERT

BREITENSORT IM FOKUS

Sport – für uns im ÖBSV heißt das zuallererst Spaß an der Bewegung. Die Förderung des Breitensports steht dabei an oberster Stelle. Wie wir das machen? Durch viel Basis-Arbeit in den Verbänden und Vereinen, in den Kompetenzgremien, mit Schnupperwochen und Sportcamps, Kennenlern-Kurse und Informationsveranstaltungen.

SPORTENTWICKLUNG IM MITTELPUNKT

Die Kompetenz-Gremien und Landesverbände sind daher die Sportentwicklungseinheiten für den Breitensport. Im Mittelpunkt stehen die Beratung zu Sportarten, Entdeckung von besonderen Fähigkeiten und Talenten, Hinführen zu bestimmten Sportarten und nationalen Wettkämpfen, Begleitung zur nationalen Klassifizierung bis hin zur

Kaderaufnahme in einer bestimmten Sportart. Dabei organisiert der ÖBSV jährlich über 150 Sportveranstaltungen, wie Sportevents in Schulen oder Rehabilitationszentren, Behindertensportwochen, Trainingskurse, Sportfeste, Turniere, Österreichische Meisterschaften und Österreichische Staats-Meisterschaften.

SPITZENSORT

Vom Einsteiger bis zum Weltklasse-Athleten – der ÖBSV ist für alle da. Im Rahmen des Spitzensports werden jährlich rund 25 internationale Groß-Sportveranstaltungen mit Sportlerinnen besetzt. Für Europameisterschaften und Weltmeisterschaften übernimmt der ÖBSV neben speziellen Vorbereitungskursen auch die Finanzierung der Entsendungen.

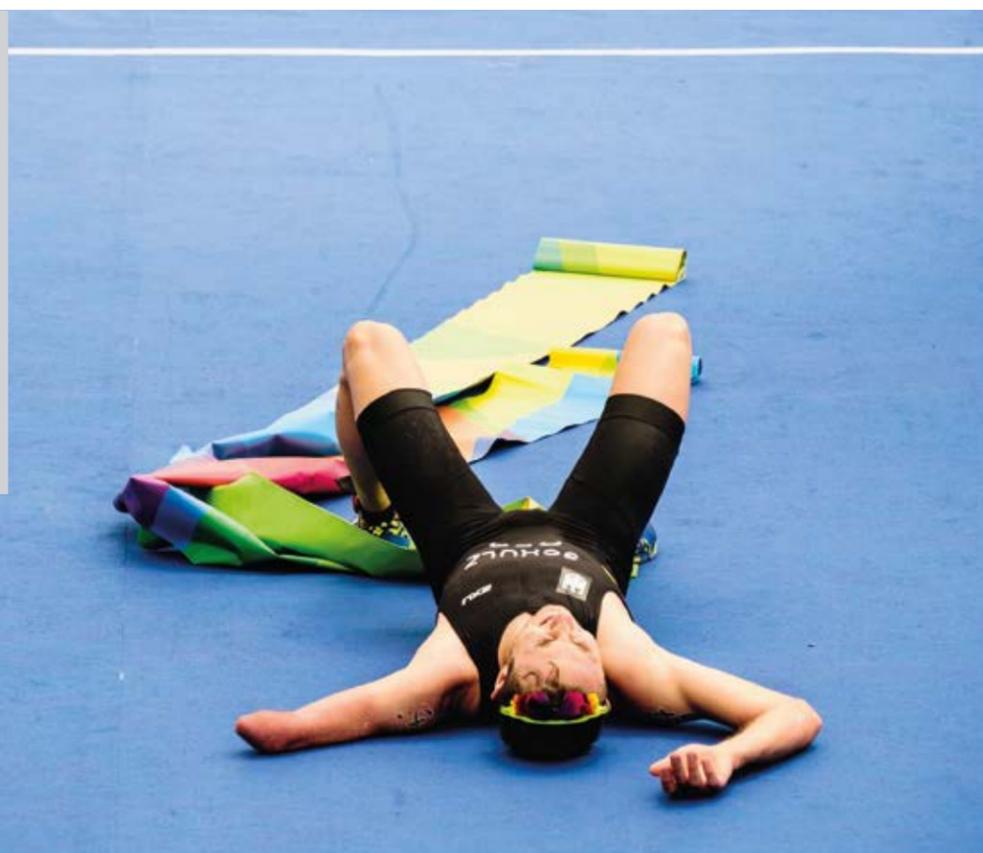


Der ÖBSV unterscheidet im Sportbetrieb wie folgt:

- ⊕ Rehabilitationsbegleitender Sport
- ⊕ Jugend- und Gesundheitssport
- ⊕ Freizeit-, Breiten- und Wettkampfsport
- ⊕ Leistungs- und Spitzensport

Strategische Zielsetzungen:

- ⊕ Beratung und Motivation
- ⊕ Breites Sportangebot
- ⊕ Inklusives Ausbildungsprogramm
- ⊕ Klassifizierungswesen
- ⊕ Vermittlungskompetenz
- ⊕ Inklusionsverantwortung
- ⊕ Sportentwicklung
- ⊕ Behindertenspezifische Sportgeräte



KINDER- UND JUGENDSPORT MIT SPORT AUFWACHSEN

SPIEL UND SPASS

Für Kinder ist Bewegung mit Spiel und Spaß verbunden. Durch Toben und Klettern fördern die Kleinen meist unbewusst die eigenen Fähigkeiten. Die regelmäßige Bewegung erhöht auf spielerische Weise Kraft und Ausdauer, trainiert die Koordination, vermeidet Übergewicht und fördert die geistige Leistungsfähigkeit. Das gilt umso mehr bei Kindern mit einer Behinderung. Mit zwei Unterschieden: Zum einen ist der Gesundheitsaspekt bei ihnen noch wichtiger. Denn sportliche Bewegung hilft, Muskeln, die zu verkümmern drohen, neu aufzubauen und ergänzt so die Physiotherapie. Zum anderen unterstützt Bewegung und Sport ihre Integration in die Gesellschaft. Kinder mit Behinderung finden beim gemeinsamen Spielen und Sporteln rasch Freunde und Anschluss.

ES IST NIE ZU FRÜH

Kinder bewegen sich am liebsten in vertrauter Umgebung. Um diese Bewegungsfreude optimal zu fördern, ist es gut, wenn Eltern von Anfang an ihren Kindern Raum und Platz zum Toben bieten. Ist die Wohnung zu klein, gibt es oft auch ganz in der Nähe gute Möglichkeiten, spielerisch die Freude am Sport zu entdecken. Der ÖBSV informiert über Sportplätze oder Vereine, die für Kinder mit Handicaps geeignet sind und auch professionelle Betreuung anbieten.

WAS WIRKLICH ZÄHLT

Das Wichtigste ist: Bewegung soll Kindern Spaß machen! So kommt der Drang, sich zu bewegen oder Sport zu betreiben, von ganz alleine. Und das Beste ist: So fördern die Kleinen ihre körperlichen und seelischen Kräfte – ganz ohne Zwang und große Mühe.



» MIT KINDERN ZU ARBEITEN IST ETWAS BESONDERES. SIE HABEN EIN BEEINDRUCKENDES GEFÜHL FÜR BEWEGUNG. VIELE ELTERN SIND FASZINIERT, WAS IHRE KINDER TROTZ HANDICAPS LEISTEN.

Günter Gritsch, Mobilitätstrainer





ROLLSTUHLBASKETBALL

Rollstuhl-Basketball ist eine der ältesten und spannendsten des Rollstuhl-Sportarten. Die Kombination aus Fahren, Drehen, Stoppen, Fangen und Werfen sorgt für packende Spiele – und das weltweit. Zwei Teams spielen fünf gegen fünf gegeneinander. Ziel ist es, den Ball in den Korb des Gegners zu werfen. Mitspielen dürfen alle mit Bein- oder Rumpfschädigung. Bis zum Europacup dürfen auch Personen ohne Behinderung bei der Meisterschaft mitspielen.

Allen Spielerinnen ist es erlaubt, mit Hilfsmitteln die Bewegungsmöglichkeiten zu verbessern. Für ein faires Spiel mit unterschiedlichen Handicaps sorgt die Klassifizierung.



Matthias Wastian,
Kapitän des österreichischen Rollstuhl-Basketball-Nationalteams

» **ROLLSTUHLBASKETBALL IST TECHNISCH UND KOORDINATIV ANSPRUCHSVOLL. TEAMPLAY UND DAS VERSTÄNDNIS DER KOMPLEXEN TAKTIK SIND GEFRAGT.**



Alexander Pototschnig,
Para-Sprinter

» **IM SPRINT MUSST DU KONSEQUENT UND HART TRAINIEREN. DA ENTSCHEIDEN HUNDERTSTEL ÜBER SIEG ODER NIEDERLAGE. DIESE HERAUSFORDERUNG TAUGT MIR.**

LEICHTATHLETIK

Die Leichtathletik zählt zu den traditionellen Behindertensportarten. Mit ihrer Vielfalt an Disziplinen ist die Leichtathletik im Spitzensport und im Breitensport beliebt. Als Grundlage dienen die allgemeinen Regeln der Leichtathletik mit Anpassungen an die behinderungsspezifischen Erfordernisse. So können Menschen mit Spezial-Prothesen laufen, Menschen in Rollstühlen werfen aus einem Wurfstuhl Diskus oder Speer, und Menschen mit Sehbehinderungen haben Guides, die ihnen beim Hoch- oder Weitspringen zurufen. Das Rennrollstuhlfahren ist eine der attraktivsten Disziplinen, die Streckenlängen gehen von 100m bis zur Marathonstrecke. Aufgrund der vielen Disziplinen und Behinderungsklassen wird mit einem Punktesystem gewertet, das die Schwere der Behinderung und die erbrachte Leistung in ein faires Verhältnis setzt und dadurch mit den Gegnern vergleichbar macht.



ROLLSTUHL-RUGBY

Rollstuhl-Rugby kam Anfang der 1990er Jahre von Nordamerika nach Europa und ist neben E-Rolli-Fußball die einzige Mannschaftssportart, die für Tetraplegiker geeignet ist. Das Spiel wird auf einem Basketballfeld ausgetragen. Ziel ist es, mit dem Ball die Torlinie des Gegners zu berühren oder zu überschreiten. Während des Spiels ist nur Rollstuhlkontakt erlaubt. Gewonnen hat die Mannschaft, die nach 4 x 8 Minuten reine Spielzeit die meisten Punkte erzielt hat. Rollstuhl-Rugby ist sehr körperbetont – Frauen und Männer spielen dennoch in einer Liga. Rugby ist paralympisch, es werden WMs und EMs ausgetragen.



Rene Hernesz,
Nationalspieler

» **MIR TAUGT DER MIX AUS TAKTIK UND ACTION – UND DASS RUGBY EIN VOLLKONTAKTSPORT IST.**



BOCCIA

Gerade für Menschen mit schwerer cerebraler Bewegungsstörung oder mit schwerer körperlicher Behinderung ist Boccia der ideale Hallensport. Für Boccia ist taktisches und vorausschauendes Denken gefragt. Boccia hat einen hohen therapeutischen Wert und ist ein Teamspiel. Das fördert die Kommunikation und hilft, Berührungsängste abzubauen. Die Spielerinnen werden je nach Schweregrad ihrer körperlichen Beeinträchtigung in drei Wettkampfklassen eingeteilt. Sie treten einzeln oder im Team gegeneinander an.



Michael Kiefler,
Boccia-Spieler

» **TAKTIK, MENTALE STÄRKE UND AUSDAUER – ALL DAS VERLANGT MIR BOCCIA AB!**



Doris Fritz,
Mobilitätstrainerin

» **ELTERN VON KINDERN MIT BEHINDERUNG SIND OFT ÜBERRASCHT, WAS FÜR IHR KIND ALLES MÖGLICH IST.**

WHEELCHAIR-SLALOM

Beim Wheelchair-Slalom wird ein Mobilitätsparcours mit diversen Rampen und Hindernissen befahren. Dabei gibt es verschiedene Bewerbe, bei denen die Teilnehmer gegeneinander antreten. Mitmachen kann jeder, unabhängig vom Alter. Es gibt unterschiedliche Einstufungsgruppen für E-Rolli-Fahrerinnen und manuelle Rollstuhl-Fahrerinnen. Beim Wheelchair-Slalom wird die Mobilität und die Geschicklichkeit mit dem Rollstuhl trainiert. Der ÖBSV bietet diese Sportart deshalb gerade gezielt Kindern an.



WSLALOM
Sliding beyond limits



TISCHTENNIS

Für mehr als hundert Nationen spielen Menschen mit Behinderung mit großer Leidenschaft Tischtennis. Tischtennis ist ein schneller Sport, der viel Ballgefühl und eine gute Reaktion erfordert. Gleichzeitig benötigt man für diesen spannenden Sport wenig Aufwand. Alles, was man braucht, sind ein Tisch mit Netz, ein Ball und ein Schläger. Bis auf wenige Ausnahmen, die sich z.B. auf den Rollstuhl und das Abstützen am Tisch beziehen, oder dass armbehinderte Spielerinnen und Spieler den Schläger an der Hand fixieren dürfen, gelten die allgemeinen Tischtennisregeln.



Doris Mader, Paralympics
Medaillengewinnerin und
TT-Spezialtrainerin

» MICH HAT DER SPORT GELEHRT, DASS GRENZEN NUR IM KOPF EXISTIEREN: JEDER STÖSST IMMER WIEDER AUF BARRIEREN, ABER DIE LASSEN SICH MIT DER RICHTIGEN EINSTELLUNG ABBAUEN!



TENNIS

Tennis zählt zu den beliebtesten Sportarten von Menschen mit Behinderung. Beim Tennis können Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam ein Match spielen. Die Regeln für stehende und mentalbehinderte Spielerinnen entsprechen den normalen Tennisregeln. Für Rollstuhl-Tennis gilt, dass der Spielball zweimal aufspringen darf. Zu der Kategorie der Stehenden zählen Sportlerinnen mit Gliedmaßenbeschäden und in einer eigenen Kategorie Sportlerinnen mit einer mentalen Behinderung. In die sitzende Kategorie fallen alle Sportlerinnen, die einen Rollstuhl für die Ausübung des Sports benötigen.



Nico Langmann,
Österreichs bester
Rollstuhl-Tennispieler

» ROLLSTUHLTENNIS IST DIE INKLUSIVSTE SPORTART ÜBERHAUPT, MAN BRAUCHT EIGENTLICH NUR BALL UND SCHLÄGER!



SKI ALPIN

Im alpinen Skilauf unterscheidet man drei Kategorien: blind, stehend und sitzend. Für die Behinderungsgruppen bedeutet Skifahren Freiheit, Spaß und Action. Die Kategorie sitzend etablierte sich in den 1980ern mit der Erfindung des Monoskis. In einigen Wintersportnationen wie Österreich werden Skikurse und Skirennen auch für mentalbehinderte Sportlerinnen angeboten. Seit Jahren bietet der ÖBSV Skikurse für alle Behinderungsarten, Alters- und Könnensstufen an, in denen die ersten Schritte zum selbstständigen Skifahren gelehrt werden. Für Kinder und Jugendliche werden spezielle Kurse in den Ferien angeboten.



SKI NORDISCH

Wie beim alpinen Skilauf gibt es auch beim Langlaufen Klassifizierungen. Diese unterteilen die Langläuferinnen in drei Klassen: stehend, sitzend und blind. In Österreich ist der Langlaufsport auch bei Menschen mit mentaler Behinderung sehr beliebt und wird auf Breiten- und Meisterschaftsebene angeboten. Neben den Streckenlängen kurz, mittel und lang im freien und klassischen Stil gibt es noch Staffellauf und Biathlon. Beim Biathlon werden die blinden Sportlerinnen beim Schießen von einem akustischen Signal geleitet.





FUSSBALL

Die Faszination Fußball ist auch im Behindertensport ein Thema. Die Variationen sind zahlreich, sodass jeder und jede die Chance hat, sein Traumteam zu finden. Fußball für Menschen mit kognitiven Einschränkungen oder Cerebralparese unterscheidet sich von herkömmlichem Fußball meist nur durch ein kleineres Spielfeld und eine geringere Anzahl an Feldspielern.



Jürgen Kerber,
Trainer beim ÖBSV und der
SK Rapid Akademie

» **JEDER KANN FUSSBALL SPIELEN UND SOLL EINE GELEGENHEIT FINDEN, DEN GEILSTEN SPORT DER WELT AUSZÜBEN!**



SPORTSCHIESSEN

Sportschießen ist für fast jeden geeignet und kann gemeinsam von behinderten und nichtbehinderten Menschen betrieben werden. Beim Sportschießen sind vier Faktoren für ein gutes Gelingen wesentlich: körperliches Training, Kraft, Konzentration auf das Wesentliche und innere Ausgeglichenheit. Die Ausübung erfolgt wie im regulären Schießsport – allerdings mit behinderungsspezifischen Hilfsmitteln. Geschossen wird nach den Regeln der internationalen Verbände, ergänzt durch Regeln des Internationalen Paralympischen Committees. Je nach Behinderungsart wird in unterschiedlichen Klassen gekämpft.



BLINDENFUSSBALL

Ein Team besteht aus fünf Spielerinnen inklusive einer Torfrau. Aufgrund der Chancengleichheit müssen alle, mit Ausnahme der Torfrau, mit lichtundurchlässigen Brillen spielen. Der Ball ist mit Klingeln ausgestattet, die dabei entstehenden Geräusche helfen den Spielerinnen, sich zu orientieren. Spielerinnen, die nicht im Ballbesitz sind und den Ball erobern wollen, machen sich mit dem Wort „voy“ bemerkbar. Zurufer und Torfrau müssen Sehfähigkeit besitzen und helfen den sehbehinderten Spielerinnen mit Kommandos ebenfalls bei Balleroberung, Orientierung und Spielaufbau.



Tanja Hengl, Torfrau

» **IN EINEM MÄNNERDOMINIERTEN SPORT WIE FUSSBALL ALS TORFRAU MEIN TEAM UNTERSTÜTZEN: EINFACH COOL.**



Sabine Karrer, Goalball-Referentin

» **FÜR MICH BEDEUTET GOALBALL, MIT GLEICHGESINNTEN LEISTUNGSSPORT UND FREIZEITSPORT ZU BETREIBEN.**

GOALBALL/TORBALL

Torball und Goalball bietet blinden und sehbehinderten Sportlerinnen die Möglichkeit, sich in einer Mannschaft mit anderen zu messen. Um einen fairen Wettkampf zu garantieren, spielen alle mit einer lichtundurchlässigen Brille. Gespielt wird mit einem Klingelball, drei gegen drei. Goalball ist paralympisch, Ziel des Spiels besteht darin, einen 1250 g schweren Klingelball in das gegnerische Tor zu werfen. Beim Torball muss der Ball hinter die Torlinie gerollt werden.



E-ROLLI FUSSBALL

E-Rolli Fußball, international als Powerchair Soccer bekannt, ist eine Sportart für Elektrorollstuhl-Fahrer. Frauen und Männer spielen gemeinsam zu je vier SpielerInnen. Ziel ist es, den Ball mit dem Elektrorollstuhl ins gegnerische Tor zu schießen. Ein Schutzgitter um die Beine sorgt dafür, dass sich die Spielerinnen nicht verletzen. Mit diesem Schutz wird der Fußball auch geschossen. Beim Schießen muss der Rollstuhl gedreht werden. Die Elektrorollstühle dürfen nicht mit mehr als 10 km/h gefahren werden. E-Rolli Fußball wird üblicherweise in Sporthallen oder auf Basketballfeldern gespielt. Bodenstangen markieren die Tore.



Manuela Mauthner, E-Rolli
Fußballspielerin bei den
STEELCHAIRS Linz – RSC
Heindl OÖ

» **E-ROLLI-FUSSBALL HEISST FÜR MICH, MEINE „WOHLFÜHLZONE“ ZU VERLASSEN, MICH AUF ETWAS ZU FOKUSSIEREN UND AKTIV ZU SEIN.**



JUDO

Judo gibt es für mental beeinträchtigte sowie für blinde und sehbehinderte Menschen. Bei sehbehinderten Menschen gibt es einen Regelunterschied: Den Judokas ist es bereits vor dem Beginn des Kampfes Körperkontakt erlaubt. Ein Judokampf dauert fünf Minuten. Den Sieg erlangt, wer die höhere Punktzahl erreicht oder einen Ippon schafft. Gekämpft wird bei den Männern in sieben, bei den Frauen in fünf Gewichtsklassen. Judo entwickelte sich im 18. Jahrhundert in Japan aus der Kampfkunst Jujitsu.





RADSPORT

Handbike für Rollstuhlfahrerinnen, Tandem mit Begleitsportlerin für blinde und sehbehinderte Sportlerinnen, Dreirad für Radfahrerinnen mit Cerebralparese, Vierräder fürs Gelände – Radsport ist unglaublich vielseitig, dementsprechend groß ist das Angebot. Auf Wettkampfebene werden jedes Jahr Meisterschaften im Zeitfahren und auf der Straße angeboten. Paracycling ist mittlerweile eine inkludierte Sportart.



Walter Ablinger,
Handbiker, Paralympics-
Sieger

» **SPORT UND BEWEGUNG KÖNNEN FÜR JEDEN DER SCHLÜSSEL ZU EINEM SELBSTBESTIMMTEN UND GESUNDEN LEBEN SEIN. EGAL, OB MIT ODER OHNE BEEINTRÄCHTIGUNG**



Kerstin Govekar, Referentin
RS-Tanzsport

» **FREIHEIT UND GLÜCK IM TAKT DER MUSIK, DIE MÖGLICHKEIT, EMOTIONEN ZUR MUSIK AUSDRÜCKEN – DAS IST TANZEN FÜR MICH!**

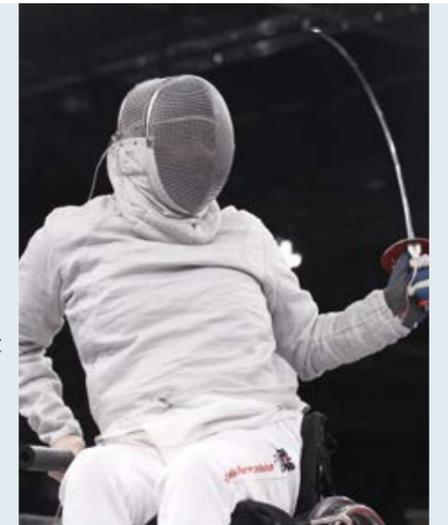
TANZEN

Rollstuhl-Tanzen wird in rund 30 Ländern der Welt betrieben. Es tanzen zwei Rollstuhlfahrerinnen miteinander oder gemischte Paare. Die Bewertung im Wettkampf wird durch die Art des Tanzes und durch die Zusammensetzung der Paare definiert. Eleganz, Stil und Rhythmus sind das Kennzeichen einer überzeugenden Tanzperformance. Die Standardtänze beinhalten Langsamer Walzer, Tango, Wiener Walzer, Slowfoxtrott und Quickstep. Die lateinamerikanischen Tänze inkludieren Samba, Cha-Cha-Cha, Rumba, Paso Doble und den Jive. Es gibt auch Formationstänze für vier, sechs oder acht Paare.



FECHTEN

Beim Fechten gibt es drei Disziplinen: Florett, Degen und Säbel. Beim Florett zählt nur der Rumpf als Trefferfläche, beim Säbel und Degen zusätzlich Arme und Maske. Jeder Kampf dauert maximal drei Minuten. Es gibt drei Behinderungsklassen. Ein besonderes Merkmal dieser Sportart ist, dass der Rollstuhl der Fechterin am Boden fest verankert wird. Wendigkeit im Oberkörper und schnelle Reaktionsfähigkeit sind also gefragt. Dieser Sport ist geeignet für alle, deren Bewegungseinschränkungen in den Beinen liegen.



SCHWIMMEN

Aus medizinischer Sicht ist Bewegung im Wasser besonders wertvoll. Durch den Auftrieb des Wassers werden Gelenke und Wirbelsäule entlastet. So können auch Menschen, die „an Land“ nicht so mobil sind, im Wasser ihre Ausdauer trainieren, ohne dabei ihren Bewegungsapparat zu überlasten. Denn durch den Wasserwiderstand werden die Muskeln trainiert. Arm- und Fußbewegungen zu steuern und zu kontrollieren, wird ebenfalls geschult. Bei Anfängern geht es um die Gewöhnung ans Wasser. Ängste werden spielerisch abgebaut, Selbstvertrauen aufgebaut.



Sabine Weber-Treiber,
Österreichs beste Para-
Schwimmerin

» **SCHWIMMEN IST EIN FITNESS-STUDIO IN SCHWERELOSIGKEIT. FÜR MICH IST DAS EINE UNGEAHNT E KÖRPERLICHE FREIHEIT!**

SITZBALL

Sitzball ist eine beliebte Mannschaftssportart im Behindertensport. Er eignet sich ideal für das gemeinsame Spiel von behinderten und nichtbehinderten Menschen. Auf einem Spielfeld, das durch ein Band in einem Meter Höhe geteilt ist, sitzen sich je fünf Spielerinnen gegenüber. Jede Mannschaft hat die Aufgabe, den ihr über das Band zugeschlagenen Ball wieder zurückzuspielen. Dabei ist es das Ziel beider Mannschaften, den Ball so über das Band zu spielen, dass dem Gegner der Rückschlag nicht gelingt oder möglichst erschwert wird. Gewonnen hat die Mannschaft, die in der Spielzeit die meisten Treffer erzielt hat.





KEGELN

Für viele ist Kegeln eine lustige Freizeitbeschäftigung, aber auch eine ernsthafte Sportart. Kegeln kann von Menschen mit den unterschiedlichsten Behinderungen ausgeübt werden. Im Kegelsport wird Integration wirklich gelebt. Gekegelt wird einzeln, paarweise oder im Team. Ziel ist es, eine melonenkopfgroße Kugel möglichst so über eine Bahn rollen zu lassen, dass sie alle neun Kegel am Ende der Bahn umstößt. Der ÖBSV bietet Kegeln für mental beeinträchtigte sowie für blinde und sehbehinderte Menschen an.



INKLUSION

Folgende Sportarten sind seit 2013 als inkludierte Sportarten bei den jeweiligen Verbänden beheimatet: Badminton, Billard, Bob/Skeleton, Bogensport, Eishockey, Golf, Kanu, Karate, Klettern, Pferdesport, Ringen, Rudern, Segeln, Taekwondo, Triathlon. Radsport, Tennis, Tischtennis, Ski und Snowboard sind aufgrund der langen Tradition noch immer in Teilen beim ÖBSV verankert, vor allem was den Breitensport betrifft, die Kompetenz im Leistungssport liegt aber auch hier bei den Verbänden.



SPORT FÜR GEHÖRLOSE UND HÖRBEHINDERTE MENSCHEN

EIGENSTÄNDIG MIT DABEI



HISTORIE UND BEDEUTUNG

Der ÖGSV (Österreichischer Gehörloser Sportverband) wurde im Jahr 1931 gegründet und ist mit 13 Gehörlosen-Sportvereinen das Sport-Netzwerk für Gehörlose und Menschen mit Hörbehinderung.

BREITEN- UND SPITZENSport IM VISIER

Genauso wie im Sport der „Hörenden“, betreiben Gehörlose und Menschen mit Hörbehinderung ihren Sport mit dem erklärten Ziel, mit Spitzenleistungen auf internationalem Niveau Maßstäbe zu setzen.

Sehr wichtig ist dem ÖGSV auch der Breitensport, damit man in Bewegung bleibt.

INTERNATIONAL VERTRETEN

In neun von 17 Sportarten ist der ÖGSV international vertreten. In diesen Sportarten werden rund 25 Spitzensportlerinnen auf die Teilnahme an internationalen Sportveranstaltungen, wie Europa- und Weltmeisterschaften sowie die DEAFLYMPICS, vorbereitet. Die DEAFLYMPICS sind die vom IOC anerkannten Olympischen Spiele der Gehörlosen. Sie finden immer ein Jahr nach den Olympischen Spielen statt und sind das wichtigste sportliche Event in der weltweiten Gehörlosen Community mit rund 3000 teilnehmenden Sportlerinnen.



WER DARF MITMACHEN?

Zur Teilnahme an nationalen wie internationalen Wettbewerben im Gehörlosensport sind alle Menschen mit einem Hörverlust von mindestens 55 dB auf dem besseren Ohr zugelassen. Es wird keine Leistung für nationale Meisterschaften vorausgesetzt. Jede kann mitmachen und ist willkommen. Da die Hörschädigungen jedoch sehr vielfältig sind, werden bei den Turnieren und Meisterschaften keine Hörgeräte oder Cochlea Implantate getragen, um die Chancengleichheit für alle zu gewährleisten.

JUGENDARBEIT

Der Jugendsport des ÖGSV ist für die Belange von Kindern und Jugendlichen verantwortlich. Ihre Ausrichtung ist Breitensportlicher Natur. Grundlegendes Ziel der Jugendarbeit ist es, Kinder und Jugendliche zum Sport zu motivieren und Spaß und Freude am Sport zu haben, es gibt keinen Leistungsdruck. EBei Österreichischen Meisterschaften und internationalen Wettbewerben haben die Kinder und Jugendlichen Gelegenheit, ihr Können zu beweisen und Spaß an der Bewegung zu haben. oegsv.at



SPORTWOCHEN BEWEGUNG UND SPASS IM VORDERGRUND

CAMPS FÜR JEDE FRAU UND JEDEN MANN UND JEDES KIND

Multisportwochen für sehbehinderte und blinde Menschen, Aktivsportwochen für Jugendliche und Kids im Rollstuhl, ein Sportcamp speziell für Frauen und Mädchen mit Behinderung, uvm. – das Angebot an Camps beim ÖBSV ist jedes Jahr so vielfältig, dass der ÖBSV für fast alle Behinderungsgruppen alle erdenklichen Sportarten abdeckt.

UMFANGREICHES SPORTANGEBOT

Das Angebot der Sportwochen ist maßgeschneidert auf die Klientel. In Kleingruppen werden dabei neue Sportarten ausprobiert oder schon Erlerntes perfektioniert. Von der Anfängerin bis zum Profi – es ist für jede etwas dabei.

PROFIS VOR ORT

Die Betreuung erfolgt ausschließlich von erfahrenen und staatlich geprüften Trainerinnen und Übungsleiterinnen, die oft noch

durch Physiotherapeutinnen, Mobilitätstrainerinnen, Begleitportlerinnen und Sportwissenschaftlerinnen unterstützt werden.

SELBSTSTÄNDIGER DURCHS LEBEN

Eine Sportwoche bereichert die Teilnehmerinnen in vielen Belangen: Oft werden neue Freundschaften geschlossen und durch Erlerntes steigt das Selbstwertgefühl. Am wichtigsten aber ist: Wer seine motorischen und koordinativen Fähigkeiten stärkt, hat es im Alltag leichter!

IM ANSCHLUSS ZU EINEM VEREIN

Wer sich auf einem der Sportcamps für eine Sportart besonders begeistert hat, findet im Anschluss ganz sicher in einem der 100 Vereine des ÖBSV eine Möglichkeit weiter zu machen. Denn ein Sportcamp soll keine Eintagsfliege sein.

obsv.at/sport/sportwochen



BESSER ALS WEIHNACHTEN MAN GLAUBT GAR NICHT, WAS ALLES MÖGLICH IST

Heidi Frauscher fährt mit ihren Kindern schon seit Jahren zur Behindertensportwoche nach Schielleiten. Was sie und ihre Kinder von der Woche mitnehmen? Freude, Motivation und Energie.

Warum nehmt ihr an der Behindertensportwoche teil?

Weil die Woche ganz einfach für meine beiden Kinder, Elisabeth (23) und Julian (13), das Highlight des Jahres ist. Bereits die mehrwöchige Vorfreude darauf übertrifft die auf Weihnachten um ein Vielfaches. Ich bin jedes Mal aufs Neue begeistert, mit wieviel Freude, Motivation und Energie die beiden an der Sportwoche teilnehmen.

Welche Behinderungen haben deine Kinder?

Elisabeth, unsere leibliche Tochter, leidet durch Sauerstoffmangel bei der Geburt an spastischer Tetraplegie. Sie ist auf den Rollstuhl angewiesen und kognitiv am Stand einer Dreijährigen. Ricardo (16) und Julian sind Halbbrüder und beide meine Pflegekinder. Sie waren beide nicht ganz ein Jahr alt, als sie in unsere Familie kamen. Ricardo hat keine Beeinträchtigung. Julian leidet

aufgrund des Alkoholkonsums der leiblichen Mutter während der Schwangerschaft an Alkoholembryopathie. Dies äußert sich in Form von ADHS, Verhaltensauffälligkeiten, motorischen Unsicherheiten, Kleinwuchs, geminderter Intelligenz und autistischen Zügen.

Welchen Sport können deine Kinder in der Woche ausüben?

Vor allem die Teamsportarten wie Rolli-Hockey, Fußball und Volleyball sind, gerade bei uns am Land in Waldzell Nähe Ried im Innkreis, gar nicht möglich. Es wären einfach zu wenige Teilnehmerinnen. Überhaupt eine solche Vielzahl von verschiedenen Sportarten, wie Klettern, Tennis, Boccia, Tanzen, Kanufahren oder verschiedenste Parcours ausprobieren zu können wie in Schielleiten, war und ist für meine Kinder eine tolle Erfahrung. Man glaubt ja gar nicht, was alles möglich ist. Man muss es einfach mal versuchen.

Du hast auch einen Sohn ohne Behinderung, der mit auf der Woche ist. Was kann der alles auf dem Camp unternehmen?

Ricardo hat viele bleibende Eindrücke und schöne Erinnerungen von der Teilnahme an den Sportwochen gesammelt. Seit seinem zweiten Lebensjahr nimmt er an den Sportwochen in Schielleiten teil. Besonders hat es ihm gefallen, wenn er im Zweitrollstuhl von Elisabeth am Programm teilnehmen durfte. Immer hatte jemand Zeit, mit ihm zu spielen, als er noch kleiner war. Mit zunehmendem Alter schloss er zahlreiche Freundschaften mit teilnehmenden Sportlern und beim abwechslungsreichen Rahmenprogramm (Orientierungslauf, Discoabend, Grillerei) war er stets mit Begeisterung dabei. Als Geschwisterkind wurde er voll integriert und hatte genau so viel Spaß wie Elisabeth und Julian. Sogar eine Urkunde hat er jedes Mal bekommen!

Was gefällt dir als Mutter am Camp besonders?

Mir persönlich gefällt die Größe des Events. Es ist schon etwas Besonderes, so viele Menschen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen aktiv beim gemeinsamen Sport zu erleben und Teil dieser tollen Gemeinschaft zu sein. Ich staune immer wieder darüber, wie in so kurzer Zeit das Selbstvertrauen derart gestärkt wird. Jahrelange Freundschaften sind hier entstanden.

Was sagst du zur Location? Wie gefällt dir die Anlage in Schielleiten?

Das sehr schöne Ambiente, die überwiegende Barrierefreiheit, das superfreundliche Personal, die vielen engagierten Betreuerinnen, Studentinnen und Gruppenleiterinnen und das gemeinsame Rahmenprogramm laden zum Immerwiederkommen ein.



AUSBILDUNG BEIM ÖBSV INKLUSIVES AUSBILDUNGSPROGRAMM

WIR SUCHEN DICH!

Wer als Trainerin im Sport für Menschen mit Behinderung arbeiten will, ist beim ÖBSV an der richtigen Adresse. Wir bilden aus, wir bilden weiter. Und gut ausgebildet zu sein, ist im Behindertensport genauso wichtig, wie Motivation, Freude am Lehren, eine gesunde Portion an Empathie und Geduld.

DIE AUSBILDUNGSMÖGLICHKEITEN

Nur mit geschulten Betreuerinnen ist ein behindertenspezifisches Training im Sport gesichert. Der ÖBSV bietet dazu eine eigene Übungsleiterschulung an, die jährlich zwei Möglichkeiten bietet einzusteigen.

In Zusammenarbeit mit den Österreichischen Bundessportakademien (Innsbruck, Wien, Graz, Linz) werden

Behindertensport-Module in den unterschiedlichsten Instruktor- und Trainerausbildungen angeboten. Gemeinsam mit Pädagogischen Hochschulen strebt der ÖBSV noch mehr Schulungen für den Unterrichtsgegenstand Bewegung und Sport an. Der ÖBSV stellt Bewegungsmöglichkeiten, sportliche Übungen, Sportarten und Spiele für Jugendliche mit Behinderung vor, damit niemand vom Turnunterricht ausgeschlossen wird.

ÜBUNGSLEITERINNEN

Übungsleiterinnen sind befähigt, regelmäßige Übungsstunden in Vereinen und Institutionen des ÖBSV und seiner Landesverbände auf Breitensportbasis durchzuführen sowie die Trainerinnen und Instruktorinnen in der Vereinsarbeit zu unterstützen.

INSTRUKTORINNEN

Die staatliche Instruktorausbildung wird derzeit im Behindertensport und im Behindertenski angeboten. Um ein abwechslungsreiches und flächendeckendes Ausbildungsangebot zu gewährleisten, erfolgt die Koordination der Kurse nach inhaltlichen, geografischen und personalen Gesichtspunkten in Verbindung mit der budgetären Situation der jeweiligen Sportakademie.

UND NOCH MEHR...

Im ÖBSV finden regelmäßig Ausbildungen und Workshops statt, insbesondere für Begleitsportlerinnen, Schiedsrichterinnen und Klassifiziererinnen.

obsv.at/sport/ausbildung

SO WIRST DU ÜBUNGSLEITERIN BEIM ÖBSV

ZIEL DER AUSBILDUNG

Übungsleiterinnen sind befähigt, regelmäßige Übungsstunden in Vereinen und Institutionen des ÖBSV und seiner Landesverbände auf Breitensportbasis durchzuführen, sowie Trainerinnen und Instruktorinnen in der Vereinsarbeit zu unterstützen.

AUFBAU

Die Ausbildung besteht aus zwei Teilen und hat einen Gesamtumfang von ca. 45 Einheiten (à 45 Minuten). Basismodul: Grundlagen des Behindertensports; Sportmodule: sportart- bzw. behinderungsspezifische Inhalte

ÖBSV-ÜBUNGSLEITERLIZENZ

Für die ÖBSV-Übungsleiterlizenz muss das Basismodul und mindestens ein Sportmodul absolviert werden.

DAUER

Abhängig vom Inhalt 2 - 4 Tage pro Modul
Teilnahmevoraussetzungen
Teilnehmerinnen unter 18 Jahren benötigen die Einwilligung der Erziehungsberechtigten!

KOSTEN

Für die einzelnen Module wird ein

Teilnehmerbeitrag eingehoben. Anreise, Übernachtung, Skripten und ev. Liftkarten bei Winterkursen sind selbst zu bezahlen.
ÖBSV-Übungsleiter für Behindertensport

TERMINE/ORTE

Basismodul - jeweils im Frühjahr und Herbst in unterschiedlichen Bundesländern (bevorzugt Salzburg und Wien)
Sportmodule - verteilt übers Jahr (saisonbedingt), Orte variieren

ALLGEMEINES

Für die ÖBSV-Übungsleiterlizenz muss das Basismodul und mindestens ein Sportmodul absolviert werden.
Erfahrenen ÖBSV-Funktionärinnen wird der Besuch des Basismoduls empfohlen.
Es kann eine unbegrenzte Anzahl an Sportmodulen besucht werden.
Wird ein Sportmodul ohne Basismodul besucht oder das Basismodul zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt, kann einstweilen nur eine Teilnahmebestätigung ausgestellt werden!

ABSCHLUSS

ÖBSV-Übungsleiter für Behindertensport

BASISMODUL

Kursziel

Kenntnis der allgemeinen Grundlagen für die Tätigkeit im Behindertensport, unabhängig von Behinderungsgruppen und Sportarten als Vorbereitung für die darauf aufbauenden Sportmodule.

Inhalte

- Allgemeine Grundlagen im Behindertensport
- Einführung in den Sport mit Behinderten
- Allgemeine und spezielle Methodik des Behindertensports
- Grundzüge der speziellen Trainingslehre
- Beispielhafte praktische Sporteinheiten

SPORTMODULE

Angebote

- Sportmöglichkeiten für bestimmte Behinderungsgruppen (Blindensport, Mentalbehindertensport etc.)
- Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten für heterogene Sportgruppen / Inklusionssport
- Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche im Rollstuhl
- Sportarten im Behindertensport (Ballspielarten, Schwimmen, Rollstuhltänze etc.)

Inhalte

- Einführung in die betreffenden Behinderungsarten
- Medizinische Grundlagen der Behinderungsarten
- Sportartspezifische Klassifizierung
- Didaktik und Methodik der betreffenden Sportart/en, incl. praktisch methodischer Übungen
- Wettkampfbestimmungen, Regelkunde, Durchführungsbestimmungen
- Besondere Trainingshinweise
- Biomechanische Grundlagen der betreffenden Sportarten
- Material- und Gerätekunde

obsv.at/sport/ausbildung



SO WIRST DU INSTRUKTORIN IM BEHINDERTENSSPORT

ZIEL DER AUSBILDUNG

Die staatliche Instruktorinnenausbildung wird derzeit im Behindertensport und im Behindertenskilauf angeboten. Die Instruktorinnenausbildung im Behindertensport/Behindertenskilauf qualifiziert Personen für folgende Tätigkeiten und Verantwortlichkeiten:

- ⊕ Einsatz im Breiten- und nationalen Wettkampfsport für alle Behinderungsarten, Altersstufen und Könnensstufen in (Behindertensport-) Vereinen und Institutionen
- ⊕ Unterstützung der Trainerinnen in Verein und Verband (z.B. hinsichtlich nationaler Trainingslager, Kadererstellung, Qualifikationsrichtlinien)
- ⊕ Unterstützung im Schulsport (Inklusionssport) und auf Sportwochen (Sommer/Winter)
- ⊕ Begleitung und Betreuung im Wettkampfsport auf nationaler und internationaler Ebene
- ⊕ Unterstützung der Vereinsfunktionärinnen bei der Durchführung nationaler Wettkämpfe (Vereinsmeisterschaften, Landesmeisterschaften, nationale Meisterschaften, etc.)

Aufnahmevoraussetzungen (derzeitiger Stand: BSPA)

- ⊕ Vollendung des 18. Lebensjahres zum Zeitpunkt der Abschlussprüfung
- ⊕ Erfolgreiche Ablegung einer praktischen Eignungsprüfung
- ⊕ Aktuelles ärztliches Attest
- ⊕ Erste-Hilfe-Kurs (nicht älter als 5 Jahre)

Ausbildungsdauer

Abhängig vom Inhalt mehrere Kursteile in Form von verlängerten Wochenenden bis zu einer Woche, verteilt auf 1-2 Jahre (ca. 150-250 Unterrichtsstunden)

Abschluss

Staatliche kommissionelle Prüfung in theoretischen und praktischen Gegenständen

Kosten

Die Teilnahme an der Instruktorinnenausbildung ist kostenlos. Fahrt- und Aufenthaltskosten sowie Kosten für Lernunterlagen (Skripten) und Liftkosten gehen jedoch zu Lasten der Teilnehmerinnen.

Fortbildungen

Werden in regelmäßigen Abständen angeboten.



BEHINDERTENSKILAUFLAUF

Im Behindertenskilauf kann im Anschluss an die Instruktorinnenausbildung ein zusätzliches Modul zur Trainerinnenausbildung Behindertenskilauflauf absolviert werden (ÖSV-D-Trainerlizenz für Behindertenskilauflauf).

Ausbildungsziel

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Sportlerinnen mit Behinderung im Skirennlauf betreuen, Kurse organisieren und das Training leiten.

Ausbildungsdauer

Acht Tage mit anschließender kommissioneller Abschlussprüfung

Teilnahmebedingungen

- ⊕ Vollendetes 18. Lebensjahr im Jahr der Abschlussprüfung
- ⊕ Ärztliche Bestätigung (nicht älter als 6 Monate)
- ⊕ Absolvierte Instruktorinnenausbildung für Behindertenskilauflauf (Grundkurs)
- ⊕ Bestehen der Eignungsprüfung

www.bspa.at



SO WIRST DU BEGLEITSPORTLERIN, KLASSIFIZIERERIN UND SCHIEDSRICHTERIN/KAMPFRICHTERIN

BEGLEITSPORTLERINNEN

Ziel der Ausbildung

Begleitersportlerinnen üben mit sehbehinderten oder blinden Sportlerinnen die unterschiedlichsten Sportaktivitäten gemeinsam aus: vom Begleitlaufen im Park bis zum Rennlauf mit blinden Skifahrerinnen.

Voraussetzungen

Für anspruchsvolle Sportarten im Sinne der Begleitung wie z.B. Ski Alpin, Ski Nordisch, Tandemradsport wird ein hohes Eigenkönnen in dieser Sportart vorausgesetzt.

Ausbildungsdauer und Fortbildungen

Das Kompetenzzentrum Blinden- und Sehbehindertensport des ÖBSV führt regelmäßig jährliche Begleitersportlerausbildungen, Schulungen und Fortbildungen durch, die zwischen zwei und drei Tagen dauern oder Teil eines Sportkurses sind.

Abschluss

Der Abschluss erfolgt über eine ÖBSV-Zertifizierung als Begleitersportlerin.

KLASSIFIZIERERINNEN

Ziel der Ausbildung

Klassifiziererinnen stufen in einer Sportart Sportlerinnen mit den unterschiedlichsten Behinderungsformen in die vorgegebenen Wettkampfklassen ein. So ist ein fairer Wettkampf gewährleistet. Eine gültige

Klassifizierung ist Voraussetzung für jede Sportlerin, um an einer offiziellen Meisterschaft teilnehmen zu können.

Voraussetzungen

Es gibt medizinische und technische Klassifiziererinnen, d.h. entweder bringt man eine Vorbildung im medizinischen Bereich mit (wie Ärztinnen, Physiotherapeutinnen) oder ist eine Expertin in der Sportart (Instruktorin, Trainerin oder selbst langjährige Sportlerin).

Ausbildungsdauer, Fortbildungen und Abschluss

Zum Einsteigen findet ein erstes Kennenlernen des Themas Klassifizierung, gemeinsam mit erfahrenen Klassifiziererinnen, jährlich an zwei Tagen während der ÖBSV-Behindertensportwoche statt. Je nach Vorbildung wird die Interessierte den ÖBSV-Klassifiziererinnen dann zur Seite gestellt und individuell gefördert und begleitet, bis die ÖBSV-Zertifizierung zur nationalen KlassifiziererIn erfolgt. Diese Termine richten sich oft nach den Wochenendterminen von Meisterschaften, da im Vorfeld dieser Wettkämpfe die Klassifizierungen erfolgen. Eine weitere Ausbildung in Richtung internationaler Klassifizierung ist möglich.

SCHIEDSRICHTERINNEN UND KAMPFRICHTERINNEN

Ziel der Ausbildung

Nur mit Schiedsrichterinnen und Kampfrichterinnen sind reguläre Wettkämpfe möglich.

Daher sind Schiedsrichterinnen und Kampfrichterinnen für den ÖBSV bei den über 40 Staatsmeisterschaften und Österreichischen Meisterschaften besonders wichtig.

Voraussetzungen und Schulungen

Optimale Voraussetzung bieten ausgebildete Schiedsrichterinnen und Kampfrichterinnen, die nur mehr die Besonderheiten in der Behinderten-Sportart erlernen müssen. In manchen Sportarten gibt es eine gute Zusammenarbeit mit den Sportfachverbänden und deren Ausbildungen. Andere Expertinnen (Instruktorin, Trainerin oder selbst langjährige Sportlerin) können mit entsprechenden Schulungen die notwendigen Kompetenzen erlangen. Je nach Sportart erfolgen meist jährlich Schiedsrichterschulungen. Danach erfolgen mehrere, von der Schiedsrichterreferentin begleitete Einsätze bei Wettkämpfen und Meisterschaften, bis die nationale ÖBSV-Zertifizierung zur Nationalen SchiedsrichterIn in der entsprechenden Sportart erfolgt.

Abschluss

Nationale ÖBSV-Zertifizierung. Je nach erworbener nationaler Kompetenz ist eine weitere Ausbildung in Richtung International Referee möglich.

FÜR RESPEKT UND SICHERHEIT... UND GEGEN SEXUALISIERTE GEWALT KEIN PLATZ FÜR GRENZVERLETZUNGEN

Der ÖBSV widmet seit dem Jahr 2019 dem Thema „Für Respekt und Sicherheit und gegen sexualisierte Gewalt“ besonderes Augenmerk. Wir setzen uns mehr denn je für den wertschätzenden Umgang mit den Sportlerinnen und gegen jede Form der Diskriminierung und des sexualisierten Missbrauchs ein.

Sexualisierte Gewalt in ihren vielen Formen der Grenzverletzungen – von anzüglichen Blicken und Worten bis hin zu Sexualdelikten – kommt leider auch im Behindertensport vor. Die Täterinnen nutzen dabei allfällige Macht-, Abhängigkeits- und Vertrauensbeziehungen aus, um ihre eigenen Bedürfnisse zu befriedigen. Generell sind Frauen und Mädchen mit Behinderung häufiger Opfer von sexuellem Missbrauch als der weibliche Bevölkerungsdurchschnitt, Frauen mit einer psychischen Behinderung sind am öftesten betroffen. Aber auch Männer und Jungen mit Behinderung sind sexualisierten Übergriffen ausgesetzt.

Der ÖBSV hat sich mit seinen geplanten Maßnahmen einer Initiative der BSO zur Prävention sexualisierter Gewalt im Sport angeschlossen und arbeitet unter dem Slogan „Für Respekt und Sicherheit“ eng mit dem Verein 100% Sport und der vom Sportministerium eingesetzten Arbeitsgruppe PSG zusammen. Die Koordination dafür leitet Bettina Kratzmüller, die neue PSG-Beauftragte des ÖBSV.

ÖBSV: Ich bin von sexueller Gewalt betroffen oder kenne Betroffene – was soll ich tun?

Kratzmüller: In beiden Fällen ist es am besten, sich direkt an eine Beratungsstelle oder Opferschutzorganisation zu wenden. Dort arbeiten Expertinnen und Experten, die für den Umgang mit dieser sehr schwierigen Situation geschult sind. Sie werden Dich bestmöglich beraten, begleiten und betreuen. Wenn Du selbst betroffen bist und diesen Schritt nicht alleine machen willst oder kannst, beziehe eine Person, der Du vertraust, mit ein. Idealerweise gibt es eine eigene Vertrauensperson in Deinem Verein oder Sportverband. Lass Dich aber auch von dieser Person nicht davon abbringen, mit einer Opferschutzorganisation Kontakt aufzunehmen, das ist sehr wichtig.

Wohin kann ich mich ganz konkret wenden?

Für den akuten Notfall gibt es Hotlines, die rund um die Uhr erreichbar sind, wie Rat auf Draht, den Frauennotruf und den Männernotruf oder die Frauenhelpline gegen Gewalt. Sind Kinder und Jugendliche betroffen, kann man die Kinder- und Jugendanwaltschaft oder die möwe-Kinderschutzzentren kontaktieren. Oft gibt es auch lokale Beratungsstellen. Eine Liste von Opferschutzorganisationen findest Du auf der Homepage von 100% Sport unter www.100sport.at/de/fuer-respekt-und-sicherheit/beratung-und-hilfe

Wo beginnt sexualisierte Gewalt?

Auf jeden Fall nicht erst bei direktem Körperkontakt, der von der Zielperson ungewollt ist. Sexualisierte Übergriffe beginnen bei sexueller Belästigung, das heißt schon bei persönlichen Grenzverletzungen durch Worte, wie z.B. durch sexistische Witze, anzügliche Bemerkungen, aber auch durch ungewollte Komplimente. Oder durch Zeigen von pornographischen Bildern oder durch anzügliche Gesten und Andeutungen. Die nächsten Stufen sind ungewollte Handlungen mit und ohne Körperkontakt sowie erzwungene sexuelle Handlungen wie Nötigung oder Vergewaltigung. Insgesamt geht es in allen Stufen um Machtausübung mit Mitteln der Sexualität.

Wie kann ich im Moment, wenn es gerade passiert, mit sexueller Belästigung umgehen? Wie dem Täter oder der Täterin gegenüber-treten?

Ein bzw. ein mehrmaliges klares, eindeutiges, laut ausgesprochenes „Nein“ zeigt dem Täterin oder dem Täter, dass hier eine Grenze überschritten wurde. Sind andere Personen in der Nähe, werden diese damit darauf aufmerksam gemacht, dass hier etwas nicht stimmt. Bitte diese Personen direkt um Hilfe. Eigentlich sollte es sowieso gar nicht so weit kommen, dass Du beim Sport mit einer oder



Bettina Kratzmüller



**FÜR RESPEKT
UND SICHERHEIT**
GEGEN SEXUALISIERTE ÜBERGRIFFE IM SPORT

mehreren unbekanntenen Personen alleine bist. Du und auch Deine Bezugspersonen sollten Deine Betreuerinnen sowie Deine Trainingsgruppe kennen. Dein Sportalltag sollte offen und transparent gestaltet sein. Auch Einzeltrainings mit Dir bekannten Personen sollten nur nach Vorankündigung und in einsehbaren Räumlichkeiten stattfinden und anderen Personen bekannt sein.

Durch die erhöhte Aufmerksamkeit, die dem Thema gewidmet wird, fragen sich besonders ehrenamtliche Betreuerinnen, ob sie weitermachen sollen. Sie sind unsicher, da jede Körperberührung fehlinterpretiert werden kann, und sie unter falschen Verdacht geraten können.

Ja, darauf werde ich oft angesprochen, und ich kann diese Unsicherheit verstehen. Der Schutz der Sportlerinnen sollte immer im Vordergrund stehen. Aber genauso wichtig ist der Schutz der betreuenden Personen vor falschen Anschuldigungen. Ich rate Trainerinnen hier zu Offenheit und Transparenz. Sprecht das Thema an, bezieht die Bezugspersonen und die Gruppe mit ein. Stellt Regeln für das Miteinander im Training und Sport auf. Klärt gemeinsam, wie die eigenen Grenzen gewahrt und Grenzverletzungen thematisiert werden sollen. Dann sind notwendige und anerkannte Körperkontakte, wie bei Hilfestellungen und als Ausdruck von Anerkennung, Aufmunterung oder gemeinsamer Freude, klar definiert. Denn diese positiven Aspekte machen unseren Sport aus.

Fragen und Anregungen zum Thema an respekt@obsv.at



UNTERSTÜTZUNG? JA, BITTE!

FINANZIELLE HILFE ALS MITTEL ZUM ZWECK

Ob Privatperson oder Unternehmer – der ÖBSV freut sich über jede Spende und jedes Sponsoring. Weil unsere Sportlerinnen im Breiten- und Spitzensport darauf angewiesen sind.

Als **Privatperson** können Sie Ihre Begeisterung für den Behindertensport mit einer persönlichen Spende zum Ausdruck bringen. Mit Ihrem Engagement direkt an den ÖBSV tragen Sie dazu bei, dass Sportlerinnen mit Behinderung ihren Sport ausüben und an Sportveranstaltungen teilnehmen können.

Sie sind **Unternehmer** oder freiberuflich tätig und wollen den ÖBSV als Sponsor mit klar definierter Leistung und Gegenleistung in partnerschaftlicher Zusammenarbeit unterstützen? Dann ist die Gesellschaft zur Förderung des Behindertensports (kurz GFBS) die richtige Adresse für Sie. Die GFBS

vermittelt als Rechtvermarkter exklusiv für den gemeinnützigen ÖBSV Sponsoren, die den ÖBSV im Rahmen von verschiedenen Sponsoringmodellen und Sportförderpaketen unterstützen.

Der ÖBSV ist ein gemeinnütziger und mildtätiger Verein und ist auf der Liste der spendenbegünstigten Organisationen des Bundesministeriums für Finanzen eingetragen (Reg.-Nr. SO 2481). Eine Spende für unsere Sportlerinnen ist daher steuerlich absetzbar.

Weitere Infos unter: obsv.at/menschen/unterstuetzung



EINE MITGLIEDSCHAFT IM ÖBSV HAT VIELE VORTEILE TEIL EINER GEMEINSCHAFT

Egal ob als Einzelperson oder als **Verein**: Als Mitglied hat man vergünstigte Preise für unsere Sportwochen und Camps, einen Versicherungsschutz bei allen ÖBSV-Veranstaltungen, Zugang zu Förderungen und natürlich die Möglichkeit, an allen Meisterschaften und Vereinsaktivitäten teilzunehmen. Was aber genauso zählt: Man wird Teil einer Gemeinschaft.

Um als Einzelperson Mitglied beim ÖBSV zu werden, muss man bei einem Verein gemeldet sein. Die Antragsformulare für Einzelpersonen und Vereine sind unter: obsv.at/verband/mitglied-werden zu finden.



KONTAKTE

BEI FRAGEN ZU ...

Sportangebot und Sportwochen
✉ office@obsv.at

Ausbildungen
✉ office@obsv.at

Mitgliedschaften
✉ office@obsv.at

Spenden
✉ spende@obsv.at

Sponsoring
✉ sponsoring@obsv.at

Medienbetreuung und Kommunikation
✉ presse@obsv.at

✉ obsv.at

LANDESVERBÄNDE

Burgenländischer Behindertensportverband
✉ behindertensport-bgld.at
✉ behindertensportverband.bgld@gmx.at

Kärntner Behindertensportverband
✉ kbsv.at
✉ office@kbsv.at

Niederösterreichischer
Versehrtensportverband
✉ noevsv.at
✉ office@noevsv.at

Oberösterreichischer
Behindertensportverband
✉ ooevsv.at
✉ office.ooevsv@liwest.at

Salzburger Behindertensportverband
✉ bsv-sbg.at
✉ bsv.salzburg@aon.at

Steirischer Behindertensportverband
✉ stbsv.at
✉ office@stbsv.at

Tiroler Behindertensportverband
✉ tbsv.or.at
✉ tbsv1@utanet.at

Vorarlberger Behindertensportverband
✉ bsv.or.at
✉ bsv@bsv.or.at

Wiener Behindertensportverband
✉ behindertensport-wien.at
✉ office@behindertensport-wien.at

PARTNER UND SPONSOREN

TOP PARTNER				
PARTNER				
INSTITUTIONELLE PARTNER				

Sie wollen den ÖBSV unterstützen?
Kontaktieren sie uns unter: ✉ sponsoring@obsv.at

