



Die Kanuten des Handwerkerhofes Fecit trainieren auf der Eider in Achterwehr. Fotos Ruske

## Dabei sein – darum geht's

Das Wasser schäumt und spritzt. Mit kräftigen Paddelschlägen jagt Patrick Kühn sein Kajak schon über die Eider, da haben seine Sport-Kollegen Andreas Kukulies, Ulrike Schleising, Charles Siegert, Sonja Rehnis und Kai Sparenborg sowie die Trainer Holger Suhk und Erika Treublut-Suhk die anderen Boote noch nicht mal ins Wasser gelassen. Der 22-Jährige quillt fast über vor Energie. „Ich will noch ein bisschen trainieren“, erklärt Kühn. Die letzte Möglichkeit auf dem Wasser nutzen, bevor es nach Düsseldorf zu den Special Olympics geht. Der Mettenhofer ist ehrgeizig. „Ich will bei den Spielen ganz oben auf dem Treppchen stehen“, hat er sich vorgenommen. Vor zwei Jahren in München reichte es bei ihm nur für Bronze. Und das ärgert den Sportler. Dabei waren die Kieler insgesamt erfolgreich: 19 Medaillen brachten sie von den Special Olympics 2012 mit nach Hause, ein paar dürfen es gern auch in diesem Jahr werden.

Im Vordergrund stehen für alle der Spaß an den Spielen, das Miteinander der Athleten, das Treffen von alten und neuen Freunden, die gemeinsamen Feste. „Aber natürlich wollen wir bei den Wettbewerben auch gut abschneiden“, gibt Ulrike Schleising (47) zu. Sie ist stolz auf ihre bereits gewonnenen Medaillen. Von 19. bis 23. Mai haben die Sportler aus dem Handwerkerhof Fecit eine weitere Chance auf gute Platzierungen. Dann finden die Special Olympics statt, die Nationalen Sommerspiele für Sportler mit geistiger Behinderung oder Einschränkung. Rund 4800 Athletinnen und Athleten sind in Düsseldorf am Start und wollen sich in 18 Einzel- und Mannschaftssportarten von Badminton, Boccia, Bowling über Handball, Reiten bis hin zu Tischtennis miteinander messen. Mit dabei sind die sechs Kieler Kanuten. „Das ist für uns der sportliche Höhepunkt des Jahres“, sagt Holger Suhk und blickt stolz auf sein Team, das auf der Eider ein letztes Mal vor den Wettfahrten versucht, das Gefühl für

Die Trainingseinheiten auf der Eider sind beendet. Jetzt wollen sechs Kieler Kanuten des Handwerkerhofes Fecit in Düsseldorf alles geben. Zum zweiten Mal gehen die Sportler der Werkstatt für Menschen mit Behinderungen bei den Special Olympics Deutschland an den Start, um sich vom 19. bis 23. Mai mit insgesamt 4800 Athleten sportlich zu messen.

Von Jennifer Ruske

den gemeinsamen Rhythmus zu verinnerlichen, der die Kanus vorantreibt.

Den Gleichtakt der Schläge zu finden ist kurz vor der Fünf-Stunden-Tour nach NRW gar nicht so leicht: Die Gedanken aller kreisen um die trubeligen Tage, die vor ihnen liegen. Die Special Olympics zu feiern, diese besondere Atmosphäre zu erleben! Die Fecit-Mitarbeiter sind aufgeregt. Das ist bei der letzten Trainingseinheit in Achterwehr deutlich zu merken. Es dauert ein paar Minuten, aber dann gleiten die Paddel gleichmäßig durch das Wasser. So geschmeidig soll es bitte auch auf der 200 Meter langen Wettkampfstrecke auf dem Unterbachersee laufen. Im Einzel, im Zweier und im Vierer treten die Kieler gegen rund 80 Kanuten aus ganz Deutschland an. „Wenn die Zuschauer uns anfeuern, dann sind wir sicher noch mal ein Stück schneller“, hofft Andreas Kukulies (40), der im Zweier zusammen mit Patrick Kühn nach einer guten Platzierung strebt. Charles Siegert (46) hofft, „zumindest gut anzukommen“. Er kam vor zwei Jahren beim Rennen von der Bahn ab und wurde Sechster.

Und Sonja Rehnis (42) hofft, mit ihrer Verletzung überhaupt starten zu können.

Sie alle machen sich Gedanken. Seit gut drei Monaten plant Ulrike Schleising schon, was sie alles mitnehmen muss. Auch Kukulies hat eine Liste: „Schokolade nicht vergessen“ steht da drauf. „Ich brauche vor dem Start Nervennahrung gegen das Kribbeln im Magen.“ Holger Suhk bleibt bei all der Aufregung gelassen. Er kennt das schon.

Vor rund 30 Jahren hat der 65-jährige Sozialtherapeut die derzeit insgesamt achtköpfige Paddelgruppe ins Leben gerufen. „Kanu fahren kann man mit fast jeder Behinderung“, erzählt Suhk, der sich seit einigen Jahren als Beisitzer im Vorstand der Special Olympics Schleswig-Holstein engagiert. „Meine Aufgabe ist, den Kanusport im Land auf- und auszubauen“, erklärt er. Mit dem Fecit-Team hat er angefangen, hat es fitgemacht für die Special Olympics. Der Erfolg der Kieler Kanuten soll noch viele andere Sportler in Schleswig-Holstein ins Boot locken.

„Kanufahren macht vor allem Spaß“, wirbt



2012 konnten die Kieler bei ihren ersten Special Olympics in München gleich 19 Medaillen abräumen.

Trainer der insgesamt achtköpfigen Kanu-Gruppe im Handwerkerhof ist Holger Suhk. Er begleitet die Gruppe nach Düsseldorf.

auch Kai Sparenborg (42) für den Sport. Für Charles Siegert sind die Touren auf der stillen Eider, wo nur das Plätschern des Wassers und ein paar Vögel zu hören sind, ein Ausgleich zur anstrengenden und lauten Arbeit in der Metallwerkstatt. Und für Patrick Kühn ist Paddeln eine weitere Möglichkeit, sich sportlich auszutoben und Erfolge zu erringen. Für ihn ist das Training immer viel zu schnell zu Ende. „Wird unsere Vorbereitung auf dem Wasser tatsächlich für eine gute Platzierung reichen?“, überlegt er. „Wir sind erst Mitte April in die Saison gestartet.“ Viel Zeit zum Üben hatte die Gruppe nicht. „Aber das wird schon, wir sind fit“, motivieren sich die Männer gegenseitig. „Wir haben uns im Winter mit Ausdauer- und Krafttraining über Wasser gehalten“, erklärt Kukulies. Patrick Kühn hat sein eigenes, tägliches Fitnesspensum absolviert. Das hat ihm schon vor zwei Jahren geholfen, eine Medaille zu erringen. In München – bislang der sportliche Höhepunkt der Gruppe. Der nächste wird in den kommenden Tagen folgen. Die nächsten Medaillen auch. Da sind sich alle sicher.



Sportpsychologe Manfred Wegner  
Foto Hamel

## „Man muss wissen, was sie können, und dann soll man sie lassen“

erweiterten Vorstand von Special Olympics Deutschland (SOD), organisiert dort den Fachausschuss Wissenschaft und hat bislang fünf Kongresse zum Thema Sport, Inklusion und Gesundheit mit SOD moderiert.

Welche Grundvoraussetzungen für sportliche Aktivität müssen auch Menschen mit geistiger Behinderung mitbringen?

Dr. Manfred Wegner, ehemaliger Zweitliga-Handballer beim TSV Altenholz, ist Professor für Sportpsychologie an der Kieler Universität. Er habilitierte sich über den Zusammenhang von Behinderung, Psychologie und Sport, ist seit zehn Jahren Mitglied im

Keine anderen als Nicht-Behinderte. Sie haben wie alle anderen Menschen ein Bewegungsbedürfnis, Spaß am Spiel, Spaß an der Körpererfahrung. Motivation ist wichtig, der Sport muss so gestaltet werden, dass sie ihn gerne angehen, da Menschen mit geistiger Behinderung manchmal etwas lethargisch und antriebsarm sind. Wenn sie früh genug an Bewegung herangeführt werden – von aktiven Eltern, im Kindergarten, in der Förderschule, in der Grundschule, sofern sie inklusiv beschult werden – können sie sehr gute Leistungen erbringen. Auch bei ihnen ist die Bandbreite groß: Es gibt Schwerstmehrfachbehinderte genauso wie Läufer, die für die 100-Meter-Strecke 11,5 Sekunden brauchen.

Sind alle Sportarten gleichermaßen gut geeignet? Nicht geeignet sind teilweise die Kampfsportarten und alle Schießdisziplinen. Im

Unified-Bereich, wo Behinderte und Nicht-Behinderte zusammen Fußball, Floorball, Volleyball oder Handball spielen, können Sie manchmal nicht unterscheiden, welche Spieler eine Behinderung haben und welche nicht. Bei einigen Menschen mit geistiger Behinderung gibt es Limits wegen einer Bindegewebschwäche oder Herz-Kreislauf-Limits. Man muss wissen, was sie können, und dann soll man sie lassen. Bei den Special Olympics, die 1968 von Eunice Shriver, der Schwester von John F. Kennedy, gegründet wurden und später nach Deutschland kamen, gehören Tennis, Golf, Reiten und Segeln neben vielen anderen Sportarten selbstverständlich dazu. Der Sport ist nicht „special“.

Sind Wettbewerbe gut, oder sollten Menschen mit geistiger Behinderung das Sich-Messen mit anderen vermeiden?

Der Unterschied zwischen biologischem Alter und Entwicklungsalter spielt dabei eine Rolle. Wenn Menschen mit geistiger Behinderung ein Entwicklungsalter von acht, zehn oder zwölf Jahren haben, dann sind sie häufig sozial motiviert und auch leistungsbereit. Mannschaftssportarten, besonders Fußball, sind sehr gut geeignet. Wir haben im Behindertensport eine eigene Liga und Meisterschaften – auf schleswig-holsteinischer und auf nationaler Ebene. Sport ist die Möglichkeit, sich im sozialen Kontext zu treffen und erst einmal in Bewegung zu kommen. Leistung ist der zweite Schritt. Nicht-Behinderte, die in einer Unified-Gruppe spielen, wie zum Beispiel Floorball in Norderstedt, tun das, weil Menschen mit geistiger Behinderung nicht nur sehr gut spielen, sondern sich auch sehr freuen können – nicht naiv, sondern pur.

Interview: Christian Trutschel