

Komm mit deiner Klasse ins Stadion

Gewinnt Klassentickets für die Para Leichtathletik-EM in Berlin



Jetzt mitmachen und

Klassentickets gewinnen!

Gib mir einen Namen!



Ab ins Stadion!

Para Leichtathletik-EM 2018 in Berlin

Leichtathletik kennt ihr ja vom alljährlichen Sportfest. Da heißt es wieder Rennen, Werfen und Springen. Schon die alten Griechen haben in sportlichen Wettkämpfen ihre Kräfte gemessen und bis heute gilt die Leichtathletik als der Mittelpunkt der Olympischen Sommerspiele.

Vom 20. bis 26. August 2018 treffen sich in Berlin 650 Athletinnen und Athleten mit Behinderungen zur Para Leichtathletik-Europameisterschaft. In den Disziplinen Rennrollstuhlfahren, Kugelstoßen, Speerwerfen und Diskuswerfen kämpfen sie um die Medaillen. Bei den Wettkämpfen sind Prothesen, Wurfstühle, Rennrollstühle oder „Guides“ bei Sehbehinderungen erlaubt. Ein hochspannendes sportliches Ereignis, bei dem ihr nicht fehlen solltet.

Im Januar diesen Jahres hat das Maskottchen – der Para Panda – das Licht der Welt erblickt. Leider hat er noch keinen coolen Namen. Wir bitten euch, uns auf die Sprünge zu helfen. Wie man in vier Schritten zu einem passenden Namen kommt, erfahrt ihr auf Seite 6. Gefragt ist Kreativität und ein unschlagbares Team.

Wir sind gespannt und wünschen viel Glück bei der Namenssuche!

Macht mit!

Wenn ihr vom 22. bis 24. August im Stadion dabei sein möchtet, dann macht mit bei unserem Wettbewerb.

Schickt uns euern Namen für Para Panda und ihr erhaltet Tickets für die ganze Klasse.

Im Rennrollstuhl zu Gold

Ein Interview mit Annika Zeyen

Wie bist du zum Leistungssport gekommen?

Ich habe schon immer viel Sport gemacht. Nach meinem Unfall wusste ich erst einmal nicht, dass man auch im Rollstuhl Sport machen kann. Als ich dann in der Reha Rollstuhlbasketball gespielt habe, war ich total begeistert. Anfangs habe ich in einer Jugendgruppe beim ASV Bonn gespielt, wo mein Talent erkannt wurde. So wurde aus dem Hobby schnell Leistungssport.

Was ist passiert, dass du im Rollstuhl sitzt?

Als ich 14 Jahre alt war, bin ich im Wald vom Pferd gestürzt und unglücklich mit dem Rücken auf einer Baumwurzel gelandet. Dadurch habe ich jetzt eine Querschnittlähmung und sitze im Rollstuhl.

Du hast ja schon tolle Erfolge gehabt. Wie viel muss man denn dafür trainieren?

Um erfolgreich zu sein, muss man extrem viel trainieren. Normal sind zwei Einheiten am Tag. Eine Einheit morgens vor der Arbeit und eine Einheit abends.

Was war dein schönster Moment im Sport?

Ich hatte viele tolle Momente im Sport. Wenn ich einen auswählen muss, würde ich den Gewinn der Goldmedaille bei den Paralympics in London 2012 wählen. Jeder Sportler träumt davon, bei Olympia oder Paralympics Gold zu gewinnen, und der Moment, in dem dieser Traum wahr wurde, war auf jeden Fall ein ganz, ganz besonderer.

Annika Zeyen

Sportart: Rennrollstuhlfahren

Behinderung: Querschnittlähmung

Paralympics: 2004, 2008, 2012, 2016

Bestleistung: 31,43 Sek./200 m

Beruf: Design Project Coordinator

Gab es Momente, in denen du mit dem Sport am liebsten aufgehört hättest?

Ich liebe es, Sport zu machen, und ich kann mir schwer vorstellen, damit aufzuhören. Natürlich gehören zum Sport Höhen und Tiefen. Wenn man gerade ein wichtiges Spiel verloren hat, ist man natürlich traurig und niedergeschlagen und fragt sich vielleicht auch, warum man den ganzen Aufwand betreibt. Aber generell denke ich, dass man aus Niederlagen sehr viel lernen kann. Oft bringt eine Niederlage einen weiter als ein Erfolg.

Gibt es für dich ein sportliches Vorbild?

Es gibt keinen einzelnen Sportler, den ich als mein Vorbild bezeichnen würde, aber es gibt Momente, in denen mich Sportler beeindrucken. Mir fällt spontan Gesa Krause ein, die bei der WM 2017 in London beim 3.000-Meter-Hindernislauf unverschuldet gestürzt ist und deren Medaillenträume damit geplatzt sind. Aber sie hat sich trotz der Verletzung ins Ziel gekämpft und ein unheimlich tolles und faires Interview gegeben. Das hat mich sehr beeindruckt.



Der Meister an der Kugel

Ein Interview mit Sebastian Dietz

Seit wann trainierst du?

Ein Jahr nach meinem schweren Verkehrsunfall 2004 habe ich mit der Leichtathletik, also dem Kugelstoßen und Diskuswerfen begonnen.

Kannst du uns erklären, was eine inkomplette Tetraplegie ist? Und wie ist es dazu gekommen?

Eine Tetraplegie ist eine Lähmung vom Hals abwärts, bei der häufig Arme und Beine gelähmt sind und bleiben. Bei meinem Unfall habe ich mir die Halswirbelsäule gebrochen. Inkomplett ist die Tetraplegie bei mir deshalb, weil nicht alle Beeinträchtigungen geblieben sind und ich laufen kann.

Du hast ja 2016 bei den Paralympics den Rekord im Kugelstoßen gebrochen. Wie fühlt man sich da?

Natürlich fühlt sich das gut an. Am meisten habe ich mich darüber gefreut, dass ich bei diesem wichtigen Wettkampf meine beste Leistung abrufen konnte. Ich

war stolz auf den Moment und stolz, für Deutschland die Goldmedaille geholt zu haben. Um das alles richtig zu realisieren, brauchte ich ein paar Tage Zeit.

Was war dein schönster Moment im Sport?

Ich denke schon, dass es die beiden Siege bei den Paralympischen Spielen waren. Man sieht dann einfach, dass sich die ganze harte Arbeit der vergangenen Jahre gelohnt hat. Das Gefühl auf dem Siegerpodest ist unvergesslich und unbeschreiblich.

Gab es Momente, in denen du mit dem Sport am liebsten aufgehört hättest?

Natürlich gibt es Momente, wo man das Ganze in Frage stellt. Warum machst du das? Warum quälst du dich mitunter? Am Anfang hatte ich das öfter, als ich neu in der Leichtathletik war und mir vieles erarbeiten musste. Mein Ehrgeiz und meine Ziele haben es mir immer ermöglicht, diese Phasen zu überwinden.

Gibt es für dich ein sportliches Vorbild?

Nein, das EINE Vorbild habe ich nicht. Ich habe Respekt und Anerkennung für jeden, der versucht, das Beste zu geben. Wobei es natürlich schon Menschen gibt, die mich faszinieren, aber ich versuche nicht, so zu sein wie sie.



Sebastian Dietz

Sportart: Diskus, Kugelstoßen

Behinderung: Inkomplette Tetraplegie

Paralympics: 2012 und 2016

Bestleistung Kugel: 15,43 m

Verein: BSG Bad Oeynhausen e.V.

Beruf: Administrator



Maximilian Jagodzinski

**Ich habe viel Freude an diesem Sport,
besonders, weil man sich neue Herausforderungen
und Ziele setzen kann.**

Das große Ziel ist Tokio

Maximilian Jagodzinski – ein Nachwuchstalent im Rennrollstuhl

Maximilian ist 15 Jahre alt und sitzt seit seiner Geburt in einem Rollstuhl. Anfang 2017 hat er mit dem Sport im Rennrollstuhl begonnen. Seitdem trainiert er sehr hart und ehrgeizig, denn wenn er Sport macht, geht es ihm gut und er möchte ganz vorne mitfahren.

Gewinnen ist für Maximilian alles. Sein Ziel ist, Siege bei Wettkämpfen und Medaillen zu gewinnen. Er nimmt an Wettbewerben über 50, 100, 200 und 1.000 Meter teil. Und seine persönliche Bestleistung betrug 21,65 Sekunden auf 100 Meter. Sein größtes Ziel sind natürlich die Paralympics 2020 in Tokio. Dafür gibt er alles.

Trainiert werden auch die jungen Sportlerinnen und Sportler im olympischen und paralympischen Trainingszentrum in Kienbaum. Dort besuchte sie auch im Juli 2017 die Bundeskanzlerin Angela Merkel.





Ein Name für Para Panda

Mein Name ist ...

In vier Schritten zur Leichtathletik-EM

Das Maskottchen der Para Leichtathletik-EM braucht einen Namen. Jetzt ist eure Kreativität gefragt. Aber Achtung! Bei der Namensfindung geht es nicht nur um Originalität, denn der Name soll ja auch passen und einen Sinn ergeben. Wir helfen euch dabei, in vier Schritten einen tollen Namen zu finden.

1.

Bildet zuerst Teams von 4 bis 6 Personen. Beginnt dann mit einer Ideensuche. Dazu stellt euch die folgenden Fragen: Was passt zu einem Panda? Welche besonderen Eigenschaften hat er? Und was macht ihn so einzigartig? Notiert auf einem Zettel alles, was euch in den Kopf kommt. Das können Namen oder einfach nur Wörter sein.

2.

Jetzt kommt der spaßige Teil der Aufgabe, bei der die Kreativen unter euch gefragt sind. Versucht mal, die gefundenen Namen und Wörter neu zusammenzusetzen oder zu kombinieren. Achtet darauf, dass man den Namen gut aussprechen und sich vor allem gut merken kann.

3.

Diskutiert gemeinsam alle Ergebnisse, die ihr gefunden habt. Wählt dann die drei besten Namen aus und schreibt diese auf einen Zettel. Wenn ihr genügend Zeit habt, könnt ihr ja eine kleine Umfrage in den Nachbarklassen oder euren Familien starten.

4.

Jetzt beginnt die Qual der Wahl. Hängt alle Namen aus den verschiedenen Teams an die Tafel. Jedes Team darf seine Namen laut vorlesen. Dann erhält jeder von euch drei Klebepunkte. Klebt diese Punkte an die Namen, die euch am besten gefallen. Schreibt den Namen mit den meisten Punkten auf die Postkarte und begründet, warum er eurer Meinung nach so heißen sollte. Gebt dann die Postkarte in die Post.



Brummig?
Witzig?
International
Berlin?



Besondere
Merkmale

Sportlich
Aussehen?
Stärken?

Tollpatschig?

Mitmachen
und gewinnen!



Unser Namensvorschlag

Begründung

Absender

**Mitmachen
und gewinnen!**



Klassentickets für die Para Leichtathletik-EM gewinnen!

Zu gewinnen gibt es:

Eintrittskarten für die gesamte Klasse zur Para Leichtathletik-EM Berlin 2018
vom 22. bis 24. August 2018 (für alle gültigen Einsendungen)
Klassensatz Maskottchen
Fotoshooting mit dem Para Panda (für die Klasse mit dem besten Namen)

Teilnahmebedingungen:

Teilnehmen können alle Klassen der Berliner Grundschulen.
Jede Klasse kann nur einmal teilnehmen.

Einsendeschluss ist der 24. Juni 2018

Zur gültigen Teilnahme muss das Teilnahmeformular ausgefüllt und bis zum Einsendeschluss per Post oder per E-Mail an info@para-euro2018.eu eingereicht werden. Nach Einsendeschluss eingehende Einsendungen können bei der Auslosung nicht berücksichtigt werden.

Bitte
ausreichend
frankieren

Behinderten- und Rehabilitations-
Sportverband Berlin e. V.
Berlin 2018 World Para Athletics
European Championships
Hanns-Braun-Str./Kursistenflügel
14053 Berlin

Verantwortlich: Klaas Brose (Geschäftsführer)
Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Berlin e. V.
Hanns-Braun-Str./Kursistenflügel, 14053 Berlin, www.bsberlin.de

Diese Broschüre entstand in Zusammenarbeit mit der Unfallkasse Berlin www.unfallkasse-berlin.de

Layout und Umsetzung: Helliwood media & education
Bildnachweise: Titel + S. 3: Oliver Kremer, sports.pixolli.com; S. 4: DBS Akademie Ralf Kuckuck; S. 5: Stefan Brendahl; S. 1 + 7 (Para Panda): Philipp Schumann;
Vektorgrafiken: Michael Meinkoff/shutterstock.com
Auflage: 5.500

