



SPORTINKÖLN INKLUSION

Zusammen in Bewegung



4	STADTSportBUND KÖLN E.V.
6	SPORT UND INKLUSION
8	ÜBERSICHT DER BEZIRKE
10	ANGEBOTE DER KÖLNER SportVEREINE I
10	BEZIRK 1, INNENSTADT
12	BEZIRK 2, RODENKIRCHEN
14	BEZIRK 3, LINDENTHAL
18	BEZIRK 4, EHRENFELD
20	BEZIRK 5, NIPPES
22	BEZIRK 6, CHORWEILER
24	BEZIRK 7, PORZ
26	BEZIRK 8, KALK
28	BEZIRK 9, MÜLHEIM
32	SPEZIFISCHE VEREINE
34	INTERVIEW MIT ANDREA KUHNE ZWEIFACHE EUROPAMEISTERIN IM ID-JUDO
36	VEREINSportRÄT - PSV KÖLN 1922 E.V.
38	INTERVIEW MIT IRMGARD BENSUSAN „ICH MACH DEN SPORT NICHT FÜR DIE MEDAILLEN“
42	LEISTUNGSSPORT
44	DEUTSCHES SportABZEICHEN FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG
46	DAS PERSÖNLICHE BUDGET - FINANZIERUNG VON TEILHABE IM SPORT
48	SportASSISTENTEN - AusBILDUNG

STADTSPORTBUND KÖLN E.V.

Wir.bewegen.Köln. - mer bewäge Kölle - das ist das Motto des größten und ältesten Stadtsportbundes in Nordrhein-Westfalen, dem Stadtsportbund Köln e.V.. Er ist der Dachverband des Kölner Sports und Sprachrohr für 33 Sportfachverbände, ca. 650 Sportvereine und damit für ca. 300.000 aktive Sportler und Sportlerinnen in Köln. Das Sportangebot reicht vom Breiten-, Gesundheits-, über den Behindertensport bis hin zum Leistungssport. Aber auch für Individualsportler*innen steht der Stadtsportbund jederzeit mit Rat und Tat zur Verfügung. Als Motor der Sportentwicklung schafft und verbessert die größte Dachorganisation in der Domstadt die Voraussetzungen für sportliche Aktivitäten und ist Ansprechperson für Stadtverwaltung, Politik, Wirtschaft und Medien. Mit Hilfe einer umfangreichen Öffentlichkeitsarbeit werden die Bürgerinnen und Bürger über die Aktivitäten und Angebote der Kölner Sportvereine informiert.



INKLUSION IM SPORT

Ihr seid auf der Suche nach einem Verein, in dem Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam Sport treiben? Oder Ihr sucht ein Sportangebot, das sich speziell an Menschen mit Behinderung richtet? Als Dachverband der Kölner Sportvereine möchte der Stadtsportbund Köln allen Menschen in Köln den Zugang zu vielfältigen Sportangeboten ermöglichen. Dazu zählen insbesondere auch inklusive und spezifische Angebote für Menschen mit Behinderung.

In diesem Heft möchten wir Euch Vereine vorstellen, die im Sinne der Inklusion ihre Sportangebote offen gestalten für Menschen mit Behinderung. Auf den folgenden Seiten findet Ihr diese Vereine nach den Kölner Veedeln sortiert, sodass Ihr direkt Kontakt zu einem Verein in eurer Nähe aufnehmen könnt, um ein passen-

des Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot zu finden. Darüber hinaus findet Ihr auch Vereine, die spezifische Sportangebote für bestimmte Behinderungsformen anbieten. Manche Vereine haben bereits jahrelange Erfahrung gesammelt, andere haben in einzelnen Angeboten Mitglieder mit Behinderung, einige stehen gerade am Anfang. Alle teilen das Motto: Sport für Alle – Zosamme in Bewägung.

Sollte unter den aufgeführten Vereinen kein passender für Euch dabei sein, dann nehmt gerne Kontakt zu uns auf. Viele der ca. 650 Kölner Sportvereine sind grundsätzlich offen oder warten nur auf die passende Nachfrage, um sich dem Thema Inklusion im Sport zu widmen. Wir beraten Euch gerne und unterstützen Euch beim Einstieg.

Die **Geschäftsstelle des Stadtsportbundes Köln** steht Euch gerne beratend zur Seite.

Telefon: 0221-921 300 25 / 0221-921 300 28
E-Mail: info@stadtsportbund-koeln.de



ÜBERSICHT DER BEZIRKE

BEZIRK 1	INNENSTADT
BEZIRK 2	RODENKIRCHEN
BEZIRK 3	LINDENTHAL
BEZIRK 4	EHRENFELD
BEZIRK 5	NIPPES
BEZIRK 6	CHORWEILER
BEZIRK 7	PORZ
BEZIRK 8	KALK
BEZIRK 9	MÜLHEIM



ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 1 - INNENSTADT

Deutzer Turnverein 1878 e.V. Telefon: 0221 - 88 39 73 E-Mail: info@deutzertv.de Internet: www.deutzertv.de	FITNESSKURSE KINDERSPORT SENIORENKURSE
Kölner Eis-Klub e.V. Telefon: 0221- 73 56 86 E-Mail: info@kek-koeln.de Internet: www.kek-koeln.de	CURLING EISKUNSTLAUF EISTANZ EISSCHNELLLAUF EISHOCKEY
Kölner FechtKlub e.V. 1921 Telefon: 0160 - 954 702 94 E-Mail: vorstand@koelner-fechtklub.de Internet: www.koelner-fechtklub.de	FECHTEN ROLLSTUHLFECHTEN

ALTSTADT-NORD, ALTSTADT-SÜD, DEUTZ, NEUSTADT-NORD, NEUSTADT-SÜD

Polizei Sportverein Köln 1922 e.V. Telefon: 0221 - 229 20 85 E-Mail: info@psv-koeln.de Internet: www.psv-koeln.de	JUDO BLINDENFUSSBALL
SC Janus e.V. Telefon: 0221 - 925 59 30 E-Mail: info@sc-janus.de Internet: www.sc-janus.de	BADMINTON BASKETBALL KINDERSPORT PILATES, SCHWIMMEN VOLLEYBALL UND VIELE WEITERE
Weiße Speiche Köln e.V. Telefon: 0221 - 590 72 70 E-Mail: info@weisse-speiche-koeln.de Internet: www.weisse-speiche-koeln.de	FAHRRADTOUREN

ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 2 - RODENKIRCHEN

1. Schwimm-Verein Köln E-Mail: info@1svk.de Internet: www.1svk.de	AQUA-FITNESS SCHWIMMEN
Kölner Club für Wassersport e.V. Telefon: 0221 - 377 76 64 E-Mail: mail@kcfw.de Internet: www.kcfw.de	RUDERN
Marienburger Sport-Club 1920 e.V. Telefon: 0221 - 35 39 42 E-Mail: niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de Internet: www.msc-koeln.de	BALLSCHULE FÜR KINDER MIT BEHINDERUNG ROLLSTUHLTENNIS TENNIS FÜR MENSCHEN MIT GEISTIGER BEHINDERUNG
Reit-Therapie-Zentrum Weißer Bogen e.V. Telefon: 02236 - 667 77 E-Mail: vorstand@rtz-weisser-bogen.de Internet: www.rtz-weisser-bogen.de	REITEN

BAYENTHAL, GODORF, HAHNWALD, IMMENDORF, MARIENBURG, MESCHENICH, RADERBERG, RADERTHAL, RODENKIRCHEN, RONDORF, SÜRTH, WEISS, ZOLLSTOCK

RSV Köln-Rodenkirchen e.V. Telefon: 0221 - 35 27 67 E-Mail: info@rsv-rodenkirchen.de Internet: www.rsv-rodenkirchen.de	REITEN
TSV Immendorf 1968 e.V. Telefon: 02236 - 462 62 E-Mail: vorstand@tsv-immendorf.de Internet: www.tsv-immendorf.de	BASKETBALL GYMNASTIK HALLENFUSSBALL TISCHTENNIS
Turn- und Spielverein 1975 Rondorf e.V. Telefon: 0172 - 109 76 03 E-Mail: ingang@tus-rondorf.de Internet: www.tus-rondorf.de	KAMPFSPORT FÜR KINDER/JUGENDLICHE LAUFGRUPPE
Turnverein Sürth 05 e.V. Telefon: 02236 - 652 18 E-Mail: info@tvsuerth.koeln Internet: www.tvsuerth.de	BEWEGUNGSSPIELE GYMNASTIK LINE DANCE TISCHTENNIS TURNEN UND VIELE WEITERE

ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 3 - LINDENTHAL

RSV Victoria Lövenich e.V. Telefon: 0171 - 326 07 60 E-Mail: info@viktoria-loevenich.de Internet: www.viktoria-loevenich.de	RADSPORT
Athletik-Sport-Verein Köln e.V. Telefon: 0221 - 719 91 60 E-Mail: info@asv-koeln.de Internet: www.asv-koeln.de	CHEERLEADING FLOORBALL GESUNDHEITSKURSE KARATE LEICHTATHLETIK UND VIELE WEITERE
DJK Südwest Köln e.V. Telefon: 0221 - 941 56 09 E-Mail: geschaeftsstelle@djk-suedwest.de Internet: www.djk-suedwest.de	BASKETBALL FUSSBALL KINDERSPORT LEICHTATHLETIK VOLLEYBALL UND VIELE WEITERE
Griechischer Kulturverein Köln 1985 e.V. Telefon: 0221 - 39 64 79 E-Mail: christos.piperopoulos@googlemail.com	TANZSPORT

BRAUNSFELD, JUNKERSDORF, KLETTENBERG, LINDENTHAL, LÖVENICH, MÜNGERSDORF, SÜLZ, WEIDEN, WIDDERSDORF

Kopfsprung Köln e.V. E-Mail: luis@kopfsprung.de Internet: www.kopfsprung-koeln.de	SCHWIMMENLERNEN
Kölner Seniorengemeinschaft für Sport und Freizeit e.V. Telefon: 0221 - 421 023 30 E-Mail: ksg@koelner-senioren.de Internet: www.koelner-senioren.de	AQUA-FITNESS BOULE PILATES TISCHTENNIS UND VIELE WEITERE
SC Borussia Lindenthal Hohenlind e.V. Telefon: 0171 - 971 69 29 E-Mail: vorstand@scblh.de Internet: www.scblh.de	FUSSBALL
Team Bananenflanke Köln e.V. Telefon: 0221 - 276 415 48 E-Mail: info@bananenflanke.koeln Internet: www.bananenflanke.koeln	BALLSCHULE BASKETBALL, FUSSBALL KINDER-UND JUGENDSPORT, (KOGNITIVE BEHINDERUNG UND LERNBEEINTRÄCHTIGUNG)

ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 3 - LINDENTHAL

BRAUNSFELD, JUNKERSDORF, KLETTENBERG, LINDENTHAL, LÖVENICH, MÜNGERSDORF, SÜLZ, WEIDEN, WIDDERSDORF

TC Weiden e.V. Telefon: 02234 - 721 67 E-Mail: niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de Internet: www.tc-weiden.de	ROLLSTUHLTENNIS BLIDENTENNIS
Verein für Bewegung, Rehasport und Prävention e.V. Telefon: 0221 - 339 653 95 E-Mail: vorstand@rehasport-praevention.de Internet: www.rehasport-praevention.de	GESUNDHEITSSPORT LAUFTRAINING PRÄVENTIONSKURSE REHASPORT WASSERGYMNASTIK
Wu Wang Judoclub für Kinder e.V. Telefon: 0157 - 797 657 09	JUDO TAEKWONDO
Weidener Sportfreunde Telefon: 0151 - 576 844 49 E-Mail: info@weidenersportfreunde.de Internet: www.weidenersportfreunde.de	AKROBATIK ELTERN-KIND-TURNEN SENIORENSPORT UND VIELE WEITERE



ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 4 - EHRENFELD

BSV Gut Fronhof e.V. Telefon: 0221 - 597 01 33 E-Mail: ruth-michna-boch@gmx.de Internet: bsv-koeln-de.jimdofree.com/	REHASPORT PRELLBALL (ERWACHSENE MIT PSYCHISCHEN ERKRANKUNGEN)
Kölner Klub für Bogensport e.V. Telefon: 0221 - 406 499 31 E-Mail: info@kkb-koeln.de Internet: www.kkb-koeln.de	BOGENSCHIESSEN
Tokio Hirano Köln 1969 e.V. E-Mail: kontakt@tokio-hirano.de Internet: www.selfdefense.koeln	JU-JUTSU

BICKENDORF, BOCKLEMÜND, MENGANICH, EHRENFELD, NEUEHRENFELD, OSSENDORF, VOGELSANG

TPSK 1925 e.V. Telefon: 0221 - 739 06 77 E-Mail: info@tpsk.koeln Internet: www.tpsk.koeln	BOGENSPORT CRICKET RUDERN REHA- UND BEHINDERTENSORT TANZEN UND VIELE WEITERE
Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie Köln e.V. Telefon: 0221 - 888 25 30 E-Mail: vgs@vgs-koeln.de Internet: www.vgs-koeln.de	AQUA-FITNESS GYMNASTIK VOLLEYBALL REHASPORT KINDERSCHWIMMEN UND VIELE WEITERE

ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 5 - NIPPES

1. FSV Köln 1899 e.V. Telefon: 0175 - 201 97 78 E-Mail: petra.steinig@netcologne.de Internet: www.koeln99.de	FUSSBALL HANDBALL BOULE RADSPORT
DSV - Skischule Alpenrose Köln Telefon: 02234 - 982 03 11 E-Mail: sport@skiclub-alpenrose-koeln.de	FITNESS SKISPORT WANDERN
ESV Olympia e.V. Telefon: 0221 - 73 24 34 E-Mail: kontakt@esv-olympia.de Internet: www.esv-olympia.de	KINDERTSICHTENNIS TENNIS TURNEN TANZ, SCHWIMMEN FUSSBALL, JUDO

BILDERSTÖCKCHEN, LONGERICH, MAUENHEIM, NIEHL, NIPPES, RIEHL, WEIDENPESCH

Speed-Skating Club Köln 1998 e.V. Telefon: 0221 - 590 72 70 E-Mail: hp.detmer@web.de Internet: www.ssc-koeln.de	INLINE SKATEN
TK Nippes 1903 e.V. Telefon: 0221 - 599 46 72 E-Mail: breitensport@turnerkreisnippes.de Internet: www.turnerkreisnippes.de	BEWEGT ÄLTER WERDEN FIT FÜR 100, GYMNASTIK NORDIC WALKING, REHASPORT QIGONG, TAI CHI
TUS Köln Nippes 1919 e.V. E-Mail: tusnippes@koeln.de Internet: tusnippes1919.kurabu.com/de/new	SCHWIMMEN

ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 6 - CHORWEILER

BLUMENBERG, CHORWEILER, ESCH/AUWEILER, FÜHLINGEN, HEIMERSDORF, LINDWEILER, MERKENICH, PESCH, ROGGENDORF/THENHOVEN, SEEBERG, VOLKHOVEN/WEILER, WORRINGEN

DJK Wiking Köln 1965 e.V.

Telefon: 0151 - 506 545 22
E-Mail: info@djkwiking.de
Internet: www.djkwiking.de

SPORT MIT KICK & ALLROUND SPORT
REHASPORT

The International Association for Traditional Sports and Games e.V.

Telefon: 0173 - 325 36 95
E-Mail: alexander@traditionalgames.de
Internet: www.traditionalgames.de

GESCHICKLICHKEITS- UND SPORTSPIELE
OHNE BARRIEREN



ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 7 - PORZ

Bogenteam Cöln e.V. Telefon: 02203 - 183 67 04 E-Mail: info@bogenteam-coelln.de Internet: www.bogenteam-coelln.de	BOGENSCHIESSEN
FC Germania Zündorf 1913 e.V. Telefon: 0178 - 334 31 66 E-Mail: gokhan.erdek@outlook.de Internet: www.fc-germania-zuendorf.de	FUSSBALL
Ju Jitsu Kai Köln Dan Kollegium Budo Kai e.V. Telefon: 0178 - 178 00 46 E-Mail: jjkk@netcologne.de Internet: www.ju-jitsu-kai.de	GYMNASTIK
RTK Germania Köln e.V Telefon: 02202 - 24 14 56 E-Mail: markusrathmann@web.de Internet: www.rtk-germania.de	RUDERN (PARA 3, SCHWIMMFÄHIG, SPORTERFAHREN)

EIL, ELSDORF, ENSEN, FINKENBERG, GREMBERGHOVEN, GRENGEL, LANGE, LIBUR, LIND, POLL, PORZ, URBACH, WAHN, WAHNHEIDE, WESTHOVEN, ZÜNDORF

TGC Rot-Weiß Porz e.V. Telefon: 0171 - 200 44 23 E-Mail: info@tgc-porz.de Internet: www.tgc-porz.de	CUBA FIT MEDITATION DES TANZENS LINE DANCE PILATES ZUMBA
TSV 1899 e.V. Porz Telefon: 02203 - 809 19 37 E-Mail: vorstand@tsv-porz.de Internet: www.tsv-porz.de	NORDIC WALKING GYMNASTIK RÜCKENTRAINING
VSG Porz e.V. Telefon: 02203 - 97 76 15 E-Mail: info@vsg-porz.de Internet: www.vsg-porz.de	WASSERGYMNASTIK HALLENGYMNASTIK SITZBALL BOSSELN NORDIC WALKING

ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 8 - KALK

BRÜCK, HUMBOLDT/GREMBERG, HÖHENBERG, KALK, MERHEIM, NEUBRÜCK, OSTHEIM, RATH/HEUMAR, VINGST

Behinderten-Sportgemeinschaft Köln rrh. e.V. Telefon: 0221 - 830 088 00 Internet: www.bsgkoelnrrh.de	AQUA-JOGGING BEHINDERTENSORT GYMNASTIK, SCHWIMMEN TISCHTENNIS WASSERGYMNASTIK
S.C. Borussia Köln-Kalk 05 e.V. Telefon: 0221 - 85 00 00 E-Mail: kick-mit@borussia-kalk.de Internet: www.borussia-kalk.de	INKLUSIVE FUSSBALLGRUPPE „KICK MIT“ (KÖRPERL. UND GEISTIGE BEHINDERUNG)
SC Brück 07 e.V. Telefon: 0160 - 745 00 44 E-Mail: schmidt.tv@t-online.de Internet: www.scbrueck07.de	FUSSBALL TAEKWONDO WING-TSUNG



ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 9 - MÜLHEIM

DJK Rhenania Köln-Buchforst e.V. Telefon: 0221 - 69 78 30 E-Mail: djkbuchforst@netcologne.de Internet: www.djk-buchforst.de	DAMENGYMNASTIK FAUSTBALL, KINDERTURNEN KONDITIONSSPORT TISCHTENNIS VOLLEYBALL
Dünnwalder Turnverein 1905 e.V. Telefon: 0221 - 63 85 66 E-Mail: geschaeftsstelle@duennwalder-tv.de Internet: www.duennwalder-tv.de	BALLSPORT UND BEWEGUNGSSPIELE FÜR JUNGE MENSCHEN MIT BEHINDERUNG REHASPORT (U.A. FÜR PSYCHISCHE STÖRUNGEN)
Ki und Aikodo Dojo Köln e.V. Telefon: 0151- 412 727 15 E-Mail: ki-aikido-dojo-koeln@netcologne.de Internet: www.ki-aikido-koeln.jimdofree.com	KI AIKODO
FIB e.V. Telefon: 0221 - 977 746 90 E-Mail: info@fibe.de Internet: www.fibe.de	ENTSPANNUNGSKURSE YOGA FITNESSKURSE REHASPORT (KREBSNACHSORGE) WASSERKURSE

BUCHFORST, BUCHHEIM, DELLBRÜCK, DÜNNWALD, FLITTARD, HOLWEIDE, HÖHENHAUS, MÜLHEIM, STAMMHEIM

MTV Köln 1850 Telefon: 0221 - 969 70 46 E-Mail: verein@mtv-koeln.de Internet: www.mtv-koeln.de	BEHINDERTENSORT INKLUSIVE BREITENSORTGRUPPEN REHASPORT
Netzwerk „Sportive Kids“ e.V. Telefon: 0157 - 797 573 31 E-Mail: netzwerk-sportive-kids@t-online.de Internet: www.netzwerk-sportive-kids.de	LEICHTATHLETIK CIRCUIT-COMPETITION TOUCH RUGBY
Petanque Club de Cologne e.V. Telefon: 0176 - 544 067 92 E-Mail: info@pcckoeln.de Internet: www.ppckoeln.de	PETANQUE BOULE

ANGEBOTE DER KÖLNER SPORTVEREINE

BEZIRK 9 - MÜLHEIM

Vitalis Therapie & Gesundheitssport e.V.

Telefon: 0221 - 279 22 11
Email: info@vtg-koeln.de
Internet: www.vtg-koeln.de

BECKENBODENGYMNASTIK
SITZGYMNASTIK
WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Turnverein Dellbrück 1895 e.V.

Telefon: 0221 - 68 20 22
E-Mail: info@tv-dellbrueck.de
Internet: www.tv-dellbrueck.de

FUSSBALL
FUN KIDS, HIP-HOP
KIDS ON BIKE
VATER-KIND-TURNEN
JUDO, TANZEN

TV 1893 Köln Flittard e.V.

Telefon: 0221 - 66 68 02
E-Mail: vorstand@tv-flittard.de
Internet: www.tv-flittard.de

BADMINTON
BALLSPORT
KINDERSPORT
PRELLBALL
VOLLEYBALL UND VIELE WEITERE



SPEZIFISCHE VEREINE

SPEZIFISCHE VEREINE

Rollstuhlbasketballclub Köln 99ers e.V. E-Mail: info@rbc-koeln99ers.de Internet: www.koeln99ers.de	ROLLSTUHLBASKETBALL	Körbe für Köln e.V. Telefon: 0163 - 556 29 44 E-Mail: info@koerbe-fuer-koeln.de Internet: www.koerbe-fuer-koeln.de	BASKETBALL ROLLSTUHLBASKETBALL ROLLSTUHLPARCOUR EQUALNET SOZIALTRAININGS (AUF ANFRAGE)
Kölner Gehörlosen-Sportverein 1902 e.V. Internet: www.koelner-gsv-1902.de	MOTORSPORT GOLF LEICHTATHLETIK FUSSBALL FREIZEIT	Rollstuhlclub Köln e.V. Telefon: 0221 - 250 851 89 E-Mail: info@rollstuhlclub.koeln Internet: www.rollstuhlclub.koeln	BASKETBALL E-HOCKEY KINDER-UND JUGENDSPORT RUGBY TISCHTENNIS
Kölner Hockey- und Tennis-Club Blau Weiss 1930 e.V. Telefon: 0221 - 43 35 67 E-Mail: info@blau-weiss-koeln.de Internet: www.blau-weiss-koeln.de	HOCKEY	Segeln für Behinderte e.V. Telefon: 02234 99 35 44 E-Mail: brief@sfbeh.de Internet: www.sfbeh.de	SEGELN BEHINDERTENSPORT
		Wellenreitverband e.V. Adaptives Surfing Telefon: 02234 - 99 35 44 E-Mail: adaptive.surfing@wellenreitverband.de Internet: www.wellenreitverband.de	SURFEN FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ERWACHSENE MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

INTERVIEW MIT ANDREA KUHNE

ZWEIFACHE EUROPAMEISTERIN IM ID-JUDO

Andrea Kuhne ist Berufssportlerin bei dem Judo Leistungszentrum Frechen der Gold-Kraemer Stiftung. Sie ist zweifache Europameisterin im ID-Judo und Anwarterin auf die Special Olympics Weltspiele 2023 in Berlin. Wir haben mit ihr darüber gesprochen, wie sie überhaupt zum Judo kam, wie sie die ID-Judo Europameisterschaft 2019 in Köln erlebt hat und worauf sie sich bei Special Olympics freut.

WIE BIST DU ZUM SPORT UND ZUM JUDO GEKOMMEN?

AK: Erst habe ich eine Zeitlang Fußball gespielt. Durch Bekannte habe ich 2008 mit Judo angefangen. Ich habe mir das in Bocholt angeschaut und dann hat mir das so gut gefallen, dass ich gesagt habe "Ich probiere es mal aus". 2019 gab es dann das Angebot bei dem Leistungszentrum der Gold-Kraemer-Stiftung als Berufssportlerin zu arbeiten.

WAS MACHT DIR BESONDERS SPASS AM JUDO?

AK: Der Zusammenhalt, viele Menschen kennen zu lernen und was von der Welt zu sehen.

WIE HAST DU DIE EUROPAMEISTERSCHAFT 2019 IN KÖLN ERLEBT?

AK: Aufregend. Nervosität spielte eine große Rolle. Der letzte Kampf war sehr anstrengend und ich musste lange warten, bis ich drankam. Dann wurde seitens der Kampfrichter entschieden, dass ich gewonnen habe und Europameisterin bin. Erst ging die Hand für die Gegnerin hoch, die Wertung wurde zurückgenommen und dann wurde sich für mich entschieden. Mein Trainer Henning Schäfer, das ganze Frechener Judoteam und auch die Fußballer der Gold-Kraemer-Stiftung haben sich sehr für mich gefreut.

WORAUF FREUST DU DICH BEI SPECIAL OLYMPICS?

AK: Die Menschen und die Stadt näher zu sehen. Ich war schon zwei bis drei Mal in Berlin, aber meistens sieht man nur die Turnhallen und nicht die Stadt. Die Vorbereitungen beginnen dieses Jahr im Juni. Wir bereiten uns jeden Tag vor und ich freue mich jetzt, nach der langen Zeit, wieder auf Wettkämpfe.



POLIZEISPORTVEREIN KÖLN 1922 E.V.

VEREINSPORTRÄT

Auf den nachfolgenden Seiten möchten wir Euch stellvertretend für die zahlreichen Kölner Vereine einen Einblick geben, wie Inklusion in einem Sportverein gelebt wird.

Wir wollen Euch mit diesem Beispiel Inspiration und Motivation geben, sich regelmäßig zu bewegen und von den daraus resultierenden positiven Auswirkungen zu profitieren. Probiert es aus. In vielen Vereinen ist Inklusion schon Alltag und Ihr seid herzlich Willkommen.

JUDOABTEILUNG

Die Judogruppe des PSV Köln ist eine Gruppe von bis zu 30 Judoka, unterschiedlichen Alters, Geschlechts und Erfahrung (Anfänger, Kyu- und Dan Grade). Ju-do, das heißt, „sanfter Weg“ und ist ein faszinierender Kampfsport aus Japan. Das sportliche Miteinander im Judo zeichnet sich durch motorische und kognitive Fähigkeiten und Fertigkeiten aus.

Vor ca. 10 Jahren wurde die Behindertensportgruppe des PSV zu einer inklusiven Abteilung, wo Menschen mit und ohne Handicap zusammen trainieren. Hierbei ist es egal, mit welcher Einschränkung Menschen in die Gruppe kommen. Es geht darum, dass sich jeder in der Gruppe wohlfühlt. Inklusion wird auf allen Ebenen gelebt. Neben dem Training finden verschiedene Meisterschaften, Fahrten, Gürtelprüfungen und ein Kinderturnier zusammen mit anderen Sportvereinen statt. Judo ist ein optimaler Sport, um inklusiv zu trainieren. Die Judoabteilung freut sich immer über neue Mitglieder.



BLINDENFUSSBALLABTEILUNG

Auch die 2008 gegründete Blindenfußballabteilung trainiert inklusiv. Es ist ein bunt gemischtes Team. Schüler*innen, Studierende, Berufstätige von jung bis alt, Männer und Frauen spielen gemeinsam Blindenfußball. Alter und Nationalität spielen dabei ebenso wenig eine Rolle, wie die Fähigkeit zu sehen bzw. der Grad der Sehhinderung. Durch eine Dunkelbrille wird die Sehfähigkeit bei allen gleichermaßen eingeschränkt. „Das Besondere am Blindenfußball ist es, dass man richtig in Bewegung kommt. Hierbei gibt es schnelle und dynamische Bewegungen und man ist sehr fokussiert“ berichtet eine Teilnehmerin. Trainer Wolf ist von Beginn an dabei. Er engagiert sich gerne ehrenamtlich, weil es ihm Spaß macht und er den Zusammenhalt in der Gruppe schätzt.

Das Team behauptet sich seit 2009 auch in der Blindenfußballliga. Während in der zurückliegenden Saison aufgrund von Spielerabgängen nicht am Spielbetrieb teilgenommen werden konnte, wird für die Saison 2022 gemeinsam mit Spielern von SG Fortuna 95 Düsseldorf wieder eine Mannschaft antreten. Viele spannende Spiele warten dieses Jahr, auch auf dem Roncalliplatz in Köln.

Trainiert wird ganzjährig draußen in der Sportbox des Unisports und sie sind immer offen für neue Spieler*innen



INTERVIEW MIT IRMGARD BENSUSAN

**„ICH MACH DEN SPORT NICHT FÜR DIE MEDAILLEN, SONDERN WEIL ICH JE-
DEN MOMENT DAVON LIEBE“**

Irmgard Bensusan nimmt bereits seit der Schulzeit an Leichtathletik-Wettkämpfen auf internationaler Ebene teil, bis ein Unfall beim Hürdenlaufen ihre Karriere plötzlich beendet. Ihr Knie wird so schwer verletzt, dass sie eine irreparable Nervenschädigung am rechten Bein erhält. Drei Jahre später nimmt sie das Training wieder auf und gewinnt schließlich bei der IPC WM in Dubai 2019 die Goldmedaille über 100m und 200m.

**DU HAST NACH DEINEM UNFALL DREI JAHRE PAUSIERT. WAS WAR AUSSCHLAGGEBEND UND HAT
DIR DIE MOTIVATION GEGEBEN, WIEDER IN DEN LEISTUNGSSPORT EINZUSTEIGEN?**

IB: Erst 6 Monate nach meinem Unfall hat mir ein Arzt das erste Mal gesagt: „Du wirst nicht mehr laufen wie vorher“. Dann kam die Reha, ich habe mit der Uni angefangen und war einfach in einer neuen Lebensphase. Ich habe versucht, mich zu informieren, ob es eine Option gibt, dass ich mich als Behinderte klassifiziere. Da wurde mir einfach gesagt, dass ich nicht behindert genug sei.

Es war nie das Problem, dass ich nicht anfangen wollte. Ich habe nicht gewusst, dass es die Option gibt und das ist schade, weil ich dann früher mit Parasport angefangen hätte. Das ist etwas, was sich verändern sollte. Dass die Leute wissen „Hey, da gibt es eine Chance, dass ich bei dem Parasport mittrainieren kann.“

Aber mit Hinblick darauf, wo ich jetzt bin, bin ich froh, dass ich nicht früher angefangen habe. Ich musste durch die ganzen Tiefen gehen, um da hinzukommen, wo ich jetzt bin.

**DU KONNTEST IN SÜDAFRIKA NICHT AUF NATIONALER EBENE BEI WETTKÄMPFEN ANTRETEN,
WEIL DEINE BEHINDERUNG NICHT ANERKANNT WURDE. HEUTE MÖCHTEST DU DEN LEUTEN
ZEIGEN, DASS BEHINDERUNGEN VIELSEITIG UND NICHT IMMER SICHTBAR SIND. WAS VERBIN-
DEST DU MIT DEM BEGRIFF BEHINDERUNG?**

IB: Nachdem mir in Kapstadt gesagt wurde, dass ich nicht behindert genug bin für den Parasport, hat meine Mutter Kontakt zu Jörg Frischmann vom TSV Bayer Leverkusen aufgebaut. Er hat damals gesagt „Flieg nach Berlin und lass dich dort qualifizieren, vielleicht klappt es“. Das haben wir gemacht und die Frau, die in Kapstadt gesagt hat, ich bin nicht behindert, hat jetzt in Berlin gesagt, ich bin behindert.

Das ist eine Grauzone, es ist wirklich schwer zu sagen: „Hey du bist behindert oder du bist nicht behindert.“ Ich hoffe, dass ich mit meinem Auftreten und den Wettkämpfen den Leuten zeige: „Nicht nur Menschen mit Amputationen oder nicht nur die Rollifahrer gehören dahin.“

Das Wort Behinderung ist so ein schwieriges Wort in Deutschland. Ich sehe Behinderung als jemand, der immer abhängig ist. Aber der Parasport bedeutet einfach, dass Leute mit vergleichbarer Leistung gegeneinander laufen. Ich würde nicht Behindertensport sagen, eher Parasport. Wir sind von keinen Leuten abhängig, wir sind alle selbstständig. Aber wir haben eine Behinderung und wir machen Sport, das ist eher so, wie man es sehen sollte.



INTERVIEW MIT IRMGARD BENSUSAN

FORTSETZUNG

IM JAHR 2019 WURDEST DU ZUR PARASPORTLERIN DES JAHRES GEWÄHLT. WAS BEDEUTET DIESE AUSZEICHNUNG FÜR DICH PERSÖNLICH?

IB: Ich habe nicht damit gerechnet, dass ich Parasportlerin des Jahres werde. Das war eine sehr große Überraschung und Ehre. Ich finde aber, es ist ein Problem, dass man nur diese Goldmedaille oder diese Auszeichnung sieht. Ich glaube der Sport ist viel mehr. Die Auszeichnungen sind schön, aber ich mache den Sport nicht für die Medaillen, sondern weil ich jeden Moment davon liebe. Ich liebe die Leute, mit denen ich das mache und ich liebe das harte Training.

WAS MÖCHTEST DU JUNGEN ATHLET*INNEN MIT BEHINDERUNG, DIE EINE KARRIERE ALS LEISTUNGSSPORTLER*INNEN ANSTREBEN, MIT AUF DEN WEG GEBEN?

IB: Ich würde jedem Menschen mit und ohne Behinderung sagen, dass es sehr wichtig ist, Sport zu treiben. Sport ist nicht nur Leistungssport, Sport ist auch hobbymäßig. Durch Sport durchbrechen wir die Stereotype und Grenzen. Es ist sehr wichtig Sport zu treiben, zum einen für das Soziale und zum anderen für die Gesundheit und es macht auch einfach Spaß am Ende des Tages.



LEISTUNGSSPORT

Wettkampf ist im Sport ein wesentliches Element. Das gilt auch für den Sport von Menschen mit Behinderung. Wenn Ihr Euch in Eurer Sportart über den Verein hinaus mit anderen messen wollt, dann meldet euch bei den Ansprechpartner*innen des Behinderten- und Rehabilitationssportverbands NRW bzw. Special Olympics NRW. Diese Verbände organisieren Wettkampfveranstaltungen auf nationaler und internationaler Ebene in vielen paralympischen und inklusiven Sportarten.

BEHINDERTEN- UND REHABILITATIONSSPORT NRW

Lina Neumair

Tel.: 0203 - 717 41 70

E-Mail: neumair@brsnw.de

SPECIAL OLYMPICS NRW

Special Olympics Deutschland in Nordrhein-Westfalen e.V.

Tel.: 0231 - 950 880 88

E-Mail: info@specialolympics-nrw.de

STÜTZPUNKTE LEISTUNGSSPORT

BUNDESSTÜTZPUNKTE

Leichtathletik – Leverkusen

Sitzvolleyball – Leverkusen

Para Tischtennis – Düsseldorf

LANDESSTÜTZPUNKTE NRW

Para Rudern – Leverkusen/Köln

Para Badminton – Mülheim an der Ruhr

Para Schwimmen – Wuppertal

Para Dressur - Frechen

LEISTUNGSZENTREN

Fußball – Frechen

DEUTSCHES SPORTABZEICHEN FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

Durch das Deutsche Sportabzeichen sollen Menschen mit Behinderung eine vielseitige Leistungsfähigkeit erwerben, Selbstvertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit erhalten und zu einer regelmäßigen Sportaktivität motiviert werden. Mit der Erfüllung der einzelnen Bedingungen werden ein gutes Maß an Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination bewiesen. Zusätzlich soll das Sportzeichen zur Inklusion, also zu selbstbestimmter, gleichberechtigter Teilhabe am Alltag beitragen. Denn Vorbereitung und Training für das Deutsche Sportabzeichen sind ideal dafür geeignet, dass Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam Sport treiben.

Die Abnahme des Sportabzeichens für Menschen mit Behinderung ist in Köln möglich beim:

Skiclub Alpenrose e.V.

von Mai - September

Termin: mittwochs 17:00-18:00 Uhr

Ort: Bezirkssportanlage Weidenpesch, Scheibenstraße 21a, 50737 Köln

Ansprechpartnerin: Rosemarie Drenhaus, Tel.: 0172 - 96 15 974

Quelle: DOSB/DBS



DAS PERSÖNLICHE BUDGET

FINANZIERUNG VON TEILHABE IM SPORT

Häufig werden Leistungen zur Rehabilitation und Teilhabe als Sach- oder Dienstleistungen erbracht. Um die Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderung zu fördern, können Leistungen zur Teilhabe aber auch als Geldleistungen im Rahmen des „Persönlichen Budgets“ ausgezahlt werden.

Mit den ausgezahlten Geldern können auf selbstbestimmte Weise Rehabilitationsleistungen organisiert werden. Bei der Teilhabe im Sportverein könnte das z.B. eine Assistenz für die Zeit beim Training oder die Finanzierung der Vereinsgebühren und Erstattung für die Sportausübung über das persönliche Budget bedeuten.

Welche Leistung für eine Finanzierung durch das persönliche Budget in Frage kommt, hängt vom individuellen Bedarf ab und muss dabei im Einzelfall mit dem zuständigen Leistungsträger vereinbart werden. Über die Möglichkeiten einer Finanzierung von Maßnahmen zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben auch im Sport beraten das Kompetenzzentrum Selbstbestimmtes Leben Köln (KSL Köln) sowie die Beratungsstellen der Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB).

KOMPETENZZENTRUM SELBSTBESTIMMT LEBEN KÖLN

Pohlmanstraße 13

50735 Köln

Telefon: 0221 - 277 17 03 oder 0221 - 32 22 90

Mail: info@ksl-koeln.de

Webseite: www.ksl-koeln.de

EUTB MITTENDRIN E.V.

Luxemburger Straße 189-191

50939 Köln

Telefon: 0221 2943 8498

Mail: beratung@mittendrin-koeln.de

Webseite: www.mittendrin-koeln.de/beratung/eutb

EUTB „SELBSTBESTIMMT LEBEN“ KÖLN

An der Bottmühle 2

50678 Köln

Telefon: 0221 322290

Mail: beratung@eutb-sl-koeln.de

Webseite: www.eutb-sl-koeln.de

SPORTASSISTENTEN - AUSBILDUNG

SPORTASSISTENT*IN - WAS IST DAS?

Sportassistenten*innen unterstützen bei der Gestaltung und Durchführung von Trainingseinheiten, Bewegungsangeboten und Sportevents in Betrieben und Vereinen. Hierbei können sie gemäß ihren Stärken tätig werden. Dabei unterstützen sie Übungsleiter*innen und Trainer*innen in ihrer Arbeit, ersetzt diese aber nicht.

Personen ab 17 Jahren, mit oder ohne Behinderung, können hiermit die Vorstufen-Qualifikation im Breitensport erwerben. Im Idealfall nehmen unterschiedliche Gruppen gemeinsam an einer Ausbildung teil. Zu diesen zählen unter anderem:

- Sportinteressierte mit oder ohne Behinderung
- Beschäftigte gemeinnütziger Werkstätten
- Auszubildende in pädagogischen Berufen
- Integrationshelfer*innen
- Alle Personen, die Lust haben an Bewegungsangeboten mitzuwirken

NUTZEN DER AUSBILDUNG FÜR SPORTASSISTENTEN*INNEN

- Verbesserung sozialer kommunikativer Kompetenzen
- Erweiterung des (sport-)fachlichen Wissens
- Zuwachs an Eigenständigkeit und Verantwortungsübernahme
- Steigerung des Selbstwertgefühls und Bildung eines neuen Rollenbilds
- Erwerb von Handlungsstrategien in Gruppensituationen

KONTAKT

DJK Sportverband DV Köln

Telefon: 0221 - 99 80 84 0

E-Mail: info@djkdvkoeln.de

www.djkdvkoeln.de

KONTAKT/ IMPRESSUM

Stadtsportbund Köln e.V.
Haus des Kölner Sports
Ulrich-Brisch-Weg 1
50858 Köln

Tel.: 0221 921 300 22
Fax: 0221 921 300 30
info@stadtsportbund-koeln.de
www.stadtsportbund-koeln.de

V.i.S.d.P.: Peter Pfeifer (Vorsitzender)

Redaktion: Christine Kupferer

Inhalt: Sandra Weber, Nils Brunner

Layout: Alexa Unteroberdörster

Bildmaterial: ©zzzdim/AdobeStock (S. 1), ©cc-images/shutterstock (S. 5), ©pexels/cliff booth (S. 7),
©alfa27/shutterstock (S. 17), ©sportpoint/AdobeStock (S.23), ©pexels/ RUN 4 FFWPU (S.27), ©pexels/
Kampus Production (S.31), ©Jürgen Gramsch (S. 35)

STADTSPORTBUND
 KÖLN