

Sport aus der Region

Querpass

Auch im Alter auf Ballhöhe

VON MICHAEL LEMM



Man muss nur lange genug warten, dann kommt schon das Richtige. Frühere Versuche, die eigene, längst vergangene Fußball-Karriere sozusagen im Haarrück-Verfahren wiederzubeleben, endeten in schöner Regelmäßigkeit in Muskelverletzungen – meist in Rekordzeit. Auch das Fallen sah nicht mehr so elegant aus wie noch vor Jahrzehnten. Dann ist die Schwerkraft einfach nur noch ein ganz mieser Verräter. Es ist schon bitter, wenn der Körper den Steuerimpulsen des eigenen Gehirns nicht mehr so recht folgen mag – als wären selbstverständliche motorische Grundmuster von einst komplett gelöscht und für immer verloren.

Wem es bisher genauso gegangen ist oder aus anderen körperlichen Gründen auf das heißgeliebte Kicken verzichten musste, kann nun aufatmen: „Walking Football“ heißt die Alternative für alle, die im Alter ihrem Lieblingssport nicht mehr mit der gewohnten Intensität nachgehen können, die Füße aber trotzdem nicht vom Leder lassen wollen.

Wie der Name schon sagt, darf beim Geh-Fußball nicht gerannt werden. Zudem muss der Ball unter Hüfthöhe bleiben. Harter Körperkontakt und Fouls sind tabu, wodurch beim „Walking Football“ das Verletzungsrisiko gemindert ist. Ein Verstoß führt zu einem Freistoß für die gegnerische Mannschaft.

Die altersgerechte und gesundheitsfördernde Variante des Kickens wurde erstmals 2011 in Chesterfield/England gespielt – und begeistert inzwischen das ganze Land. Fast 1000 Mannschaften, einige auch in einem geregelten Spielbetrieb auf Kleinfeld und Mini-Tore, bestreiten den neuen Trend in England. Wahrlich die mit Abstand beste Idee, die seit langem von der Insel auf den Kontinent schwappte – viel besser, als so manche andere...

Über die Niederlande gelangte „Walking Football“ mittlerweile auch nach Deutschland. Der SHFV will diese Spielart im Land zwischen den Meeren weiter etablieren. Gut so, auch wenn sich die Begeisterung bei den Wilsteranern offenbar noch in Grenzen hält. Aber vielleicht ist auch das nur noch eine Frage der Zeit.

Fußball

Spiel des VfL ist abgesagt

KELLINGHUSEN Wenige Stunden vor dem Anpfiff wurde die gestrige Heimpartie des Fußball-Vereins VfL Kellinghusen abgesagt. Das Ekki-Team hätte gegen die SG Geest spielen sollen. ml

Kicker trainieren im Schrittempo

Altliga-Team des SVA Wilster lässt sich in „Walking Football“ einweisen / Übungsabend mit dem SHFV-Inklusionsbeauftragten

Von Ulf Güstrau

WILSTER Das Tempo rausnehmen, mal einige Schritte gehen, diese Pause nimmt sich jeder Fußballer während eines Spiels. Doch nur Gehen? Wie geht das?

Beim Walking Football muss ein Fuß immer den Boden berühren, schon ein kleiner Hüpf ist ein Regelverstoß und bedeutet Freistoß für den Gegner. Der Schleswig-Holsteinische Fußballverband führt in diesem Herbst fünf Infoveranstaltungen durch, um den Bekanntheitsgrad dieser Variante des Fußballs zu erhöhen. „Walking Football“ oder, ins Deutsche übersetzt, „Geh-Fußball“ – ist eine neue Fußballvariante für Ältere bzw. all diejenigen, für die aufgrund von Einschränkungen, Verletzungen oder zu geringer Vorerfahrung bislang das „normale“ Fußballspielen im Verein nicht in Frage kommt.

Die Altligisten des SV Alemannia Wilster waren neugierig auf Walking Football und nahmen Kontakt zum Schleswig-Holsteinischen Fußballverband (SHFV) auf. Jeden Freitag trainieren die Altligisten oder spielen Freundschaftsspiele. Das Tempo ist nicht mehr ganz so hoch wie in jungen Jahren, aber es wird immer noch viel gelaufen und getrickst. Doch im Alter werden die „Wehwehchen“ mehr und es dauert länger, bis eine Verletzung auskuriert ist. „Also dachten wir uns, das probieren wir mal aus“, berichtet Thies Auhage von der SVA-Altliga, „auch wenn nicht alle von der Idee begeistert waren.“

Somit kam der 29-jährige Andy Watzlawczyk, Inklusionsbeauftragter im SHFV, ins Spiel. Er war in Wilster zu Gast und führte einen Trainingsabend durch. 20 Spieler fanden sich ein, unter ihnen auch Matthias Rogge und Udo Brandt vom MTV Wilster, die sich ebenfalls ein Bild von dieser Variante des Fußballs ma-

„Ich bin begeistert, so eine große Gruppe hatte ich bislang noch nie beim Walking Football.“

Andy Watzlawczyk
SHFV-Inklusionsbeauftragter

chen wollten. „Ich bin begeistert, so eine große Gruppe hatte ich bislang noch nie beim Walking Football“, sagte Watzlawczyk. Er betonte, dass diese Variante gerade für ältere Spieler sowie Spieler mit chronischen Verletzungen oder körperlichen Beeinträchtigungen sehr gut geeignet ist. Und man kommt auch beim Gehen ins Schwitzen.

Die Skepsis unter den Wilsteraner Fußballern war groß. „Ich muss beim Sport laufen“, war von vielen Aktiven zu hören.



Hochmotiviert: die Wilsteraner Trainingsgruppe mit Andy Watzlawczyk (oben r.). FOTO: ULF GÜSTRAU



Laufen und harte Zweikämpfe sind beim Walking Football nicht erlaubt.

FOTO: PATRICK NAWA

Und darin besteht auch die große Schwierigkeit. Ein Fuß muss immer den Boden berühren und der Ball darf nicht über Hüfthöhe gespielt werden. Rollt der Ball nur wenige Meter entfernt vorbei, ist man als Spieler immer wieder geneigt, hinterher zu laufen.

Doch dann gibt es Freistoß für den Gegner. Auch der Pass in den freien Raum eignet sich beim Geh-Fußball nicht so wirklich. Hier kommt es auf das genaue Zuspiel an.

Nach dem Trainingsabend war das Fazit unter den Trainierenden gemischt. Die

meisten der „Walking Dads“ vermissen das Laufen. Udo Brandt, Übungsleiter beim MTV Wilster, war nach anfänglicher Skepsis begeistert. Er möchte diese Variante des Fußballs auf jeden Fall einmal an einem Übungsabend auch beim MTV Wilster vorstellen.

Andy Watzlawczyk zeigte sich bei der anschließenden Grillwurst im Gespräch sehr zufrieden mit seiner Trainingsgruppe und warb für diese Sportart. Bei den Altligisten des SVA ist der Funke aber „noch“ nicht übergesprungen. Eine Woche später wurde wieder ganz „normal“ Fußball gespielt. Dass es für verletzungsanfällig, beeinträchtigte oder ältere Spieler eine gute Alternative sei, darin waren sich aber alle einig.

Eagles vor Schlüsselpartie bei Dresden Titans

ITZEHOE Es ist noch früh in der Saison in der BARMER 2. Basketball Bundesliga. Allerdings ist diese auch kurz mit 22 Partien, deshalb sagt Patrick Elzie: „Jedes Spiel ist wichtig – und einige sind wichtiger als andere.“ Der Auftritt seiner Itzehoe Eagles bei den Dresden Titans ist so ein Spiel. Sonnabend um 18 Uhr geht der Ball zum Sprungball in die Höhe.

Die Gastgeber haben wie die Eagles zwei Niederlagen und einen Sieg auf dem Konto. Der Gewinner vom Sonnabend sortiert sich im Mittelfeld mit Blick nach oben ein, der Verlierer fällt erst einmal zurück, weshalb Elzie der Begegnung das Etikett „richtungsweisend“ verleiht. In der Vorsaison verloren die Itzehoer bei den Titans in der Schlusssekunde, in ihrem ersten Heimauftritt in dieser

Spielzeit zerlegten die Dresdener das Team aus Stahnsdorf deutlich. Die Mannschaft sei noch besser als im vergangenen Jahr, sagt Elzie und hebt besonders 2,13-Meter-Center

Georg Voigtmann, Neuzugang Eric Palm sowie Lennard Larysz, Sohn des früheren Eagles-Trainers, hervor.

Es wartet also viel harte Arbeit auf die Itzehoer. Doch nach dem ersten Saison-erfolg am vergangenen Wochenende gegen Münster und vor dem Derby zu Hause gegen Wedel wollen sie in der Spur bleiben. Die Vorbereitung auf die Partie in Dresden wird ihrer Bedeutung angepasst: Die Eagles reisten bereits gestern an, trainierten abends und sind auch einige Stunden vor dem Spiel noch einmal zum Wurftraining in der Halle. lpe



Pat Elzie FOTO: RST

Lägerdorf und Reher spielen nicht

Fußball-Landesliga: Partie des BSC in Molfsee ist noch nicht abgesagt

ITZEHOE Wegen der Dauerregenfälle der letzten Tage wurden die Partien des TSV Lägerdorf (in Kronshagen) und des FC Reher/Puls (in Friedrichsberg) bereits am Freitag-Mittag abgesagt. Aus dem Westküstentrio kann lediglich noch der BSC Brunsbüttel (5./18) auf die Austragung der Sonnabend-Partie in Molfsee (8./14) hoffen.

TSV Kronshagen – TSV Lägerdorf abgesagt. Mit großer Vorfreude auf die Herausforderung beim Tabellenführer, aber auch mit dem nötigen Respekt wären die Lägerdorfer an den westlichen Stadtrand von Kiel gereist. Doch die Partie wurde bereits am Freitag Mittag abgesagt. „Für mich ist es nicht so überraschend, dass die Kronshagener als Aufsteiger oben in der Tabelle stehen“, sagt Lägerdorfs Teamchef Jörn Skottke. Der Trainer weiter: „Der TSV hat eine sehr gute Mischung aus erfahrenen und jungen, talentierten Spielern, wobei die

Leistungsträger auch schon höherklassig gespielt haben.“ Gefehlt hätte Torge Kunter (privat verhindert) und auch Alexander Feist plagte sich mit muskulären Problemen. Torben Matz ist in dieser Woche allerdings wieder ins Training eingestiegen.

SpVg Eider Molfsee – BSC Brunsbüttel (Sbd. 15 Uhr). Der BSC will in Molfsee seine Erfolgsserie (vier Siege am Stück) fortsetzen und spielerisch an die zuletzt gezeigten Leistungen anknüp-



Seine Verletzung kann Reherers Timo Albers (l.) in Ruhe auskurieren. FOTO: GÜNTHER SCHADE

fen. Fußballobmann Benjamin Hübner erwartet allerdings einen sehr starken Gegner. „Dennoch“, so Hübner, „freut sich die Mannschaft auf die wichtige Aufgabe und geht mit viel Selbstvertrauen in die Partie.“ Personell meldet der Liga-Manager alle Mann an Bord. Noch keine Entscheidung gibt es allerdings in Bezug auf die Rot-Sperre von Timo Henning und dem laufenden Protestverfahren.

TSV Friedrichsberg-Busdorf – FC Reher/Puls abgesagt. Etwas Zählbares hätten die Reheraner nach den jüngsten Enttäuschungen (sieben sieglose Spiele, darunter drei Unentschieden) zu gern aus Friedrichsberg mitgenommen. Doch auch diese Partie fiel am Freitag-Mittag den Regenfällen zum Opfer. Timo Albers klagte über Oberschenkel-Probleme und musste gegen Jevenstedt aus dem Spiel genommen werden. Sein Mitwirken wäre ohnehin sehr fraglich gewesen. schö