

## Neues aus dem DJK-Diözesanverband Freiburg

### Vertiefung

Gott begegnen  
in den Bergen  
S. 3

### Schulung

Fit und bewegt  
im Alter  
S. 6

### Ausbildung

Spirituelle  
DJK-Nordic-  
Walking-  
Instructor  
S. 8



## Bergexerziten 2017 *„Was ist wichtig für mein Leben?“*

**INHALT**

**Verband aktuell**

- Bergexerzitionen 2017 3
- Fortbildung Seniorensport 6
- Frauenausflug 7
- Ausbildung  
Nordic-Walking-Instructor 8

**Kirche & Sport**

- Christlich-Islamisches  
Fußballspiel 13

**Jugend**

- Klausurwochenende  
der Diözesanjugendleitung 14

**Vereine**

- DJK Welschensteinach 14
- DJK Au am Rhein 16

**Sport**

- Tischtennis - Theresa Lehmann 16
- Tischtennis - DJK Offenburg 17
- Fußball E-Junioren  
DJK Villingen 18

**Termine**

- Terminplan 19

**Lehrbeilage**

- Sportliche Medien 9-12

**IMPRESSUM**

**Anschrift:**

DJK Sportamt,  
Postfach 449, 79004 Freiburg  
Tel. 0761 / 514 42 48  
Fax 0761 / 5144-76248  
eMail:  
djk@seelsorgeamt-freiburg.de

**Kernzeiten im Sportamt:**

Dienstag 8.00 - 16.00 Uhr  
Mittwoch, Donnerstag 8.00 - 14.00 Uhr

**Herausgeber:**

DJK Sportverband  
Deutsche Jugendkraft e.V.  
Diözesanverband Freiburg  
Postfach 449, 79004 Freiburg i.Br.  
www.djk-dv-freiburg.de

**Redaktion:**

Michael Gosebrink, Wolfgang Mayer,  
Barbara Kiefer

**Gestaltung und Herstellung:**

Marketing & Sport · Klaus Dold  
Mühlsbach 5 · 77790 W-Steinach  
Tel. 07832 / 979947 · Fax 07832 / 979948  
eMail: klaus.dold.angriff@t-online.de  
www.angriff-sport.de

Die Diözesanmitteilungen erscheinen vierteljährlich (März, Juni, September, Dezember).

Redaktionsschluss ist der 15. des Vormonats, gerichtet an die o. g. Adresse.

Berichte und Artikel müssen nicht mit der Ansicht der Redaktion übereinstimmen. Die Redaktion behält sich vor, Berichte zu kürzen. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion.

Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

# Gott begegnen in den Bergen

## Bergexerziten in Südtirol

„Entdecke durch die Einfachheit des Berglebens, was für dich im Leben wirklich wichtig ist“.

Raus aus dem Alltag, rein in die Berge - Gott begegnen - den eigenen Rhythmus finden, Bergsteigen, in mitten Gottes Schöpfung zur Ruhe kommen, sich bewusst Zeit für sich selbst und für Lebensfragen nehmen. Hierfür stehen Bergexerziten. Sechs Tage lang waren wir, zehn junge Erwachsene aus verschiedenen Gebieten der Erzdiözese Freiburg sowie aus den Nachbarbistümern Limburg und Mainz, in den Bergen Südtirols - genauer: in den Dolomiten - unterwegs. Von Hütte zu Hütte, durch saftig grüne Weidenlandschaften, entlang traumhaft schöner Höhenwege, über felsige Bergrücken und sogar durch den bekannten „Rosengarten“, gelegen im Herzen der Dolomiten, sollte uns unsere sechstägige Bergtour führen, die ihren Ausgangspunkt in Ums, bei Völs am Schlern, nahm. Wahrnehmen, was ist - voller Demut und Dankbarkeit annehmen, was ist.

Das Thema Achtsamkeit spielt bei Exerziten eine große Rolle. Erst einmal innezuhalten und zu klären, was gerade ansteht, ist wichtig, um sich freimachen und öffnen zu können für alle Erfahrungen und Begegnungen in der Zeit der Exerziten. Ein morgendlicher Impuls zu Beginn einer jeden Touretappe bereitete uns daher vor, uns in diese Achtsamkeit einzüben - die Achtsamkeit mit uns selbst, mit den Mitmenschen sowie in der persönlichen Begegnung mit Gott. So stand auch die erste Kurzetappe - von Ums zur Hofer Alpe - ganz unter dem Motto der eigenen, inneren Standpunktsuche.

Welche Lasten trage ich mit mir herum? Frei gewählt oder aufge-

zwungen? - Allein sein - gemeinsam mit Gott?! - Wo ist Gott eigentlich? - Perspektivenwechsel - Sich getragen wissen dürfen. - Wir sind die Liebesgedanken Gottes. - Gott danken.

Jede unsere Bergetappe stand unter einem bestimmten Thema, das uns den Tag über begleiten sollte. Ein paar der Teilnehmer/-innen verband zwar der Wunsch, während der Exerziten, bewusst den Alltag hinter sich zu lassen, doch bei der Begegnung mit sich selbst gehört es dazu, sich mit den Lasten im eigenen Leben auseinanderzusetzen, um etwa neue (bessere) Umgangsstrategien zu finden. Für das Päckchen, das sprichwörtliche jeder zu tragen hat, stand hier sinnbildlich unser vollgepackter, ca. zehn Kilo schwerer Wanderrucksack. Es war sodann auch eine sehr eindrückliche Erfahrung, einmal den Rucksack einer(s) andere(n) Teilnehmer(s)/-in ein Stück weit zu tragen und zu fühlen, welche Last diese(r) den ganzen Weg mit sich zu tragen hatte.

Die einzelnen Tagesetappen waren thematisch sowie streckenmäßig sehr abwechslungsreich gestaltet. Steile Abschnitte boten die Gelegenheit des In-sich-Kehrens und Schweigens, breite malerische Höhenwege luden zum Austausch über die Erfahrungen und zum Unterhalten ein. Abgerundet wurde jeder Tourenabschnitt durch das gemütliche Beisammensein beim Abendessen in den jeweiligen Hütten. Das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit von Ignatius von Loyola vor dem Schalfengehen bildete sodann den jeweiligen Tagesabschluss und die Gelegenheit, gemachte Erfahrungen Revue passieren zu lassen.

In Mitten hoher Berge Gott suchen. Einen geeigneteren Ort kann es kaum geben, hier waren sich alle Teilnehmer/-innen einig. Nachdem uns die zweite Etappe von der Hofer Alpe zum Schlernhaus geführt hatte und wir von dort zur Lankofelhütte gewandert waren, führte uns am vierten Tag ein schmaler Weg eine steile Scharte hinauf. Dieser Aufstieg regte geradezu an, nach Gott zu suchen. Gedanken des Hl. Ignatius und des Meister Eckarts inspirierten uns, diesen aber nicht etwa am Gipfel suchen, sondern in allen Dingen, in jedem Menschen und in unserem Herzen. Über die Tierser Alpe, gefolgt vom steilen Abstieg „durch“ das mysteriöse Bärenloch, ging es hinauf zur Tschafohnhütte. Ein kleiner Aufstieg weiter, oberhalb der Tschafohnhütte mit Blick auf Bozen, fand die Bergtour schließlich mit einem Gottesdienst ihren offiziellen Abschluss. - Gott danken. - Danken, dass wir eine so wundervolle Bergtour bei strahlendem Sonnenschein genießen durften, um uns auf diese Weise auf das „wirklich Wichtige“ unseres Lebens zu besinnen und um in Gemeinschaft und umgeben von Gottes Schöpfung neue Kraft zu tanken für all die kommenden Herausforderungen des Alltags.

Ein herzliches Dankeschön gilt an dieser Stelle insbesondere den Organisatoren Ela Bradl, Leiterin der Fachstelle für junge Erwachsene der Erzdiözese Freiburg und Michael Gosebrink, Leiter der Fachstelle Kirche und Sport / DJK, der Erzdiözese Freiburg, die diese Bergexerziten organisiert und durchgeführt haben.

Danke für eine tolle Zeit in den Bergen!



# Impressionen aus Südtirol





# Bergexerzitionen 2017



# Fit und bewegt im Alter

## DJK Villingen bot Tipps für Seniorentaining an



Der Vorsitzende der DJK Villingen Ulrich Junginger (links), Diözesanfrauenwartin Margit Holler, Ingrid Huber von der DJK Villingen sowie DJK-Diözesanfrauenwartin Sabine Landen von der DJK Donaueschingen waren unter anderem mit der Organisation und Durchführung der DJK Fortbildung "Fit und bewegt im Alter" maßgeblich beteiligt.

Aus Mannheim, Au am Rhein, sowie aus der näheren Umgebung wie aus St. Georgen und Donaueschingen kamen die Teilnehmerinnen am Samstag in die Hoptbühlhalle, wo die DJK Villingen Ausrichter einer Weiterbildungsveranstaltung des DJK Diözesanverbandes Freiburg zum Thema "Fit und bewegt im Alter" war. Der erste Vorsitzende der DJK Villingen Ulrich Junginger begrüßte die Gäste und wünschte ihnen eine gelungene Fortbildung. Die allesamt in der Seniorenarbeit tätigen Lehrgangsteilnehmerinnen wurden gleich zu Beginn fitgemacht, galt es jedoch zuerst 45 Minuten sich mit dem Thema Gymnastik auf Stühlen auseinanderzusetzen. DJK Diözesanfrauenwartin Margit Holler leitete den Workshop, bei dem es in erster Linie um Sitz-aerobic ging. Danach leitete die Seniorenbeauftragte im DJK Verband Inge Welcker-Herbig einen Workshop zum Thema MAT (mentales

Aktivierungstraining). „Geist und Körper“, so die Fortbildnerin "müssen im Alter betätigt werden." „MAT-Gehirnjogging ist Gehirnleistungstraining und hat zum Ziel, die geistige Leistungsfähigkeit zu

erhalten oder zu verbessern. Das Gehirn muss wie das Herz täglich gefordert werden“, so Welcker-Herbig. Mit speziellen Übungen wurden die Teilnehmerinnen sensibilisiert. Neben der Verbesserung der allgemeinen geistigen Leistungsfähigkeit werden auch kognitive Fähigkeiten und mentales Wohlbefinden gestärkt. Die Teilnehmerinnen durften spezielle Übungen selber ausprobieren. Man war sich einig, dass das MAT-Gehirnleistungstraining zur Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, besserer Aufmerksamkeit, erhöhtem Reaktionsvermögen, verbessertem Koordinations- und Assoziationsvermögen, besserer Gedächtnisleistung, Stressreduktion und geistigem Wohlbefinden führen kann und älteren Mitmenschen sehr gut tut.

Vor der Mittagspause wurde dann noch getanzt. „Seniorentanz ist in den Vereinen, aber auch in Alten-

Forts. S. 7



Die Seniorenbeauftragte im DJK Diözesanverband Inge Welcker-Herbig (stehend) leitete bei der Fortbildung "Fit und bewegt im Alter" bei der DJK Donaueschingen den Arbeitskreis zum Thema Mentales Aktivierungstraining (Gedächtnistraining), das bei den Teilnehmerinnen aus dem Diözesangebiet bestes angenommen wurde.

werken auf Pfarreiebenen oder bei Bildungswerksveranstaltungen sehr beliebt", so die Tanztherapeutin Christa Layer von der DJK Mannheim. Am Nachmittag stellte sie nochmals einige Kreistänze vor. Margit Holler stellte zudem noch eine besondere Gymnastikeinheit vor, die Senioren sehr gut bewältigen können. Sie nannte den Workshop "Eine runde Sache", galt es doch Übungen mit dem Tennisball zu bewerkstelligen. „Dabei werden Dehnungen vorgenommen, die Muskeln werden entspannt und gekräftigt" so Holler. Die Übungen wurden auf spielerische Art vermittelt und machte wie die ganze Veranstaltung den Teilnehmerinnen großen Spaß: Man war sich am Ende einig, dass es eine gelungene Veranstaltung war, die durch die DJK Villingen mit Ingrid Huber und ihren Mitorganisatorinnen bestens organisiert wurde.



*Ihr Gedächtnis mussten die Teilnehmerinnen bei der Fortbildung der DJK Villingen am Samstag in der Hoptbühlhalle zum Thema "Fit im Alter" unter Beweis stellen. Dabei werden mit verschiedenen Übungen Denk- und Bewegungsformen einstudiert, die immer wieder neue Reize setzen, um die grauen Zellen zu aktivieren.*

## **Frauenausflug nach Bad Herrenalb**

### **Landesgartenschau beeindruckte beim DJK-Frauenausflug 2017**

Dieses Jahr führte uns der Frauenausflug nach Bad Herrenalb, zur Landesgartenschau. Bad Herrenalb liegt inmitten des Naturparks Schwarzwald-Nord. Eine ideale Lage, um dieses ursprüngliche Fleckchen Erde zu erkunden.

Dies war auch ein Magnet für unsere DJK-Frauen: es nahmen 68 Frauen aus 7 verschiedenen DJK-Vereinen teil.

Der Tag begann für uns um 10:30 Uhr in Bad Herrenalb, zum Glück setzte der vorhergesagte Regen erst gegen Spätnachmittag ein, so dass wir den Tag in der Natur „trocken“ erleben durften.

Der Ausflug begann mit einer Führung über das Gartenschau-gelände. Hier erfuhren wir Wissens-

wertes über die Stadt, die Region, die Wälder um Bad Herrenalb und über die Fauna. Das gesamte Ausstellungsgelände erstreckt sich über die neu angelegten Albgärten, den neu gestalteten Kurpark sowie das historische Klosterviertel von Bad Herrenalb.

Nach dem Mittagessen, das wir gemeinsam im Kurhaus einnahmen, stand der restliche Nachmittag zur freien Verfügung. Jede konnte nun den eigenen Interessen nachgehen und sich die Highlights noch einmal in Ruhe anschauen und genießen. Es wurde auf dem gesamten Gelände viel geboten. Es gab Musik-events, Cafés, kleine Shops, einen Naturmarkt, Infostände über den Wald, Holz, sowie viele Sitzgele-

genheiten zum Ausruhen. Und natürlich Blumen, stilvoll angelegte Gärten, Kunst, kurzum: hier kam jede auf ihre Kosten.

Der Tag ging viel zu schnell vorbei. Ehe wir uns versahen, war es auch schon 17.00 Uhr. Die Ersten fuhren nach Hause, mit der Bahn.

Ein gelungener Ausflug. Mal schauen, wo uns der nächste Ausflug hinführt!

Sabine Landen

# „Walking to Heaven“

## Gelungene Ausbildung zum spirituellen DJK-Nordic Walking Instructor

Zum zweiten Mal nach 2015 gab es nunmehr die Möglichkeit an der Ausbildung zum spirituellen DJK-Nordic Walking Instructor in der Sportschule Schöneck bei Karlsruhe teilzunehmen. Die DJK-Ausbildungsinitiative Südwest - bestehend aus den Diözesanverbänden Mainz, Speyer, Limburg, Trier und Freiburg - hatte die Organisation übernommen und 16 begeisterte Nordic Walker folgten der Einladung.

In der Ausbildung ging es in erster Linie darum, die grundlegende Technik des Nordic Walking zu erlernen und zu vermitteln. Bereits in dieser Phase wurden spirituelle Elemente impulshaft aufgegriffen und eingestreut, sodass eine gelungene Mischung aus körperlicher, geistiger und seelischer Beanspruchung entstand, die sichtlich gut tat. So wurde der Einsatz der Stöcke, das Lösen des Griffes, die individuelle Schrittlänge, der eigene Rhythmus, die Atmung, unterschiedliche Geländepassagen, aber auch das sich Aufwärmen und miteinander „warm“ werden thematisiert und in Lebenssituationen überführt. Dabei liefen spannende Prozesse ab, die



sowohl den Einzelnen ansprachen, aber auch die Gruppe beschäftigten. Die Auseinandersetzung mit dem Glauben und dem Leben bildete den roten Faden eines besonderen Akzentes durch und im Nordic Walking, einem „Walking to heaven“.

Die drei Tage im Juni bereiteten Spaß und Freude und zeigten einen anderen Zugang zum Sport auf, der typisch das Anliegen der DJK darstellte und deutlich machte. Ein Stationengottesdienst in der Natur sowie die Erarbeitung eigener

Forts. S. 13

# Sportliche Medien in der Mediathek für Pastoral und Religionspädagogik

**Wie wäre es mit einem Doppel von DJK und Mediathek?** Passen denn Angebote und Zielgruppen überhaupt zusammen? Wo liegt die Schnittmenge zwischen Sport und der Mediathek für Pastoral und Religionspädagogik? In „sportlichen“ Medien!

**Die Mediathek** bietet Filme und Literatur im Verleih und im Download an, bei denen sich zwar augenscheinlich viel um die Faszination Fußball dreht, aber auch ganz andere Aspekte von Sieg und Niederlage in den Blick kommen. Mediathek-Medien sind gratis und rechtlich

sicher einsetzbar, auch in Veranstaltungen. Wir stellen Ihnen in „djk bei uns“ in mehreren Lehrbeilagen zunächst ein breites Spektrum an sportlichen Filmen und dazu passender Literatur vor, die nach Altersgruppen gegliedert sind: Kinder, Jugendliche, Erwachsene. Wenn Sie diese Angebote (noch) nicht überzeugen, dann sollten Sie am Schluss die Hinweise zum Beratungs- und Medien-Service, den Nutzungsbedingungen und einigen besonderen rechtlichen Aspekten lesen. - Jedenfalls: Mediathek und DJK im Erzbischöflichen Seelsorgeamt sind gespannt, ob dieses neue Doppel erfolgreich ist. Sie entscheiden mit!

Zum Heraustrennen und Archivieren!

## Teil 1 - Filme für Jugendliche



**Und vorne hilft der liebe Gott**  
Lernen von den Stars  
Was haben die Profifußballer Anthony Ujah, Daniel Didavi, Elias Kachunga, Roger de Oliveira Bernardo, David

Alaba, Sven Schipplock und Trainer-Star Jürgen Klopp gemeinsam? Sie alle sind tief in ihrem christlichen Glauben verwurzelt, leben ihn tagtäglich und schöpfen aus ihm Kraft - eine Seltenheit in einem Business, das man im Allgemeinen mehr mit Geld, Konkurrenz und Oberflächlichkeit als mit Spiritualität in Verbindung bringt.  
*Dokumentarfilm, 36 Min., Deutschland, 2016, Eignung ab 10 Jahren*

Sportliche Medien



**Der ganz große Traum**

...oder wie der Lehrer Konrad Koch den Fußball nach Deutschland brachte. Konrad Koch wird 1874 am Braunschweiger Martino-Katharineum als Englischlehrer eingestellt. Er erkennt schnell, dass er zu unkonventionellen Mitteln greifen muss, wenn er die Aufmerksamkeit seiner Schüler wecken will. Bei einem längeren Englandsaufenthalt hatte Koch neben der Sprache auch das in Deutschland noch unbekannte Fußballspiel kennengelernt. Die neue Sportart soll der Schlüssel zu Herz und Verstand seiner Schüler werden. Er hat Erfolg, erregt damit aber den Argwohn der preußisch gesinnten Lehrerschaft und einflussreicher Eltern. Jetzt müssen die Schüler um Konrad Koch kämpfen, wenn er weiter ihr Lehrer bleiben soll.  
*Spielfilm, 109 Min., Deutschland, 2010, Eignung ab 10 Jahren*

**Thomas Hitzlsperger**

Eine Freundschaft im Township  
 Die Dokumentation begleitet den populären deutschen Fußballer Thomas Hitzlsperger bei seinem Besuch in Südafrika im Sommer 2009. Genau ein Jahr vor Beginn der Fußball-WM 2010 macht sich der Nationalspieler kurz entschlossen auf in das Land am Kap. Ohne Presse und Bodyguard verbringt er einen Teil seines Urlaubs in einem der gefährlichsten Townships Südafrikas, in Khayelitsha. Er begegnet Menschen, die zu den Hoffnungslosen und Verstoßenen zählen, Hitzlsperger verbringt mehrere Tage in Khayelitsha, mit ca. 1,5 Mio. Einwohnern das zweitgrößte Township in Südafrika. Fast die Hälfte der Kinder dort sind HIV-positiv, was für viele das Todesurteil bedeutet. Einige von ihnen lernt er im Center der Organisation „Ubuntu Africa“ persönlich kennen, und mit

ihnen die Begründerin, die Amerikanerin Whitney Johnson, die ihr ganzes Leben umgekrempelt hat, um in das Leben dieser Kinder wieder Hoffnung zu bringen.  
*Dokumentarfilm, 33 Min., Deutschland, 2010, Eignung ab 10 Jahren*

**Die goldene Kugel**

Fußbälle made in Pakistan  
 Rund 70 Prozent aller Fußbälle stammen aus der Industriestadt Sialkot im Pakistan. 50.000 Näherinnen und Näher fertigen hier in über tausend Werkstätten Bälle für den Weltmarkt. Die Filmemacher geben Einblick in den Arbeitsalltag von Menschen, für die der Ball nicht Ruhm und Reichtum, sondern schlicht das Überleben bedeutet.  
*Dokumentarfilm, 29 Min., Österreich, 2010, Eignung ab 12 Jahren*



**Invictus - Unbezungen**

Wegen seines heldenhaften Kampfes gegen die Apartheid saß Nelson Mandela 27 Jahre im Gefängnis. Was also tut er, als er zum Präsidenten von Südafrika gewählt wird? Er lehnt jede Vergeltung ab, vergibt seinen Peinigern und hofft auf Versöhnung. Die findet er auf unerwartetem Terrain - dem Rugby-Feld. Clint Eastwood inszeniert meisterhaft diesen mitreißenden Film über ein Volk und eine Mannschaft, die durch die Geste des Präsidenten über sich selbst hinauswuchsen. Morgan Freeman wurde mit seiner Leistung für den „Oscar“ nominiert. Als Mandela bittet er den Kapitän der Rugby-Nationalmannschaft und sein Außenseitenteam, das Unmögliche möglich zu machen und die Weltmeisterschaft zu gewinnen. Ein Team, ein Land.  
*Spielfilm, 133 Min., USA, 2009, Eignung ab 12 Jahren*

**Fair Pay - Fair Play**

Bälle aus Fairem Handel

Der Film zeigt am Beispiel der pakistanischen Fußballnäherin Rahila, wie die Näherinnen vom Fairen Handel der GEPA profitieren, und wie viel Spaß Jugendlichen im Irak und in Deutschland der „Kick“ mit den Bällen macht. *Dokumentarfilm, 12 Min., Deutschland, 2006, Eignung ab 10 Jahren*

**Saint Ralph - Ich will laufen**

Die Mutter des vierzehnjährigen Ralph Walker fällt ins Koma. Der anfangs verzweifelte Junge

ist aber davon überzeugt, dass er ein Wunder bewirken und seine Mutter zurück ins Leben bringen kann, wenn er den 1954er Boston Marathon gewinnt. Also beginnt er zu laufen, obwohl er sich eigentlich viel lieber mit Freunden rauchen oder Mädchen treffen würde. Tatsächlich erreicht er eine Form, die den Sieg im Marathon nicht mehr ganz aussichtslos erscheinen lässt. Doch dann kollidiert er mit den strengen Regeln der Gesellschaft: Sein Schuldirektor will ihn von der Schule werfen, wenn er nach Boston fährt, die Freunde wenden sich ab und glauben nicht an ihn, sein Elternhaus brennt ab. Aber trotz aller Schwierigkeiten findet sich Ralph Walker zum Start des Marathons ein und läuft das Rennen seines Lebens ... *Spielfilm, 98 Min., Kanada, 2004, Eignung ab 12 Jahren*

**Im Rhythmus der Stille**

Sarah Neef ist eine gefeierte Ballettänzerin und spricht fünf Sprachen. Allerdings hat sie diese noch nie in ihrem Leben gehört, da sie seit ihrer Geburt taub ist. Nur durch das Lesen der Lippen kann die junge Frau ihre Mitmenschen verstehen; Musik nimmt sie mit dem Körper wahr. Die Film Autoren zeichnen ein Porträt der Künstlerin und sensibilisieren für die Welt der Gehörlosen. *Dokumentarfilm, 59 Min., Deutschland, 2002, Eignung ab 12 Jahren*



**Am seidenen Faden**

Der packend inszenierte Film zeigt einen Bergsteiger, der mitten im Winter eine gefährliche Steilwand hinaufklettert. Er will den Zweikampf mit dem Berg unbedingt gewinnen. Am Ende hängt er völlig hilflos im Seil, umgeben von der Dunkelheit der Nacht. Er bittet Gott um Rettung. Gott antwortet ihm: „Glaubst du wirklich, ich hätte die Macht, dich zu retten? ... Dann kapp' das Seil!“ So groß ist der Glaube des Bergsteigers dann doch nicht, und am nächsten Morgen findet man ihn erfroren - einen Meter über dem Boden hängend. - Spanisch mit deutschen Untertiteln. *Kurzspielfilm, Kurzfilm, 9 Min., Spanien, 2005, Eignung ab 12 Jahren*

**Jamila**

Jamila ist 16 und spielt Fußball in einer niederländischen Damenmannschaft. Als Spielerin überzeugend und anerkannt spürt sie aber auch Vorbehalte der Mitspielerinnen, wenn sie als gläubige Muslima auf dem Platz ihr Kopftuch trägt oder allein zum Duschen geht. Trotzdem kann sich Jamila ein Leben ohne Fußball nicht vorstellen. Die Dokumentation führt in den Konflikt zwischen religiösen Regeln und westlichen Lebensgewohnheiten ein, den ein junges islamisches Mädchen austragen muss. Zusätzlich zum Film bietet die DVD in einem ROM-Teil weitere Unterrichtsmaterialien. *Dokumentarfilm, 15 Min., Niederlande, 2006, Eignung ab 14 Jahren*

## Beratungs- und Medien-Service

Derzeit führt die Mediathek 7.000 Medien-Titel in ihrem Angebot. Wir beraten Sie gerne, wenn es um die passende Auswahl für Ihre Veranstaltung geht. Alle Medien können zudem im Internet unter [www.medienzentralen.de/freiburg](http://www.medienzentralen.de/freiburg) recherchiert und ausgeliehen werden. Zuvor ist eine Registrierung erforderlich. Wenn Sie mehr als 20 km von Freiburg entfernt wohnen, schicken wir Ihnen die ausgeliehenen Medien gerne zu. Sie tragen dabei nur das Rückporto. Digital geht es auch, denn mehr als 400 Filme stehen bereits als Download zur Verfügung, darunter auch einige der hier empfohlenen „sportlichen“ Titel. Um downloaden zu können, sollten Sie allerdings beruflich oder ehrenamtlich im katholischen Bildungsbereich oder in der DJK tätig sein.

## Kontakte

Erzbischöfliches Seelsorgeamt  
Abteilung I Pastorale Grundaufgaben  
Mediathek für Pastoral und  
Religionspädagogik  
Okenstraße 15  
79108 Freiburg  
Tel: 0761/5144-252  
[mediathek@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:mediathek@seelsorgeamt-freiburg.de)

Öffnungszeiten  
Montag: 12.30 – 17.00 Uhr  
Dienstag: 12.30 – 17.00 Uhr  
Mittwoch: 13.30 – 17.00 Uhr  
Donnerstag: 16.00 – 19.00 Uhr

[www.medienzentralen.de/freiburg](http://www.medienzentralen.de/freiburg)  
[www.mediathek-freiburg.de](http://www.mediathek-freiburg.de)

## Nutzungsbedingungen

Der Mediathek-Medien-Service ist kostenfrei, bis auf das ggf. anfallende Rückporto. Nutzungsberechtigt sind Personen im Bereich der Erzdiözese Freiburg. Die Medien werden leihweise für 2 Wochen zur Verfügung gestellt, Verlängerungen sind möglich. Download-Filme stehen in der Regel zeitlich unbegrenzt zur Verfügung. Voraussetzung ist ein gültiger Account im Medienportal. Eine Registrierung und Freischaltung unter [www.medienzentralen.de](http://www.medienzentralen.de) für den Lizenzbereich der Erzdiözese Freiburg ist erforderlich.

Autor: Thomas Belke,  
Dipl.-Religionspädagoge (FH), Leiter der  
Mediathek für Pastoral und  
Religionspädagogik im Erzbischöflichen  
Seelsorgeamt Freiburg  
Layout: Barbara Kiefer,  
Redaktion „djk bei uns“

## Rechtliche Aspekte

Wenig bekannt ist, dass der Einsatz von Filmen über den privaten Rahmen hinaus eine besondere Voraussetzung erfordert, das sogenannte Ö-Rechte. Damit ist das Recht zur öffentlich-nicht-gewerblichen Nutzung eines Filmes (DVD oder Download) gemeint – im Unterschied zu den Home-Rechten, die mit einer üblichen „Kauf-DVD“ verbunden sind. Alle Mediathek-Filme haben diese Ö-Rechte. Beim Einsatz von Spielfilmen in Veranstaltungen sind noch weitere Punkte zu beachten, z.B. das sogenannte Außenverbot. Wie es sich damit näher verhält oder was es mit der GEMA auf sich hat, darüber beraten wir Sie gerne persönlich. Informationen dazu finden Sie aber auch unter: [www.mediathek-freiburg.de](http://www.mediathek-freiburg.de) >>> Lizenzen & Rechte.



Gedanken zum Thema schlossen eine gelungene Veranstaltung ab. Nach erfolgter Techniküberprüfung durch Videoanalysen und modellhaften Impulseinheiten erhielten die Teilnehmenden ihre Zertifikate. Diese Ausbildung befähigt dazu, eine Nordic Walking Gruppe aufzubauen und anzuleiten sowie spirituelle Impulse zu setzen und auch zu entwickeln. Dies selbstverständlich optimal in der Kombination zwischen DJK-Sportvereinen und Kirchengemeinden, damit das Thema „Kirche und Sport“ mit Leben gefüllt wird.



## Fairness und Kameradschaft

### Christlich-islamisches Fußballspiel bei der DJK Ost in Karlsruhe



Am 5. Juli 2017 kam es zur 11. Neuauflage des christlich-islamischen Fußballspiels wieder einmal auf dem Sportgelände der DJK Karlsruhe-Ost. Im Namen der christlich-

islamischen Gesellschaft Karlsruhe begrüßte Pfarrer Erhard Bechtold die Aktiven und Zuschauer zum jährlichen Freundschaftsspiel. Trotz großer Hitze lieferten sich beide

Mannschaften ein flottes und spannendes Spiel, das von Fairness und Kameradschaft geprägt war. Und wie immer standen die persönlichen Begegnungen und die Freude am Spiel im Mittelpunkt des Treffens, das mit einem Grillfest auf dem benachbarten Caritas-Gelände in die dritte Halbzeit ging.

## Gelebtes Ehrenamt am Bodensee Klausurwochenende der Diözesanjugendleitung

Die Diözesanjugendleitung traf sich im Juli zu einem gemeinsamen Klausurwochenende in Gaienhofen am Bodensee. In gemütlicher Atmosphäre wurden die kommenden Veranstaltungen geplant, personelle Veränderungen besprochen und neue Ideen für die Jugendarbeit gesponnen.

Auch die Gemeinschaft kam dabei nicht zu kurz, ob beim Grillen, Segeln oder abendlichem Zusammensitzen. Hierfür bot das Haus direkt am Bodensee den perfekten Rahmen.



## DJK-Pfingstsportfest ein Renner Aktiv mitmachen kommt bestens an

Ein perfektes Festwetter lieferte den äußeren Rahmen für den riesigen Zuspruch beim Pfingstsportfest der DJK Welschensteinach. „Entgegen aller Prognosen blieb der Regen aus, pünktlich zum Festbeginn lachte die Sonne am Himmel und wir hatten an beiden Tagen so viele Besucher wie schon lange nicht

mehr“, sagte DJK-Vorsitzender Hans-Peter Steiner. „Unser Mammutprogramm mit viel Sport, Musik und guter Unterhaltung konnten wir wieder mit einem positiven Fazit durchziehen und abschließen“. Den Beginn machte am Freitag Abend ein Kleinfeldturnier für AH-Mannschaften, das mit acht Teams be-

setzt war und von der SG Schweighausen gewonnen wurde. Am Sonntag Morgen war dann der jüngste Fußballnachwuchs der Region beim Bambini- und F-Jugend Fairplay-Turnier im Einsatz und auch hier war das Zuschauerinteresse schon groß, denn gerade diese Spiele nutzen

Forts. S. 15



*Pfarrer Klaus Klinger feierte den Gottesdienst im Zelt beim Pfingst-Sportfest der DJK Welschensteinach. Die DJK-Jugend gestaltete diesen mit.*

dann auch viele Eltern und Großeltern, um zu schauen, was der Nachwuchs fußballtechnisch schon drauf hat. Das Krempelturnier am Nachmittag war mit neun Herren- und drei Damenmannschaften besetzt und die gute Stimmung der Gruppen- und Platzierungsspiele setzte sich nach der Siegerehrung im Festzelt bis in den frühen Morgen fort, als DJ André bei der After-Match-Party auflegte und kräftig einheizte. Das Thema des Festgottesdienstes am Pfingstmontag Morgen im Festzelt lautete: „Fußball und Glaube in engem Verhältnis“. Pfarrer Klaus Klinger wählte dazu in seiner Predigt verschiedene Beispiele aus dem alltäglichen Leben, welche Parallelen Sport und Glaube haben können. Andrea Brüstle (Akkordeon) und Melanie Klausmann (Gitarre) sowie die Jugend der DJK Welschensteinach mit Fürbitten und Texten gestalteten den Gottesdienst mit. Anschließend präsentierte die Musikkapelle Welschensteinach unter der Leitung von Dirigent Adam Kalbfuß beim Frühschoppenkonzert zum ersten Mal ihr neues

Programm, mit dem sie bei den Sommerkonzerten auftreten wird. Die ausgewogene Mischung aus traditioneller und moderner Blasmusik kam beim Publikum sehr gut an, das immer wieder mitklatschte. Zum Abschluss des Festprogramms gab es dann am Nachmittag noch einen Leckerbissen für die Freunde des Jugendfußballs. André Malinowski, ehemaliger Spieler der DJK Welschensteinach und jetzt in Dien-

sten des Südbadischen Fußballverbandes, war mit dem Förderkader U16 des SBFV, also den besten B-Junioren aus dem südbadischen Raum, nach Welschensteinach gekommen, um gegen eine Auswahl von B-Jugendlichen der Raumschaft Haslach anzutreten. Auch hier fanden sich gut 200 Zuschauer ein, um den Nachwuchs der DJK Welschensteinach, des SV Steinach, des SV Haslach, des SV Mühlenbach, des SC Hofstetten und des FC Fischerbach im Spiel gegen die Verbandsauswahl zu sehen. Die von vielen befürchtete Katsche blieb aus, denn die Junioren der Raumschaft zeigten sowohl spielerisch als auch kämpferisch eine sehr gute Vorstellung und sie mussten sich nur mit 0:2 geschlagen geben. „Bei unserem abwechslungsreichen Programm kann man als Besucher nicht nur zuschauen, sondern es bietet dem Einzelnen, den Familien oder Mannschaften auch die Möglichkeit, aktiv mitzumachen und das kommt offensichtlich an“, fasste DJK-Vorsitzender Hans-Peter Steiner das Festwochenende zusammen.



*Die Musikkapelle Welschensteinach unter der Leitung von Adam Kalbfuß spielte am Pfingstmontag beim DJK-Sportfest zum Frühschoppen auf.*

## „Prävention vor sexualisierter Gewalt“ DJK-Jugend Schulung bei der DJK Au am Rhein

Schutz vor sexueller Gewalt ist bei der DJK-Jugend in Au am Rhein ein wichtiges Thema. Deshalb wurden am 18.07.2017 die ehrenamtlichen Helfer aus den Jugend-Bereichen Bogenschießen, Jazz-Dance, und Zeltlager von Michael Gosebrink, dem Bildungsreferent des DJK-Diözesanverbandes Freiburg, geschult. „Für uns als DJK-Au am Rhein ist es als zeitgemäßer Breitensportverein unabdingbar sich mit dem Thema auseinanderzusetzen“, erklärte Thomas Scharck, der Jugendleiter der DJK in Au.

Der Gesetzgeber verlangt inzwischen von Personen, die mit Kindern arbeiten eine Erklärung, dass sie über das Thema „Schutz vor Sexueller Gewalt“ aufgeklärt werden. Hierzu haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer neben der Schulung eine Erklärung zum grenzachtenden Umgang mit Kindern unterschrieben, die bei der DJK verbleibt. Schon bei der Zertifizierung zum „Jugendfreundlichen Verein“ im Rahmen des Halt-Projektes vom Landratsamt Rastatt, ging es u.a. um eine ausgearbeitete Selbst-



*Bildungsreferent Michael Gosebrink vom Diözesanverband aus Freiburg, DJK-Jugendvorstand und Vorstand*

verpflichtung zur Einhaltung des Jugendschutzgesetzes. Zum Thema „Schutz vor Sexueller Gewalt“ plant die DJK-Au gemeinsam mit den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer einen Verhaltenskodex zu dem Themenkomplex zu erarbeiten.

„Wir wollen den Kindern und Jugendlichen und allen Menschen,

die sich uns anvertrauen, Lebensräume bieten, in denen sie ihre Persönlichkeit, ihre Fähigkeiten, ihre Begabungen, und ihren persönlichen Glauben entfalten können. Dabei ist uns die Verantwortung für den Schutz der uns anvertrauten Menschen sehr bewusst“, erklärte die DJK Au am Rhein.

## DJK Oberharmersbach/DJK Offenburg Theresa Lehmann ist Deutsche Vize-Meisterin der Studenten

Bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften 2017 Tischtennis (DHM) in Hamburg konnte die Zweitbundesligaspielerin aus Oberharmersbach einen beachtlichen Erfolg erringen. Mit dem 2. Platz übertraf sie sämtliche Erwartungen, denn auf der Setzliste war die 22jährige auf Nr. 7 eingestuft. Am 10./11. Juni fand dieses Jahr die

Deutsche Tischtennis Meisterschaft der Hochschulen in Hamburg statt. Im Teilnehmerfeld der 40 Damen auch 5 Bundesligaspielerinnen sowie 3 Zweitligaspielerinnen sowie viele Regional- u. Oberligaspielerinnen. In der Vorrunde spielte Theresa Lehmann in einer 4er Gruppe und qualifizierte sich dann für die Endrunde. Mit einem knappen 3:2

Sieg über Carolin Reisig stand im Achtelfinale mit Katharina Michajlova von der Uni Bremen, die an Nr. 1 gesetzte Bundesligaspielerin, eine fast unbezwingbare Gegnerin gegenüber. Die junge Schwarzwälderin wusste an diesem Tag zu glänzen und gewann das Match mit 3:0 Sätzen sogar recht deutlich. Über-

Forts. S. 17

einen weiteren ungefährdeten 4:0 Sieg gegen Teresa Ströher von der HS Koblenz, zog Lehmann ein in das Halbfinale. Dort stand mit Alena Lemmer von der DHBW Stuttgart, die nächste Bundesligaspielerin als Favoritin am Tisch. Beide Akteurinnen kennen sich schon über viele Jahre, waren sie ja zusammen Jahre lang in der Schülerinnen- und Mädchennationalmannschaft gemeinsam unterwegs. Auch dieses Duell ging schlussendlich recht deutlich an die Zweitligaspielerin der DJK Offenburg. Das Finale zur Deutschen Hochschulmeisterschaft war somit erreicht und für Theresa Lehmann sicherlich ein ganz besonderes Erlebnis. Mit Yvonne Kaiser von der Uni Erlangen-Nürnberg versuchte nun die nächste Bundesligaspielerin den Lauf der Oberharmersbacherin zu queren. In diesem Match konnte Lehmann nicht mehr an die Leistungen der vorherigen



Spiele anknüpfen und verlor dann auch verdient mit 0:4. Zu diesem grandiosen Einzelerfolg der Silbermedaille kam auch im Doppel mit dem 3. Platz mit Partnerin Katharina Michajlova eine weitere Medaille nämlich die Bronzene dazu.

Die Heimatvereine DJK SG Oberharmersbach e.V. sowie die DJK SG Offenburg gratulieren ganz herzlich!

## **DJK-Tischtennis-Bundeschampionat**

### **Erfolg für Tischtennistalente**

Noemi Graf (12), Samuel Schürlein (12) und Hannes Blase (15) von der DJK Offenburg starteten am vergangenen Wochenende als Schüler-Auswahlmannschaft des DJK-Diözesanverbands Freiburg beim Tischtennis-Bundeschampionat im westfälischen Kamen. Bei der Traditionsveranstaltung, die jährlich seit 1975 als Mannschaftsmeisterschaft aller DJK-Diözesanverbände durchgeführt wird, und 1991 um einen Einzelwettbewerb ergänzt wurde, belegte das von Tischtennis-Fachwart Timo Ruf betreute Team am Ende einen hervorragenden zweiten Platz. Übermächtig war in diesem Jahr der Diözesanverband

Forts. S. 18



Foto (Verein), v.l.n.r.: Hannes Blase, Noemi Graf, Samuel Schürlein

Münster, der sowohl den Mannschaftswettbewerb als auch beide Einzeltitel gewann. Die entscheidende Partie, mit der sich die Offenburger Tischtennistalente die Silbermedaille sicherten, war der 3:2-Sieg über den leicht favorisierten Verband aus Rottenburg-Stuttgart. Beim Stand von 2:2 ließen Samuel Schürlein und Noemi Graf im abschließenden Mixed ihren Kon-

trahenten keine Chance und überholten die schwäbische Delegation noch in der Abschlusstabelle. Im Einzelwettbewerb schrammte Samuel Schürlein nur knapp an einer Medaille vorbei. Er unterlag im Viertelfinale dem zwei Jahre älteren Lucca Kaus (DV Münster) knapp in fünf Sätzen. Auch für Hannes Blase war im Viertelfinale Schluss, während Noemi Graf im stark be-

setzten Mädchen-Feld bereits in der Vorrundengruppe passen musste. Insgesamt war Timo Ruf mit der Leistung seiner Schützlinge aber sehr zufrieden, zumal Schürlein und Graf noch zwei weitere Jahre für das Turnier zur Verfügung stehen und vielleicht schon im nächsten Jahr in die Favoritenrolle schlüpfen werden.

## **Große Freude bei der DJK Villingen Jugendabteilung spielt um Meisterschaft**

Die E- I Junioren spielten zu Hause gegen den FC Dauchingen um die Meisterschaft. In der Kleinfeldstaffel 3 lagen die beiden Mannschaften vor dem letzten Spieltag auf den Plätzen eins und zwei, wobei der DJK auch theoretisch ein Unentschieden zur Meisterschaft gereicht hätten. Bei hochsommerlichen Temperaturen kämpften die beiden Mannschaften um Tore und Sieg. Zur Halbzeit stand es noch 0:0. In der zweiten Halbzeit legte die DJK noch eine Schippe drauf und besiegte den Konkurrenten, der die Überlegenheit neidlos anerkannte, mit 5:0 Toren. Kein geringerer als der ehemalige Stammspieler bei der DJK, Matthias Jäckle, coacht die talentierten Jungfußballer. Anscheinend kann er neben Routine auch viel Technik den Jungs beibringen, die ungeschlagen in das letzte Spiel beim Lokalrivalen am Sonntag gehen konnten. Dieses gewann man dann auch mit 6:0 Toren, so dass man ungeschlagen bei einem Torverhältnis 77:12 Toren Meister wurde.

Aber auch die E II Junioren feierten in der Kleinfeldstaffel 9 die Meister-



*Die Saison schlossen die Jungs der DJK Villingen E-Junioren I (hintere Reihe grüne Trikots) um Matthias Jäckle (hinten rechts) als souveräner Meister der Kleinfeldstaffel 3 ab. Das vorgezogene "Endspiel" gegen Dauchingen gewann man mit 5:0 Toren. Der Meister (hinten) und der Vizemeister FC Dauchingen (vorne) stellten sich dem Fotografen.*

schaft. Klar besiegte man den FC Bräunlingen II und wurde verdient Staffelleister. Den Meisterwimpel wird man gerne in Empfang nehmen. Mit 31 Punkten dominierte man die Staffel und auch das Torverhältnis war phänomenal. Doppelte Freude also bei der DJK im Friedengrund, die wieder einmal

unter Beweis stellte, dass man dort eine gute Jugendarbeit leistet.

Deutsche Jugendkraft Diözesanverband Freiburg

## TERMINPLAN 2017

### September

03. - 08.09.	Bergexerziten	<b>Hüttentour/Alpen</b>
15. - 17.09.	DJK-ÜL-Ausbildung (Vorbereitungswochenende)	<b>Seibersbach</b>
18. - 21.09.	Arbeitstagung DJK-Referenten	<b>Münster</b>
22. - 24.09.	Kinderwochenende Thema „Märchen“	<b>offen</b>
27. - 29.09.	Gymnastiklehrgang	<b>Schöneck</b>

### Oktober

07. - 15.10.	DJK-Übungsleiterausbildung Freizeit/Breitensport Ausbildungsblock	<b>Seibersbach</b>
16. - 18.10.	Bewegungserziehung (Aufbaukurs)	<b>Steinbach</b>
21.10	Regionalkonferenz/DV-Vorstandssitzung	<b>Konstanz</b>

### November

01. - 06.11.	DJK Bildungsreise	<b>Madrid u. Kastilien</b>
10. / 11.11.	ÜL-Fortbildung	<b>Mainz</b>
13. / 14.11.	Bundestag Kirche und Sport	<b>Köln</b>
13. - 15.11.	Bewegungserziehung (Workshop)	<b>Steinbach</b>
24. - 26.11.	Führungskräfte-seminar	<b>Simonswald</b>

### Dezember

01. - 03.12.	Familienwochenende	<b>Falkau</b>
09.12.	DV-Vorstandssitzung	<b>Mannheim</b>

Stand September 2017

### VEREINSJUBILÄEN 2017

**Bitte beachten:** Alle Vereine, die im Jahr 2017 ein „rundes“ Jubiläum begehen (25, 50, 75, 100, etc.) werden gebeten, Jubiläum und Termin der Jubiläumsfeier zur Veröffentlichung in „DJK bei uns“ dem DJK-Sportamt schriftlich mitzuteilen.

HOTEL ★★★  
Komfort

## Klosterbräu- stuben

Saunalandschaft · Hallenbad · Solarium  
Du/WC/TV/Tel, Gartenterrasse

*Auch Gruppen sind bei uns  
Herzlich Willkommen*

ÜF ab € 29,-

*Freundlicher Tagungsservice mit  
kompletter Tagungs- und Medientechnik  
in unserem Seminarraum.*

**Familie Lehmann**  
Blumenstraße 19 · 77736 Zell a.H.  
UNTERHARMERSBACH  
Tel. 07835/784-0 · Fax 07835/7841-11  
www.klosterbraeustuben.de  
e-mail: klosterbraeustuben@t-online.de

**Postvertriebsstück Gebühr bezahlt**

---

**DJK - Deutsche Jugendkraft Diözesanverband Freiburg**  
**Postfach 449 · 79004 Freiburg**  
**E 10272**

**STELLENANZEIGE**

Der DJK-Diözesanverband Freiburg sucht baldmöglichst  
weitere ehrenamtliche MitarbeiterInnen  
für seine Verbandsmitteilungen „DJK bei uns“  
und die Unterstützung des Diözesan-Pressewarts.

**Nähere Informationen über das  
DJK-Sportamt in Freiburg**

Tel. 0761/5144248

Fax 0761/5144-76248

eMail: [djk@seelsorgeamt-freiburg.de](mailto:djk@seelsorgeamt-freiburg.de)