

# Spielerisch Fitness getestet



Insbesondere die Damen der Gymnastik-Gruppe des Skiclubs Steinbach-Hallenberg treten schon seit vielen Jahren im einheitlichen Outfit und sehr aktiv beim Seniorensportfest an. Fotos (2): skl



Das Eisstockschießen bereitet auch den schwerer behinderten Teilnehmern besondere Freude.

Spielerische Fitness und Koordination testeten rund 110 Sportfreunde des Landkreises beim 9. Integrativen und Seniorensportfest.

Meiningen – Rund 110 Sportfreunden und Sportfreunde aus dem Landkreis Schmalkalden-Meiningen und darüber hinaus waren der Einladung zum nunmehr 9. Integrativen und Seniorensportfest gefolgt – unter anderem auch wieder 30 Menschen mit Handicap der Lebenshilfe Werk Meiningen gGmbH und des Förderbereiches für schwerst- und mehrfachbehinderte Menschen. Das jährliche Sportereignis stellt für alle Teilnehmer einen ganz besonderen Höhepunkt dar, denn hier werden keine Höchstleistungen, son-

dern das Aufbauen sozialer Kontakte, das Mittendrin-Sein im Geschehen, die Kommunikation mit anderen und – „Sport macht einfach Spaß“, bringt es René Geißler auf den Punkt. Der 38-Jährige arbeitet im Bereich der Landschaftspflege des Lebenshilfe Werkes und nahm erstmalig an dieser Veranstaltung teil. „Obwohl wir gerade sehr viel draußen zu tun haben, darf ich heute hier dabei sein. Es ist eine tolle Abwechslung zum Arbeitsalltag, aber ich spüre auch, dass ich sportlich eingestostet bin.“

## Junge Azubis halfen

Dass eine solch große Delegation der Lebenshilfe mit relativ hohem Einzelbetreuungsaufwand auch 2013 wieder rund um die Turnhalle „Altes Stadtbad“ aktiv werden konnte, ist insbesondere auch der engagierten Unterstützung durch das Berufsbildungszentrum und die GAW

Meiningen zu verdanken. Die jungen Azubis nahmen sich beherrscht der Sportler mit Handicap an, gaben ihnen Hilfestellung und Anleitung an den zahlreichen Stationen mit teilweise neuem Inhalt.

So standen neben der Zielsicherheit beim Schießen mit Eisstock und Laser-Gewehr auch verschiedene Elemente der Koordination auf dem Programm. Für Abwechslung und sichtliches Vergnügen sorgte Jürgen Linke beispielsweise mit spielerischen Tests zu Orientierungsvermögen, Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit. Gerade diese Komponenten seien es, die im Alter geschult werden müssen. Es gehe weniger um das Training von Ausdauer und Schnelligkeit.

Die Zeit während und nach der Mittagsversorgung durch die Lebenshilfe Meiningen nahmen viele Teilnehmer zum Anlass, gemütlich zu

verweilen, nette Gespräche zu führen und die eigenen Leistungen mit denen anderer zu vergleichen. Mit Spannung erwartet wurde dabei auch das Ergebnis des Senioren-Siebenkampfes, der erstmals in diesem Jahr ausgetragen wurde. Als Sieger gingen schließlich Günther Frey (1. Platz), Walter Leipold (2. Platz) und Uwe Wehner (3. Platz) hervor.

## 10-jähriges Jubiläum 2014

Dietmar Scheibe vom Kreissportbund möchte an dieser Stelle allen beteiligten Mitorganisatoren und Vereinsvertretern für die großartige Unterstützung bei der Vorbereitung und Durchführung der Veranstaltung danken und kündigt an, dass natürlich auch im nächsten Jahr an die Tradition des integrativen und Seniorensportfestes mit einer Jubiläumsausgabe zum 10-Jährigen angeknüpft werde.