

POLIZEISPORT DEPESCHE

DAS MAGAZIN DES DEUTSCHEN POLIZEISPORTKURATORIUMS

DUALE KARRIERE

Die ersten Spitzensportler bei der Bundespolizei sind in den gehobenen Dienst aufgestiegen.



TRAINING MIT

Kugelstoßerin Julia Ritter hat uns auf ihrem Heimatsportplatz in Bergkamen vier Übungen für Zuhause gezeigt.

INTERVIEWS

Wir haben mit zwei Powerfrauen gesprochen, der Rennrodlerin Natalie Geisenberger und Snowboarderin Ramona Hofmeister.

03

EDITORIAL

Andreas Wien über
Entwicklung und Neuheiten

08

NEUE GESCHÄFTSTELLE

Die neuen Mitarbeiter aus
NRW stellen sich vor

16

WINTERSPORTSAISON

Das sind die Erfolge unserer
Wintersportler

38

CHARITY

Judospenden für Sportler in
Südafrika

44

DIENSTSPORT

Wie läuft es eigentlich in
Zeiten von Corona?

48

TRAINING MIT

Julia Ritter auf ihrer
Heimanlage in Bergkamen

04

STAFFELHOLZÜBERGABE

Hessen übergibt das Holz an
Nordrhein-Westfalen

14

VORSTELLUNGEN

Lernen sie Dr. Buggisch und
Frau Breede besser kennen

24

INTERVIEWSERIE

Natalie Geisenberger S. 24
Ramona Hofmeister S. 30

40

DUALE KARRIERE

Wir stellen ihnen die
Sportler*innen vor

47

WIE GEHT'S WEITER?

Möglichkeiten von DPM und
EPM

52

GESUND ESSEN

Mit Tamara Breckoff und
ihrem Ofengemüse



EDITORIAL



Liebe Kolleginnen,
liebe Kollegen,

„Corona und (k)ein Ende?“, so überschrieb mein Vorgänger als Vorsitzender im DPSK, Herr AD Ralf Flohr, sein letztes Vorwort in der Depesche 2/2020. Er verband damit die Hoffnung, dass „die Maßnahmen zur Bekämpfung der Pandemie ihre volle Wirkungskraft entfalten, damit auch der Sport in der Polizei wieder vermehrt im Fokus steht“. Während sich die Tendenz in der pandemischen Entwicklung zu Beginn des Jahres positiv entwickelte, sind wir inzwischen in der vielfach skizzierten Dritten Welle angelangt. Diese schränkt uns auf der einen Seite persönlich, dienstlich aber auch sportlich ein und kann uns auf der anderen Seite bei unausweichlichen Kontakten immer wieder in Gefährdungssituationen bringen.

Ich hätte uns allen eine andere Situation gewünscht und Ihnen gerne ausschließlich von positiven Entwicklungen berichtet. Die Lebenswirklichkeit holt uns alle aber immer wieder ein und so begleitet uns das Virus weiterhin und führt zu weiteren Einschränkungen. Wie diese sich auswirken erfahren Sie auf den folgenden Seiten.

Mit der Übernahme des Vorsitzes durch Nordrhein-Westfalen habe ich den Vorsitz im DPSK übernommen. Gemeinsam mit meinen Vertretungen, Frau Maren Freyher (SH) und Herrn Thomas Dabel (MV), sowie einem engagierten Team in der Geschäftsstelle des DPSK freuen wir uns den Sport in der Polizei eng begleiten und gestalten zu können.

Wir haben für die kommenden zwei Jahre Ziele

formuliert, die wir gemeinsam erreichen möchten. Mit der Einführung des Leitfadens 290, der seit dem 01.Mai 2021 gültig ist, haben wir den ersten Schritt erreicht. Wir hoffen gemeinsam auch noch die PDV 291, die zwingend notwendige Änderungen beinhaltet, in dieser Zeit abschließen zu können. Dazu möchten wir das Thema „Schutz vor sexualisierter Gewalt“ im DPSK vorantreiben.

Darüber hinaus streben wir einen engen Draht zu Ihnen an und möchten aktuell aus dem Polizeisport in Deutschland berichten.

Neben der Internetseite www.dpsk.de sind wir seit Januar unter [dpsk_germany](https://www.instagram.com/dpsk_germany) bei Instagram aktiv. Die ersten Schritte sind wir hier gegangen. Mit der Resonanz sehen wir uns auf einem guten Weg zu unserem Ziel.

Ziele zeigen uns einen Weg und geben uns Motivation. Ich wünsche Ihnen, dass Sie Ihren Weg zielgerichtet gehen können und sich nicht beirren lassen.

„Bleiben Sie gesund“

Ihr

Andreas Wien



STAFFELHOLZ JETZT AUCH DIGITAL

SO EINE STAFFELHOLZÜBERGABE GAB ES BEIM DPSK AUCH NOCH NIE.

Einen gemeinsamen Empfang, anerkennende Worte des Dankes an die Scheidenden und beste Wünsche an die Neustarter, so sollte die Staffelholzübergabe von Hessen nach NRW erfolgen. Dann kam es anders.

Frühzeitig trafen die alte und neue Geschäftsstelle zusammen. Die Treffendienten der Übergabe und Übernahme der Geschäftsstelle. Sie sollten den Einstieg für das Team der kommenden DPSK Geschäftsstelle erleichtern. Freundschaftlich entwickelten sich die Treffen. In diesem Zusammenspiel blickten alle aufgeregt der anstehenden Staffelholzübergabe entgegen. Dann entwickelte sich die Coronapandemie fortlaufend intensiver. Erst musste die Teilnehmerzahl in zwei Schritten reduziert werden. Am Ende blieb die virtuelle Übergabe die einzige Möglich-

keit einer gemeinsamen Zusammenkunft. Alle Vertreter sorgten dennoch für eine angemessene und feierliche Atmosphäre.

GROSSER DANK AN DIE GESCHÄFTSSTELLE IN HESSEN

Das Team um den ehemaligen Vorsitzenden, Herr AD Ralf Flohr, folgte der Einladung von Innen- und Sportminister Peter Beuth sowie Inspekteur der Polizei (IdP) Hans Knapp nach Wiesbaden ins Innenministerium.

In seiner Rede richtete sich Minister Beuth direkt an den DPSK-Vorsitzenden Ralf Flohr und dankte ihm für seine Verdienste. Ein besonderer Dank ging auch an die weiteren Mitarbeiter der Geschäftsstelle. Karl-Heinz Hofmann hatte 2019/20 die Leitung der Geschäftsstelle übernommen. Manfred Schäfer war in dieser Zeit für die

Öffentlichkeitsarbeit und die Medienpräsenz zuständig. Unter anderem hat er sich um die Veröffentlichung der Depesche und die Pflege der Internetseite gekümmert.

Veranstaltungsmanagement und Beschaffung, diese Bereiche haben sich Diana Liemen und Maik Dorsch in der Geschäftsstelle in Hessen geteilt.

Für die Finanzen war die Verwaltungsangestellte Elena Menger zuständig.

Mit einer Urkunde, einer von Manfred Schäfer gestalteten Foto-Leinwand und einem Präsentkorb drückten der Minister und der Vorsitzende Ralf Flohr ihre Dankbarkeit gegenüber allen Fünfen der hessischen Geschäftsstelle aus.

CORONA SORGT FÜR ABSAGEN

In seiner Bilanz verwies Herr Flohr darauf, dass Corona auch den Sport in der Polizei fest im Griff hat. Während im ersten Jahr des Vorsitzes alle Veranstaltungen noch wie geplant durchgeführt werden konnten, kam im März 2020 das jähe Ende. Die DPM Cross Country im Februar in Perl (Saarland) sollte 2020 die einzige Veranstaltung sein, die im vorgesehenen Format bzw. im Sport überhaupt durchgeführt werden

konnte. Alle Hoffnungen auf einen Wiedereinstieg zerschlugen sich. Am Ende musste auch die Herbsttagung des DPSK in ein virtuelles Format geführt werden. Verbunden mit der Hoffnung, dass die Maßnahmen zur Bekämpfung der Pandemie ihre volle Wirkungskraft entfalten, damit auch der Sport in der Polizei wieder vermehrt in den Fokus rückt, wünschte Herr Flohr seinem Nachfolger Andreas Wien und seinem Team alles Gute.

Auch wenn die Veranstaltungen nicht wie geplant stattfanden kann man in Hessen stolz auf die Ergebnisse blicken. Die Entwicklung der neuen Bund-Länder-Vereinbarung, die Überarbeitung des inzwischen in Kraft getretenen Leitfadens 290 (Sport in der Polizei) sowie der weit fortgeschriebenen PDV 291 (Wettkampfsport) sind Verdienste der Kolleginnen und Kollegen aus Hessen.



BEUTH SCHICKT DANK NACH NRW

Hessens Innen- und Sportminister Peter Beuth nutzte die Gelegenheit auch, um sich beim Inspekteur der Polizei NRW, Herrn Michael Schemke, zu bedanken. Einsatzkräfte aus NRW hatten kurz zuvor engagiert und kompetent die Kräfte in Hessen unterstützt. Ohne diese Unterstützung wären die polizeilichen Maßnahmen nicht erzielbar gewesen. Im hessischen Dannenröder Forst war es zu erheblichen Protesten im Zusammenhang mit dortigen Rodungsarbeiten gekommen. Diese waren für den Weiterausbau der Bundesautobahn A49 erforderlich.

In diesem Zusammenhang unterstrich Minister Beuth auch noch mal, wie wichtig Sport und die körperliche Fitness bei solchen Einsätzen sind. Sie trage dazu bei, dass die Polizisten körperlich überhaupt erst solche Einsätze meistern könnten.



HESSENS INNEN- UND SPORTMINISTER BEUTH
©MANFRED SCHÄFER



INSPEKTEUR DER POLIZEI NRW
MICHAEL SCHEMKE ©MANFRED SCHÄFER

HESSEN UND NRW IN BESONDERER WEISE VERBUNDEN

In Vertretung für den Innenminister NRW, Herrn Herbert Reul, war der IdP Michael Schemke aus Düsseldorf zugeschaltet. Er bedankte sich für die anerkennenden Worte von Herrn Beuth und verwies auf die enge und konstruktive Zusammenarbeit beider Länder. Die Herausforderungen die sich aus den Projekten Garzweiler II (NRW) und dem Dannenröder Forst (Hessen) auf der einen und den Ansichten von Umweltschützern auf der anderen Seite ergeben ähneln sich in den Problemstrukturen.

Darüber hinaus verwies Herr Schemke in seiner Rede auf die Bedeutung des Wettkampfsports. Es sei ein wichtiger Ausdruck der Leistungsorientierung bei der Polizei. Außerdem betonte er, dass es wichtig sei, die erforderlichen Rahmenbedingungen für die Erhaltung bzw. Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit zu schaffen. Er verwies dabei auf den Leitfaden 290, der einen solchen Rahmen bilden könnte.



MINISTER BEUTH ÜBERGIBT
DAS STAFFELHOLZ ©MANFRED SCHÄFER

ABSCHIED IN DEN RUHESTAND

Gleich drei Mitglieder der Hessischen Geschäftsstelle legen nicht nur ihre Aufgaben für das DPSK nieder. Für Ralf Flohr, Karl-Heinz Hofmann und Manfred Schäfer geht es nun auch in den wohlverdienten Ruhestand.

Diese Staffelholzübergabe war nach über 45-jähriger Dienstzeit die letzte offizielle Veranstaltung für Ralf Flohr.

Er war zuletzt als Abteilungsleiter Einsatz und Vertreter des Polizeipräsidenten im Polizeipräsidium Osthessen tätig.



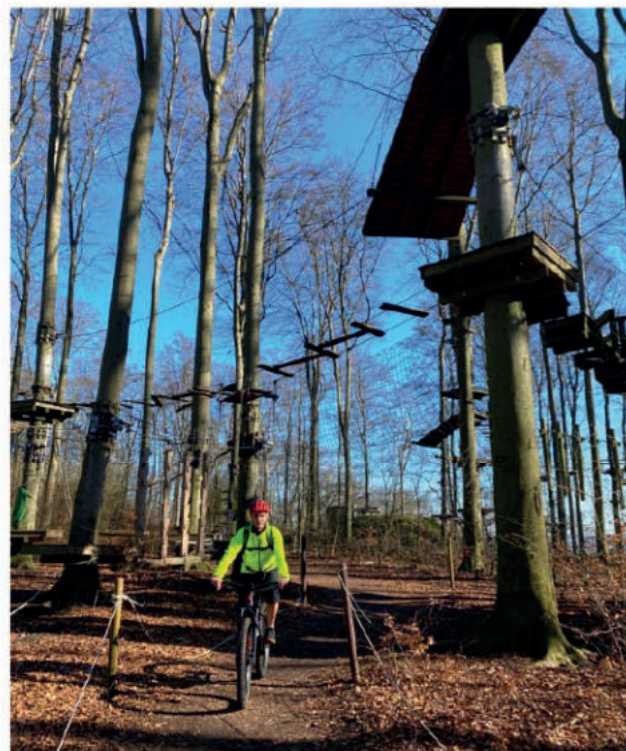
ANDREAS WIEN (L.) UND FRANK SCHMIMER (R.)
IN SELM ©SASKIA PAPANFUSS

DAS NEUE TEAM KOMMT AUS NRW

Seit dem 1. Januar 2021 ist die neue Geschäftsstelle in NRW vom LAFP Selm aus tätig. Bei der Staffelholzübergabe bedankte sich der neue Vorsitzende Andreas Wien für die geleistete Arbeit seines Vorgängers und der Geschäftsstelle Hessen. Durch viele Gespräche in den vorangegangenen Monaten fühlt er sich gut vorbereitet, um die Aufgaben und Herausforderungen mit seinem Team und seinen beiden Stellvertreterinnen, Frau Maren Freyher (SH) und Herrn Thomas Dabel (MV) zu übernehmen.

Die Umsetzung der Vorarbeit aus Hessen zum LF 290 und zur PDV 291 nannte Herr Wien als vordringliches Ziel. Die Aussagen von Herrn Beuth und Herrn Schemke nimmt er als zusätzlichen Ansporn hier die guten Arbeiten zum Abschluss zu bringen.

DIE NEUE GESCHÄFTSSTELLE



ANDREAS WIEN VORSITZENDER

Andreas Wien, der Vorsitzende des DPSK, ist seit seinem 16. Lebensjahr Polizeibeamter. Genauer gesagt startete er als Polizeiwachtmeister am 02. Oktober 1978 bei der Polizei des Landes Nordrhein Westfalen. In seinen somit 42 Dienstjahren war er zunächst in unterschiedlichen Funktionen im mittleren und im gehobenen Dienst im Großraum Ruhrgebiet tätig. Hier leitete er zuletzt einen Einsatztrupp zur Bekämpfung negativen Auswirkungen der damaligen offenen Drogenszene in seiner Heimatstadt Dortmund. Er bekleidete unterschiedliche Funktionen u.a. bei der Bezirksregierung Arnsberg und an der Deutschen Hochschule der Polizei. Bis 2019 war er sieben Jahre lang Leiter des Ständigen Stabes in Dortmund, der für die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Einsatzlagen der Schwerekriminalität zuständig ist.

UND SONST SO?

Rückblickend betrachtet begann 1978 auch seine „Karriere“ als begeisterter Hobbysportler. Zunächst standen Schwimmen und Kraftsport ganz oben auf seiner Hitliste. In der zweiten Hälfte der 1990er Jahre wechselte er zu seiner neuen sportlichen Leidenschaft, dem Radfahren. Und dabei vor allen Dingen dem Mountain Biken. Für ihn war und ist Sport stets ein guter Ausgleich für die beruflichen Herausforderungen.



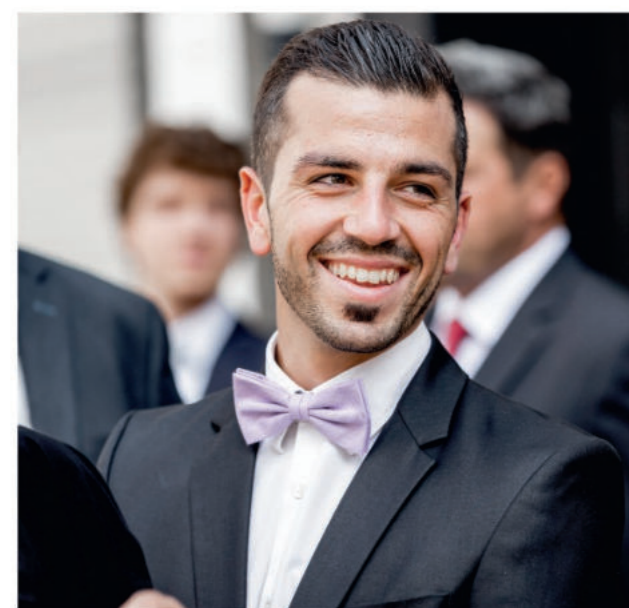
FRANK SCHEMMER LEITER GESCHÄFTSSTELLE

Der zweite Polizeibeamte im neuen Team. Seit 38 Jahren ist er im Polizeidienst tätig. Er hat, wie man so schön sagt, „den Beruf von der Pike auf gelernt“. Vom Wachdienst über die Einsatzhundertschaft, die Stabsarbeit sowie die Aus- und Fortbildung hat er den Weg in die Geschäftsstelle des DPSK gefunden. Die Polizei zu wählen war für Frank genau die richtige Entscheidung. Denn aus allen unterschiedlichen Einsatzbereichen nimmt er immer wieder tolle Erinnerungen und Erfahrungen mit. Genau das will er für seine neuen Aufgaben in der Geschäftsstelle des DPSK nutzen.

Frank Schemmer setzt gemeinsam mit dem Team der Geschäftsstelle die Beschlüsse des Gremiums bzw. Vorstandes um. Außerdem ist er Bindeglied zwischen Vorstand, Gremium und Fachausschuss.

UND SONST SO?

Nicht nur Franks Beruf ist sportlich, auch seine Freizeit. Seit 50 Jahren treibt er Sport. Erst war er 25 Jahre Fußball-Torwart, danach wechselte er auf die Marathonstrecken (u. a. Hamburg, Berlin, Frankfurt und Köln). Anschließend entdeckte er dann die Faszination des Radrennsports. Parallel ist er seit 16 Jahren Vorsitzender im Polizeisportverein Unna. In dieser Zeit hat er für den Verein polizeiliche Veranstaltungen geplant und durchgeführt. Vor knapp einem Jahr ist eine neue Frau in sein Leben getreten, seine Enkelin. In die neue Rolle als Opa hat er schnell hineingefunden. Bei diesen Einsichten kommt sein Ausgleich überraschend daher. Er hat seine Liebe zur Technik alter Uhren entdeckt und restauriert da wo es noch sinnvoll und möglich ist.



GIULIANO BUCCINI VERANSTALTUNGSMANAGEMENT

Das Hobby zum Beruf gemacht. Seit Giuliano vier Jahre alt ist spielt er Fußball. Deshalb war für ihn auch schnell klar, beruflich soll es auch ein sportlicher Job werden. Darum hat er Sportwissenschaft an der Ruhr Universität in Bochum studiert.

Beruflich hat Giuliano viele Unternehmen zu gesundheitsbezogenen Themen beraten. Zum Beispiel ging es darum Arbeitsbedingungen zu verbessern, die sich negativ auf das physische und psychische Wohlbefinden der Mitarbeiter ausgewirkt haben. Beim LAFP in Selm arbeitet Giuliano schon seit 2018. Er hat die Kommissar-anwärter*innen als Lehrender im Bereich Sport ausgebildet.

Beim DPSK ist er nun für das Veranstaltungsmanagement der Meisterschaften und sonstigen Events zuständig. Dabei kann er auf die Inhalte seines Masters für Health Administration zurückgreifen, welchen er neben der Arbeit bei der Polizei an der Universität Bielefeld abgeschlossen hat.

UND SONST SO?

Giuliano verbringt viel Zeit auf oder neben Fußballplätzen. Aktiv spielt er selbst seit 24 Jahren Fußball und hat in den letzten Spielzeiten auch Erfahrung als Coach von Herrenmannschaften sammeln dürfen. Genauso lange begleitet er voller Leidenschaft den BVB außerhalb und im Stadion. Wenn er seinen BVB vom Sofa aus anfeuert, darf gutes Essen nicht fehlen. Darum kümmert sich Giuliano am liebsten selbst, denn er kocht unheimlich gerne.

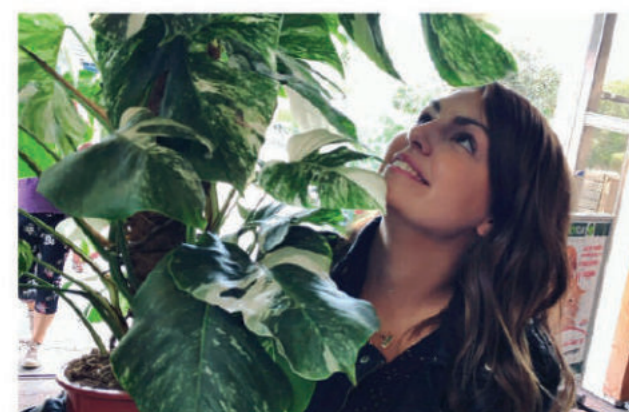
ANNE BROKEMPER WETTKAMPFSPORT



Sie ist quasi die Expertin für Veranstaltungen. Denn Anne hat eine Ausbildung zur Verkaufsfrauentrainee gemacht und danach auch noch die Prüfung als Verkaufsfrauentrainee abgelegt. Beruflich durchgestartet ist sie in Frankfurt bei der „Convent Kongresse GmbH“, einem Tochterunternehmen der ZEIT Verlagsgruppe. Dort hat Anne erst ein paar Jahre im Marketing und der Besucherbetreuung gearbeitet, danach einige Jahre im Bereich Projektmanagement. Weiter ging es nach Düsseldorf an die Börse. Auch dort hat sie sich um die Organisation von Veranstaltungen gekümmert. Anne ist schon seit 2018 beim LAFP in Selm und war bisher Mitarbeiterin im Seminarbüro, wo sie Lehrende und Seminarteilnehmer betreut hat. Beim DPSK kümmert sich Anne zusammen mit Giuliano um die Veranstaltungen. Dazu gehören unter anderem Europäische Polizeimeisterschaften oder auch die Jahrestagung.

UND SONST SO?

Yoga für die Entspannung oder auch lange Wandertouren mit der Familie, das darf bei Anne in der Freizeit nicht fehlen. Und wenn sie nicht gerade in der Natur unterwegs ist, dann findet man sie und ihren Mann auf Fotografie- und Architektur-Ausstellungen. Seit ihre Tochter auf die Welt gekommen ist hat Anne auch eine neue Sammelleidenschaft, nämlich schön illustrierte Kinderbücher. Die liest sie dann natürlich auch vor, am liebsten mögen die beiden Astrid Lindgren.



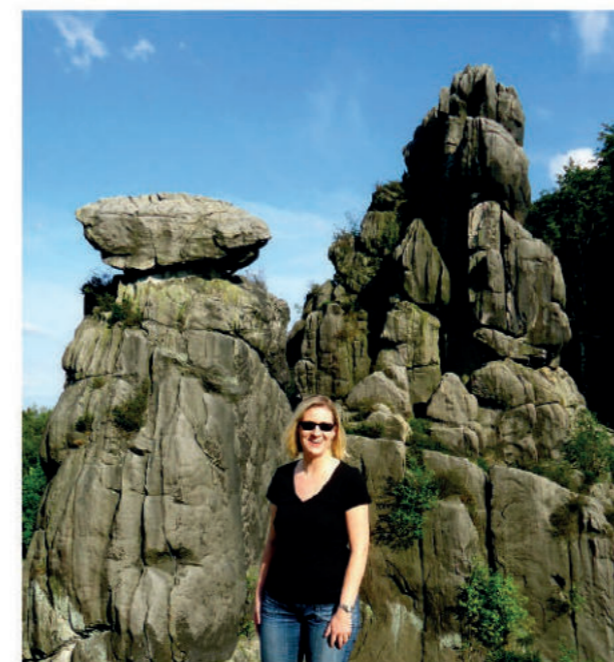
SASKIA PAPENFUSS PRESSE- UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

„Mit Saskia Papenfuß – Hallo zusammen“. So hat sie sich die letzten Jahre vorgestellt, denn Saskia kommt vom Radio zu uns. Der Spruch war die Begrüßung zu jeder neuen Sendung. In den letzten Jahren hat sie für mehrere Lokalsender im Ruhrgebiet gearbeitet. Entweder im Studio hinter dem Mikrofon als Moderatorin oder auch ab und zu in den Nachrichten. Außerdem war sie auch als „rasende Reporterin“ unterwegs. Am häufigsten konnte man Saskia bei Radio Herne oder Radio Emscher Lippe hören. Vor der Arbeit beim Radio hat sie an der WAM Medienakademie in Dortmund Journalismus/Radio- und Fernsehmoderation studiert.

Bei uns ist sie dafür zuständig, sie mit allen wichtigen Infos rund um unsere Sportler und Events zu versorgen. Entweder über unsere Internetseite, unsere Depesche oder auch über die Social-Media-Kanäle.

UND SONST SO?

In ihrer Freizeit ist Saskia Pflanzenmama von ganzem Herzen. In ihrer 90qm-Wohnung in Essen gibt es inzwischen fast 50 grüne Mitbewohner. Wenn die alle mit genügend Wasser und Sonne versorgt sind, dann backt sie auch gerne oder probiert neue Do-It-Yourself-Trends aus dem Internet aus. Sobald Corona es wieder zulässt, findet man Saskia in der Regel mindestens einmal im Monat auf einem Konzert.



DANIELA SCHEMBERG HAUSHALT UND FINANZEN

Unser Profi für die Zahlen – kein Wunder, denn sie hat einfach Spaß an Zahlen. Diesen hat sie aber erst nach dem Abitur in der Berufsschule entdeckt. Dort hat sie ihre Ausbildung zur Industriekauffrau absolviert. Beruflich war Daniela bei verschiedenen Firmen angestellt. Unter anderem hat sie auch elf Jahre lang im Vertrieb und der Großkundenbetreuung bei Aral bzw. BP in Bochum gearbeitet. Danach ging es für Daniela ebenfalls in Bochum weiter zu Caverion. Die Firma ist im Bereich der Gebäudetechnik und im Facility Service tätig. Zu den Aufgaben von Daniela gehörten hier kaufmännische Arbeiten von der Beschaffung über Controlling bis hin zur Rechnungsstellung sowie Monats- und Jahresabschlüssen.

Genau diese Aufgaben wird Daniela beim DPSK übernehmen. Sie ist zuständig für alles, was mit den Finanzen, Beschaffung und dem Haushalt zu tun hat.

UND SONST SO?

Auf dem Platz schwingt Daniela auch gerne den Schläger und zwar beim Tennis. Als Mannschaftsführerin kümmert sie sich unter anderem um die Zusammenstellung der Spielerinnen für Turniere. Musikalisch ist Daniela auch, denn sie spielt Djembe, das ist eine afrikanische Trommel. Sie und ihre Trommelgruppe kann man sogar für Hochzeiten oder andere Feiern buchen. Ihr Lieblingsreiseziel ist die Provence in Frankreich. Dort liebt sie besonders den Charme der schönen alten Städte und natürlich auch den guten französischen Wein.

VORSTELLUNGEN

DR. JUR. WALTER BUGGISCH NEUER VORSITZENDER DES BAYERISCHEN POLIZEISPORTKURATORIUMS

Seit dem 01.02.2021 darf ich als Leiter des Fortbildungsinstituts der Bayer. Polizei (BPFi) und damit als Vorsitzender des Bayer. Polzeisportkuratoriums die sportlichen Interessen Bayerns im Allgemeinen und im Besonderen im DPSK vertreten.

1998 bei der Bayer. Polizei als Jurist im Polizeiverwaltungsdienst eingestellt, habe ich in den vergangenen 20 Jahren viele Bereiche der Polizei kennengelernt: Zunächst mit juristischem Schwerpunkt im Präsidium der Bayer. Bereitschaftspolizei, beim BPFi und im Bayer. Innenministerium, seit 2007 schließlich im Polizeivollzugsdienst. Von 2007 bis 2017 habe ich verschiedene Polizeidienststellen geleitet, zunächst 2007/2008 eine Verkehrspolizeiinspektion in München, danach 2008 – 2013 die Polizeiinspektion Fahndung Traunstein und 2013 – 2017 die Polizeiinspektion Rosenheim. Diesen Verwendungen schlossen sich knapp vier Jahre als Verantwortlicher für die Kriminalitätsbekämpfung beim Polizeipräsidium Oberbayern Süd an.

Als Vater von drei (fast) erwachsenen Töchtern lebe ich seit vielen Jahren zwischen den Alpen und dem Bayerischen Meer (für Nichteingeweihte: Der Chiemsee). Der Berg- und Wintersport spielt bei der Freizeitgestaltung dementsprechend eine wichtige Rolle. Hauptsportart in der



Familie (wahrscheinlich durch die weibliche Übermacht erklärbar) ist jedoch das Reiten – in meinem Fall vor allem das Springreiten.

Mit dem Thema Polzeisport kam ich in den letzten Jahren nur als „Konsument“, d.h. als Nutzer des polizeilichen Dienstsportangebotes in Berührung. Als Teilnehmer am Dienstsport, aber auch als Vorgesetzter ist es für mich aber unstrittig, dass der polizeiliche Dienstsport eine eklatant wichtige Rolle für die Aufrechterhaltung der Einsatzbereitschaft unserer Kollegen*innen spielt. Körperliche und mentale Fitness sind heute wichtiger denn je, um den Anforderungen des polizeilichen Alltags gerecht zu werden.

In meiner Funktion als Landessportbeauftragter möchte ich dazu beitragen, den Sport in der Bayer. Polizei weiter voran zu bringen und hier insbesondere die einsatzrelevante Leistungsfähigkeit unserer Kollegen*innen zu fördern.



JENNY BREEDE DIE HESSISCHE POLIZEISPORTBEAUFTRAGTE ÜBERNIMMT WEITERE AUFGABEN

Seit Januar 2021 bin ich bereits zum 2. Mal zur Polzeisportbeauftragten des Landes Hessen ins Deutsche Polzeisportkuratorium berufen worden. Auf der außerordentlichen Tagung des DPSK am 10.03.2021 wurden mir die Funktionen der Gleichstellungsbeauftragten sowie der Beauftragten für den Themenkomplex "Schutz vor sexualisierter Gewalt" und Ansprechpartnerin für mögliche Betroffene übertragen. Da diese Funktionen z. T. im DPSK neu geschaffen wurden, möchte ich sie kurz umschreiben.

GLEICHSTELLUNGSBEAUFTRAGTE

Die Aufgaben einer Gleichstellungsbeauftragten dürften allen hinlänglich bekannt sein. Innerhalb des DPSK wird jedoch das Augenmerk auf den Sport mit all seinen Facetten gelegt. So werde ich zum Beispiel bei Ausschreibungen für Deutsche Polzeimeisterschaften darauf achten, dass Wettbewerbe für Männer und Frauen annähernd paritätisch ausgeschrieben werden. Dies war erstmals bei den 27. DPM Schießen 2014 der Fall, als gemeinsam mit dem damaligen Vorstand sowie dem zuständigen Bundesfachwart Schießen das Wettkampfprogramm besprochen und angepasst wurde.

Des Weiteren wäre es sinnvoll, bei der Ausgestaltung des Gesundheits- und Präventionssportes auf Ausgeglichenheit zu achten; hier haben Frauen und Männer unter Umständen unterschiedliche Bedürfnisse.

Persönlich möchte ich das Feld nicht zu eng fassen und auch die Diversität bei jung und alt, fit und eingeschränkt dienstfähig, gesund und krank im Auge behalten.



BEAUFTRAGTE FÜR DEN THEMENKOMPLEX "SCHUTZ VOR SEXUALISierter GEWALT" UND ANSPRECHPARTNERIN FÜR MÖGLICHE BETROFFENE

Das DPSK gehört zu den Verbänden mit besonderen Aufgaben innerhalb des Deutschen Olympischen Sportbundes. Dieser hat sich das Thema „Prävention von sexualisierter Gewalt“ auf die Fahnen geschrieben. Fokus liegt hier auf dem Sport von und mit Kindern und Jugendlichen. So sind alle angeschlossenen Organisationen und Verbände aufgefordert, geeignete Maßnahmen in ihrem Bereich zu ergreifen. Dieses Thema hat m. E. innerhalb des Sports in der Polizei kaum Relevanz, da es sich i. d. R. um Erwachsenensport handelt. Nichts desto trotz können wir besser werden und Vorsorge betreiben. Hier werden in einem ersten Schritt mögliche Betätigungsfelder ermittelt und diese dann im zweiten mit Maßnahmen belegt. Für diese Aufgaben werde ich evtl. auf den einen oder anderen zugehen und habe gleichermaßen für Ihre Ideen und Vorschläge ein offenes Ohr! Ich freue mich auf diese Aufgaben!

DER GOLDENE WINTER

DIE ERFOLGREICHE SAISON DER WINTERSPORTLER

Eine tolle Wintersaison 2020/2021 liegt hinter unseren Polizei-Athleten*innen. Obwohl diese vollkommen anders war als alle vorher, denn auch den Wintersport hatte Corona im Griff. Viele Rennen mussten verlegt werden und fanden deshalb in Europa statt. Die Weltmeisterschaft der Snowboarder*innen (Race) sollte zum Beispiel in Tokio auf der Olympia Strecke stattfinden. Das Rennen wurde alternativ nach Rogla in Slowenien verlegt.

Auch die Bobfahrer*innen und Rennrodler*innen sind nicht wie geplant in die USA in den Bundesstaat Utah nach Salt Lake City gereist, sondern hatten ihre WM stattdessen in Altenberg in Deutschland.

Fast alle Wettkämpfe auf nationaler und internationaler Ebene fanden dabei komplett ohne Zuschauer*innen statt.

Insgesamt konnten die Athleten*innen der Polizei in der vergangenen Wintersaison 6 Siege im Gesamtweltcup holen.

Bei den Weltmeisterschaften und Junioren-Weltmeisterschaften kamen insgesamt 18 Gold-, 21 Silber- und 9 Bronzemedailien zusammen.

In allen Rennen der Wintersaison gewannen Polizei-Athleten*innen 105 Gold, 95 Silber und 61 Bronze.

Eine genaue Liste aller Erfolge gibt es auch nochmal auf www.dpsk.de.



SASCHA BENECKEN UMARMT TEAMKOLLEGEN EGGERT ©FOTOMANLV



MEDAILLEN IM ÜBERBLICK

GOLD - SILBER - BRONZE

GESAMT-ÜBERBLICK



WELTMEISTERSCHAFTEN

WELTMEISTER*INNEN

FRANCESCO FRIEDRICH - 2ER UND 4ER BOB

ALEXANDER SCHÜLLER- 2ER UND 4ER BOB

TOBIAS ARLT - RENNRODELN DOPPELSITZER SPRINT

SASCHA BENECKEN - RENNRODELN DOPPELSITZER

TINA HERMANN - SKELETON & IM TEAM

CHRISTOPHER GROTHEER - SKELETON & IM TEAM

MARKUS EISENBICHLER - SKISPRINGEN 2X TEAM

ANNA RUPPRECHT - SKISPRINGEN TEAM MIXED

PIUS PASCHKE - SKISPRINGEN TEAM HERREN



WELTCUPGESAMTSIEGE

2X FRANCESCO FRIEDRICH - 2ER UND 4ER BOB

2X FELIX LOCH - RENNRODELN

1X NATALIE GEISENBERGER - RENNRODELN

1X RAMONA HOFMEISTER - SNOWBOARD

WELTCUPGESAMTSIEGE

BOBSPORT

An ihm kam in dieser Bobsaison keiner vorbei. **Francesco Friedrich** (Bundespolizei) holt sich im Zweier- und im Viererbob den Weltcupgesamtsieg. Der 30 Jahre alte Bobpilot fährt fast jeden Sieg ein, den es zu holen gibt.

Nur einmal wird er beim Innsbruck Rennen im Dezember von Johannes Lochner geschlagen und landet auf dem zweiten Platz.

Zusätzlich bricht Friedrich noch mehrere Rekorde. Im Viererbob setzt sich Friedrich am zweiten WM-Wochenende in Altenberg die WM-Krone auf. Damit holt er den mittlerweile 11. Weltmeistertitel in seiner Karriere. So viele WM-Titel holte vor ihm noch kein anderer Bobfahrer. Er ist auch der erste Bobpilot, der zum vierten Mal in Folge sowohl den WM-Sieg im Zweier- als auch im Viererbob holt.

Bei seinen diesjährigen Erfolgen war auch immer wieder Bundespolizist **Alexander Schüller** als Anschieber mit dabei.

Bei den Frauen schafft es die hessische Polizistin **Kim Kalicki** auf den 2. Platz der Gesamtwertung. Auch bei der WM fuhr sie erfolgreich auf den 2. Platz und wurde Vizeweltmeisterin. Zuvor hatte die 23-Jährige bereits die Junioren-WM im Zweierbob gewonnen. Außerdem wurde sie auch noch zur Hessischen Sportlerin des Jahres gewählt.

RENNRODELN

Was für ein Comeback! Nach der Baby-pause schafft es Bundespolizistin **Natalie Geisenberger**, sich direkt den erneuten Sieg im Gesamtweltcup der Frauen beim Rennrodeln zu sichern.



REKORD-SIEGER
FRIEDRICH ©VIESTURS



BMW IBSF WORLD CHAMPIONSHIP WM-SIEGER SCHÜLLER (L.)
ALTENBERG 2021 ©VIESTURS



GESAMTWELTCUP-ZWEITE KALICKI
©VIESTURS



GESAMTWELTCUP-SIEGERIN GEISENBERGER
©FOTOMANLV

Beim Weltcuprennen in St. Moritz reichte es bei schlechten Wetterbedingungen nur für Platz 13, aber nach der grandiosen Saison konnte keine der Konkurrentinnen, Geisenberger den Sieg mehr nehmen. (Mehr dazu in unserem Interview mit Natalie Geisenberger S.22)

Bei den Männern hat sich **Felix Loch** (Bundespolizei) bereits vor dem letzten Weltcuprennen den Sieg in der Gesamtwertung geholt. Nach acht Weltcupsiegen in Folge konnte ihm niemand mehr den Sieg streitig machen. Einzig Teamkollege und ebenfalls Bundespolizist **Johannes Ludwig** hätte ihn noch einholen können. Er landet im Gesamtweltcup auf Platz 2.

Das letzte Rennen der deutschen Teamstaffel sollte eigentlich in der Schweiz stattfinden. Aufgrund von starkem Schneefall wurde es jedoch nach der ersten Fahrt des Teams der USA abgebrochen. Trotzdem konnte die deutsche Staffel am Ende jubeln. Denn dadurch stand sie als Sieger des Gesamtweltcups fest. In der Saison waren auch **Sascha Benecken**, **Felix Loch**, **Natalie Geisenberger** und **Tobias Arlt** (alle Bundespolizei) am Erfolg der deutschen Staffel beteiligt.

Im Weltcup der Doppelsitzer erreichten **Sascha Benecken** (Bundespolizei) und Toni Eggert Platz 3, **Tobias Arlt** (Bundespolizei) und Tobias Wendl kamen direkt danach auf den 4. Platz.

SKELETON

Bei der WM holen sich die Polizisten dreimal Gold. **Tina Hermann** (Bundespolizei) wird Weltmeisterin und verteidigt



GESAMTWELTCUP-SIEGER
LOCH ©FOTOMANLV



LUDWIG IN INNSBRUCK
©FOTOMANLV



BENECKEN UND EGGERT - PLATZ 3 IM
GESAMTWELTCUP ©FOTOMANLV



ARLT UND WENDL IN OBERHOF
©FOTOMANLV

damit ihren Titel.

Auch **Christopher Grotheer** (Polizei Thüringen) holt sich Gold bei den Männern und damit ebenfalls den Weltmeistertitel. Gemeinsam setzten Hermann und Grotheer im anschließenden Team-Wettkampf noch einen oben drauf. Auch in diesem Rennen kommt keiner an den beiden vorbei und damit werden sie Doppelweltmeister in Altenberg.

In der Gesamtwertung des Weltcups schaffte es Tina Hermann auf den 2. Platz. Teamkollegin **Jaqueline Lölling** landet auf Platz 4. Bei der WM zeigte die Bundespolizistin ebenfalls eine starke Leistung. Sie wurde zweimal Vizeweltmeisterin hinter Tina Hermann.

Christopher Grotheer verpasste im Gesamtweltcup ganz knapp die Top drei und erreichte einen starken 4. Platz.



WM-SIEGER GROTHEER
©VIESTURS



TINA HERMANN'S WM-SIEG IN ALTENBERG
©VIESTURS



LÖLLING IN ST. MORITZ
©VIESTURS



DOPPEL-GESAMTWELTCUP-SIEGERIN HOFMEISTER
©BAYRISCHE BEREITSCHAFTSPOLIZEI

SNOWBOARD

Zum zweiten Mal in Folge hielt Ramona Hofmeister die große Kristallkugel in den Händen. Dieser Sieg war ein ganz besonderer, denn sie holte ihn an ihrem Heimatberg, dem Göttschen in Bischofswiesen.

Beim letzten Rennen reichte es für Hofmeister zwar nur für Platz 6, doch den Gesamtsieg konnte ihr damit keiner mehr nehmen.

Zuvor hatte Hofmeister schon die Disziplinwertung im Parallelriesenslalom gewonnen.

(Mehr dazu in unserem Interview mit Ramona Hofmeister auf S.28)

SKILANGLAUF

Die Langläuferin **Lisa Lohmann** von der Bundespolizei holt sich den Gesamtsieg im Continental Cup.

Dafür hat sie bei den letzten beiden Rennen im slowenischen Pokljuka nochmal wichtige Punkte gesammelt. Beim letzten Verfolgungsrennen der Saison wurde es zum Schluss nochmal richtig spannend. Im Zielsprint des 10km-Rennens kämpfte sich Lohmann mit nur 0,1 Sekunden Vorsprung ins Ziel und holte sich den Sieg.

Bereits zuvor konnte Lisa Lohmann einen weiteren großen Erfolg feiern. Sie holte sich bei der U23 WM in Vuokatti (Finnland) den Weltmeistertitel im Sprint. Durch ihre diesjährigen Leistungen hat sie sich für das nächste Jahr einen Startplatz im Weltcup gesichert.



U23 WELTMEISTERIN
LOHMANN ©PRIVAT

SKISPRINGEN

Bei vielen Sprüngen der Saison erreichte Bundespolizist **Markus Eisenbichler** die beste Platzierung des Deutschen Teams. Immer wieder flog der deutsche Adler auch auf das Podest und diese Erfolge krönte er zum Ende der Saison mit Platz 2 der Gesamtwertung.

Besonders beim Skifliegen konnte der 29-Jährige nochmal eine Topleistung abrufen. Denn obwohl er erst noch überlegt hatte, ob er überhaupt ins slowenische Planica reisen sollte, stand er noch zweimal auf dem Podium. Schon vor dem Skifliegen hatte Eisenbichler Probleme mit einem Innenbandanriss. Selbst mit diesem Handicap holte er im Einzelspringen nochmal Bronze und am selben Tag vorher mit dem Team zusammen sogar Gold.



EISENBICHLER WIRD GESAMTWELTCUP-ZWEITER
©PRIVAT

ABSCHIEDE AUS DEM SPITZENSORT

ARND PEIFFER - BIATHLON

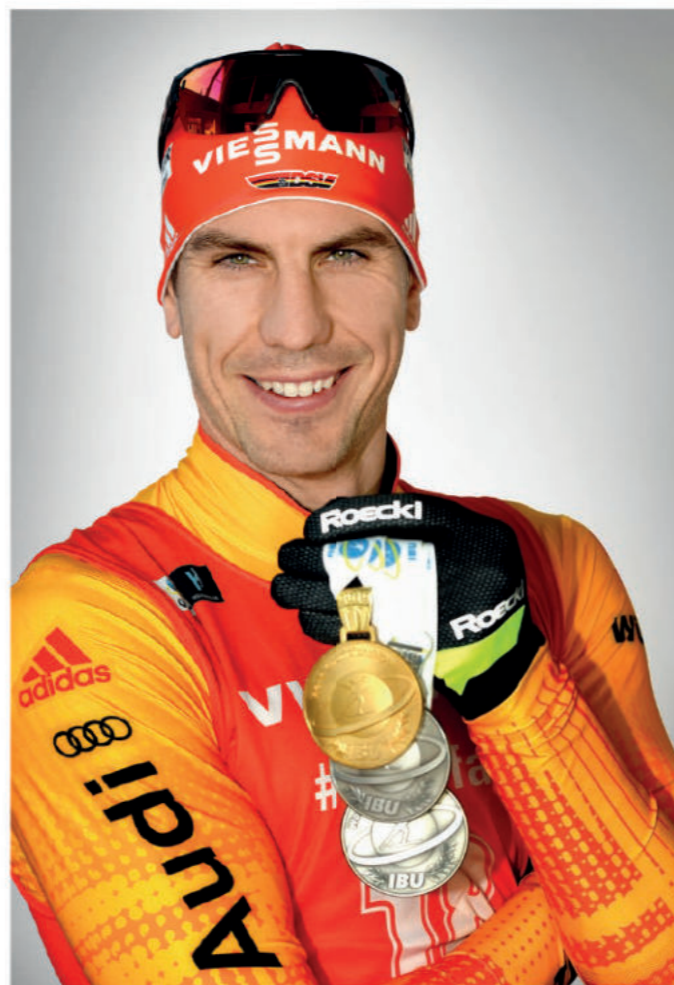
„Diese Entscheidung ist mir nicht leichtgefallen. Aber für mich hat sich schon länger herauskristallisiert, dass nach dieser Saison der ideale Zeitpunkt zum Aufhören gekommen ist“, verkündete der gebürtige Niedersachsen Arnd Peiffer auf seinem Facebook Profil seinen Abschied.

Der 34-jährige Bundespolizist gehörte 13 Winter lang zum Nationalteam. Er holte 17 WM-Medaillen, davon fünfmal Gold und die Krönung seiner Karriere: Olympia-Gold 2018 im Sprint von Pyeongchang.

Seit seinem Debüt 2009 landete er satte 198-Mal unter den Top 10 und davon 73-Mal auf dem Treppchen.

Auch wenn Peiffers Berufsleben immer auf einer öffentlichen Bühne stattfand, hielt er sein Privatleben komplett aus der Öffentlichkeit raus. Das dürfte nun auch der Hauptgrund für seinen Rückzug aus dem Spitzensport sein.

Auch wenn Peiffer nicht mehr zu den nächsten Olympischen Spielen fährt, könnte er trotzdem nochmal olympisches Gold gewinnen. 2014 in Sotschi war die deutsche Staffel knapp hinter Russland auf Platz zwei ins Ziel gekommen. Der Russe Jewgeni Ustjugow wurde später des Dopings überführt. Damit wären die Deutschen nachträglich Olympiasieger geworden, doch Ustjugow ging gegen ein Urteil des internationalen Sportgerichtshofs in Revision. Sieben Jahre nach dem Rennen läuft das Verfahren immer noch.



CHEYENNE LOCH - SNOWBOARD

Erst diese Saison hatte Cheyenne Loch nach einer Verletzungspause ihr Comeback gefeiert. Bei den Weltcuprennen hat sie sich gleich viermal die Silbermedaille geholt und es siebenmal unter die Top 5 geschafft. Die Weltmeisterschaft in Russland beendete die Bundespolizistin mit Platz 5 und 6. Doch trotz dieser tollen Leistungen beendet die 26-Jährige ihre Karriere als Profisportlerin.

Der Grund für das Karriereende der Raceboarderin sind anhaltende Schmerzen nach Verletzungen. In einem Statement erklärte Loch: „Die Verhältnismäßigkeiten stimmen nicht mehr. Ich habe unter Belastung ständig Schmerzen. Unter diesen Bedingungen will und kann ich meine Karriere nicht fortsetzen.“ Während ihrer sportlichen Laufbahn zog sie sich unter anderem zwei Kreuzbandrisse zu.



MARINA WALLNER - SKI ALPIN

„It's time to say Goodbye“ - Damit verabschiedet sich auch die Bundespolizistin Marina Wallner aus dem Spitzensport. Über 10 Jahre war sie auf den Pisten der Welt im Slalom beim Alpin Ski unterwegs. Sogar an den Olympischen Spielen hat sie 2018 in Pyeongchang teilgenommen. Bei der Jugend Weltmeisterschaft holte sie in ihrer Karriere dreimal die Bronzemedaille. Auch Wallner verlässt den Spitzensport schon in jungen Jahren, mit ebenfalls erst 26 Jahren.

Auch bei ihr sind Verletzungen der Grund. Die Bayerin zog sich unter anderem ebenfalls zwei Kreuzbandrisse innerhalb kurzer Zeit zu. Trotzdem zieht sie nach über 10 Jahren Spitzensport auch daraus etwas Positives. Denn gerade diese Verletzungen hätten sie immer stärker gemacht.

Weitere Infos zur Wintersport-Saison gibt es auf www.dpsk.de. Dort finden Sie auch noch mal alle Medaillenplätze im Überblick.

NATALIE GEISENBERGER

DIE WELTCUP-SIEGERIN NACH DER BABYPAUSE IM INTERVIEW

WIE SIE DEN SPITZENSport UND DIE FAMILIE UNTER EINEN HUT BRINGT



Was für ein Comeback für Rennrodlerin Natalie Geisenberger! Nach ihrer Baby-Pause meldet sich die Bundespolizeibeamtin zurück, als sei sie nie weg gewesen. Siegerin im Gesamt-Weltcup, dazu zweimal Silber und einmal Bronze bei Welt- und Europameisterschaft. Mit dem Deutschen Polzeisportkuratorium hat die 33-Jährige über ihren sportlichen Erfolg, über Motivation und vor allem natürlich über ihre neue Rolle als sportliche Mama gesprochen.

GESAMT-WELTCUP-SIEG IN ST. MORITZ
©FOTOMANLV

Zunächst noch mal herzlichen Glückwunsch zu diesem erfolgreichen Comeback. War es in diesem Jahr ein für dich persönlich ganz besonderer Triumph?

Vielen Dank. Diese Saison war tatsächlich sehr erfolgreich und ich bin stolz auf das was uns, und ich sage ganz bewusst uns, dieses Jahr gelungen ist. Sowohl sportlich aber vor allem auch familiär, also wie wir als Familie es geschafft haben, diese Saison so gut zu organisieren. Ich konnte nicht nur sportliche Erfolge feiern, sondern eben auch für meinen Sohn da sein und sehr viel Zeit mit ihm verbringen.

nicht gedacht.

Allerdings muss ich auch ganz ehrlich sagen, dass ich von vornherein gesagt habe, dass ich das alles nur machen will, wenn ich merke, dass es für Leo auch okay ist. Wenn er zum Beispiel Probleme mit dem vielen Reisen oder dem Schlafen in den Hotels gehabt hätte, dann hätte ich meine Karriere beendet. Der Kleine steht definitiv an erster Stelle.

Mama und Spitzensportlerin - das ist alleine schon zeitlich gesehen eine Herausforderung. Wie bekommst du das unter einen Hut?



BEIM WELT-CUP RENNEN IN OBERHOF
©FOTOMANLV

Hattest du dir vor der Saison schon solch einen Erfolg ausgerechnet oder welche Erwartungshaltung hattest du an dich selbst?

Ich bin an diese Saison ran gegangen mit der Hoffnung, dass ich schon hin und wieder ums Podest mitfahren kann. Dass es allerdings so gut läuft, ich meine Weltcup Siege Nr. 50 und 51 feiern konnte, Vizeweltmeisterin und Vizeeuropameisterin wurde und sogar den Gesamt-weltcup gewinnen konnte, das hätte ich

Nur mit der Hilfe von meinem Mann und meinen Eltern. Letzten Sommer war es zum Beispiel so, dass sich während der Trainingseinheiten, bei denen Leo immer dabei war, entweder mein Mann oder mein Vater bzw. meine Mutter dann vor Ort um ihn gekümmert haben. Und im Winter war es im Prinzip genauso. Bei fast allen Weltcupstationen hatte ich Leo, meinen Mann, unseren Hund und entweder meinen Vater oder meine Mutter dabei. Wir haben meistens in Ferienwohnungen gewohnt. Von dort aus hat dann auch mein

Mann gearbeitet - Quasi „Hotel-office“. Und Oma bzw. Opa waren für Leo da während ich beim Training oder in der Schlitten-Werkstatt war. Die Organisation ist tatsächlich das A und O.

Wie sieht denn dein Wettkampftag als Mama aus? Was hat sich im Vergleich zu vorher verändert?

(Lacht) Ich glaube, die einzigen Tage an denen sich nicht viel geändert hat, sind tatsächlich die Wettkampftage. Die laufen fast ab wie vorher, bis auf die Nacht vor dem Wettkampf vielleicht. Wie gesagt, da ich Leo ja immer dabei hatte und er natürlich auch bei uns im Zimmer geschlafen hat, waren manche Nächte schlaftechnisch unterbrochen. Das konnte mir auch niemand abnehmen, da ich den Kleinen auch relativ lange gestillt hab. Das Stillen war mir wichtig. Ach so, und geändert hat sich auch, dass das Rennergebnis spätestens dann gar nicht mehr so wichtig war, als ich nach dem Rennen wieder ins Hotel gefahren bin und meinen Sohn im Arm hatte.

Wäre der Gesamt-Weltcupsieg ohne Corona-Verlegungen nach Europa überhaupt für dich möglich gewesen?

Nein, auf keinen Fall. Ich habe vor der Saison mit meiner Familie und meinen Trainern gesprochen und wir haben uns so geeinigt, dass ich die Weltcups in Europa und die Weltmeisterschaften in Kanada/Whistler fahren werde. Also sechs bis sieben Rennen. Das letztendlich alle Rennen in Deutschland, Österreich, der Schweiz und eines in Lettland stattgefunden haben, das hat mir natürlich in

die Karten gespielt und mir die Chance gegeben um den Gesamtweltcup zu kämpfen.

Du standest sehr im Blickpunkt der Öffentlichkeit durch dein schnelles und dazu auch noch sehr erfolgreiches Comeback nach der Baby-Pause. Wie war das für dich?



JUBEL BEIM SIEG IN OBERHOF
©DIETMAR REKER

Dadurch, dass es nicht so viele Mütter gibt, die ein Comeback probieren, war mir schon klar, dass das Thema medial wohl interessant sein könnte. Als Druck habe ich das aber gar nicht wahrgenommen. Ich habe mir selbst auch keinen Druck gemacht, vielleicht erstmals in meiner Karriere. Ich habe diesen Winter wirklich als Versuch gesehen: Ich habe sportlich alles erreicht was ich mir jemals erträumt hab, ich probiere das Comeback jetzt einfach. Wenn es klappt, und ich erfolgreich zurück kommen kann, dann ist's gut, wenn nicht ist es auch gut. Das hat mir echt viel Druck genommen.

Wie waren die Wettbewerbe so ganz

ohne Zuschauer? Kriegt man die überhaupt beim Rennen mit?

Vor allem am Start und im Ziel bekommen wir von den Leuten an der Bahn schon viel mit und es ist zweifelsohne viel schöner, wenn Fans und Zuschauer an der Bahn sind, einen anfeuern und jubeln, aber das ging dieses Jahr einfach nicht. Ich bin unglaublich dankbar und froh, dass wir diese Saison trotz Corona so gut durchziehen konnten und alle Rennen fahren durften und freue mich jetzt einfach auf die Zeit, wenn alles wieder halbwegs normal abläuft. Aber viel wichtiger finde ich ist, dass wir alle langsam zu einem normalen Leben zurückkehren dürfen. Dass Kinder wieder Sport machen können und in die Schule dürfen, das ist viel, viel wichtiger, als ob wir vor Zuschauern rodeln dürfen oder nicht.



GOLD IN INNSBRUCK
©FOTOMANLV

Seit Monaten drängt uns die Pandemie zu Kontaktbeschränkungen. Als frischgebackene Mama und gleichzeitige Spitzen-

sportlerin ist die Vorsicht zuletzt vermutlich ungleich höher gewesen?

Ja, das stimmt. Ich habe während der Schwangerschaft schon sehr aufgepasst, da war Corona ja noch recht neu und man hatte im Prinzip keine Ahnung, wie gefährlich es für ungeborene bzw. neugeborene Babys ist. Als Leo dann da war, waren wir auch extrem vorsichtig. Für ihn und auch für uns. Ich habe dann im Juli wieder mit dem Training angefangen und versucht, so wenig Kontakte wie möglich zu haben um meine Wintersaison nicht zu gefährden. Das war teilweise schon hart, aber ich denke, wir haben die Situation ganz gut gemeistert. Trotzdem genießen wir es jetzt sehr, uns im Rahmen des Erlaubten auch mal wieder mit Freunden zu treffen.

Du möchtest gerne im kommenden Jahr wieder zu Olympia. Was hat dich bei deinen bisherigen drei Teilnahmen neben dem sportlichen Erfolg am meisten begeistert?

Olympische Spiele haben mich schon als Kind fasziniert. Egal ob Sommer oder Winter, ich habe fast alles angeschaut und früh angefangen zu träumen, selbst mal dabei zu sein. Olympiasieger zu werden ist das größte, was man sportlich erreichen kann. Man ist zwei Wochen mit den besten Athleten der Welt im Olympischen Dorf, man sitzt zusammen beim Essen, man ist einfach Teil dieser Olympischen Familie. Allein das Herzklopfen bei der Eröffnungsfeier, wenn das Olympische Feuer brennt, das ist Wahnsinn. Das kann man auch ganz schwer beschreiben.



PLATZ 1 - SIEGEREHRUNG IN OBERHOF
©SANDRO HALANK

Du hast gefühlt schon alles gewonnen in deiner Karriere, WM-Titel, EM-Titel, alle Medaillen bei Olympia, du wurdest vom Bundespräsidenten für deine Erfolge mit dem silbernen Lorbeerblatt ausgezeichnet. Was treibt dich immer wieder aufs Neue an? Woraus ziehst du deine Motivation?

Definitiv aus den Erfolgen, die ich bisher feiern durfte. Ich weiß, was ich in der Vergangenheit alles dafür getan hab, damit ich ganz oben stehen durfte. Ich habe mich im Training gequält, hab wirklich alles gegeben, auf viel verzichtet, aber der Lohn ist einfach, wenn man am Ende ganz oben stehen darf und die deutsche Hymne hört. Und genau dieses Gefühl treibt mich an



BEIM WELTCUP IN ALTENBERG
©DIETMAR REKER

solange ich aktiv bin, weiterhin zu kämpfen, an meine Grenzen zu gehen, jeden Tag mein Bestes zu geben.

Du hast mit deinem fulminanten Comeback gezeigt, dass du noch lange nicht am Ende deiner sportlichen Karriere bist. Wie sieht deine weitere Karriereplanung aus?

Ganz ehrlich: Da schaue ich von Jahr zu Jahr. Solange es mir Spaß macht, mein Körper mitspielt und vor allem meine Familie mich so bedingungslos unterstützt, sehe ich keinen Grund aufzuhören. Nächstes Jahr sind olympische Spiele, da wäre ich gern dabei. Und was danach kommt, das weiß ich noch nicht. Das schaue ich dann. (lächelt)

Inwieweit hat dich deine Berufswahl als Polizeibeamtin bei deinem Sport in all den Jahren unterstützt?

Ohne die Unterstützung der Bundespolizei - und hier speziell der Bundespolizei-sportschule Bad Endorf mit ihren professionellen Rahmenbedingungen und Rundumbetreuung - wäre ich definitiv nicht da, wo ich heute bin. Vermutlich wäre ich sogar gar nicht im Leistungssport „gelandet“. Nur durch die soziale und finanzielle Absicherung, konnte ich den Schritt in den Leistungssport gehen. Man weiß am Anfang einer Karriere ja nie, wo die Reise hingehet, welche Erfolge wann kommen. Daher war es mir und auch meinen Eltern wahnsinnig wichtig, dass ich

auf jeden Fall einen tollen, sicheren Beruf als zweites Standbein hab, wo ich, wann auch immer ich meine sportliche Karriere beende, arbeiten kann. Ich bin wahnsinnig dankbar, dass ich diese Möglichkeit bekommen hab, Beruf und Sport so gut zu vereinen.

Kannst du dir vorstellen, auch nach deiner aktiven Karriere noch regelmäßig die Rennrodelbahn aufzusuchen?

Als Zuschauerin auf jeden Fall. Die Begeisterung für den Sport bleibt sicherlich in mir drin.

Danke für das Interview, Natalie.



NEBEN DEM SPITZENSORT IST DIE POWERFRAU IM DIENST BEI DER BUNDESPOLIZEI

RAMONA HOFMEISTER

DIE DOPPEL-WELTCUP-SIEGERIN IM INTERVIEW

VOM WELTCUP-SIEG "DAHOAM" UND VERLORENEN BOARDS IN RUSSLAND

Snowboarderin Ramona Hofmeister (24) hat ein besonderes Jahr hinter sich. Die bayerische Polizeibeamtin hat ihren Weltcup-Titel verteidigt, mit einer Corona-Erkrankung zu kämpfen gehabt, war kurzzeitig etwas verzweifelt in Russland und musste zuletzt einem Teil ihrer Snowboard-Familie Lebewohl sagen. Mit uns hat die Bayerin über die vergangenen emotionalen Monate gesprochen und verraten, dass sie sich den Polizeiberuf ursprünglich etwas anders vorgestellt hat.



©BAYERISCHE BEREITSCHAFTSPOLIZEI

Herzlichen Glückwunsch Ramona - du hast es zum zweiten Mal in Folge geschafft, den Gesamtweltcup der Alpinen Snowboarderinnen zu gewinnen. Wie geht es dir nach dem letzten Weltcup an deinem Heimberg dem Göttschen?

Mir geht es sehr gut. Danke für die Glückwünsche. Körperlich fühle ich mich einerseits erleichtert, andererseits natürlich auch erschöpft. So eine Saison zehrt natürlich an allen Körperteilen und von daher bin ich jetzt auch froh, dass die Saison vorbei ist.

Es war schon immer mein Traum, einen Weltcup daheim fahren zu können. In Winterberg war es in der Vergangenheit auch immer top organisiert, aber da mussten wir zum Heimweltcup dann trotzdem immer gut sieben Stunden Anreise auf uns nehmen. Dieses Mal habe ich wirklich nur 15 bis 20 Minuten von Zuhause bis zur Strecke gebraucht. Da wo ich aufgewachsen bin ein Weltcuprennen zu fahren, das alleine war schon ein Traum der in Erfüllung gegangen ist. Dann noch zum zweiten Mal die Gesamtweltcupkugel überreicht zu bekommen und das dann auch noch in der Heimat, das war wirklich unbeschreiblich. Da brauch ich auch noch ein bisschen, um das zu realisieren.

War es ein Vorteil direkt am Wettkampfort zu wohnen? Quasi aus dem eigenen Bett direkt auf die Strecke zu können?

Es ist glaube ich beides, also Vorteil und Nachteil.

Es ist natürlich ein Vorteil, dass ich Zuhause geschlafen habe und dieses Mal nicht im Hotel war. Ich habe es wirklich

sehr genossen, dass ich daheim war. Noch ein Vorteil ist natürlich, dass ich den Hang in- und auswendig kenne, weil ich dort das Snowboardfahren gelernt habe. Ich bin da Kinderrennen gefahren, FIS Rennen und auch Europacup-Rennen. Ich glaube ein Nachteil ist eher, dass einen eben dort jeder kennt. Der Medienandrang vor dem Rennen war riesig, mit vielen Journalisten und Pressekonferenzen. Da muss man dann trotz des ganzen Drumherums konzentriert und fokussiert bleiben.



Deine Freunde und Familie waren alle direkt um die Ecke. Konnten einige denn trotz der Corona Beschränkungen irgendwie mit dabei sein?

Das war tatsächlich sehr schwierig, aber ich habe auf jeden Fall ein paar im Wald neben der Piste gesehen. Die haben dann dort eine Skitour hin gemacht, damit sie mich von ganz weit entfernt anfeuern konnten.

Es war ein Tag mit emotionalen Höhen und Tiefen. Deine beiden Teamkolleginnen Selina Jörg und Cheyenne Loch haben ihre Karriere beendet. Das muss

doch bestimmt auch sehr emotional für dich gewesen sein?

Ich glaube, ich hatte noch nie ein Rennen, bei dem ich so viel geweint habe. (Pausiert und lacht) Ein anderes Rennen fällt mir noch ein, bei dem mir die Tränen kamen und das war bei den Olympischen Spielen 2018, als ich da meine erste Medaille gewonnen habe.

Aber auch jetzt war es einfach ein unglaublich emotionaler Tag beim letzten Weltcuprennen.

Zum einen natürlich durch meinen Sieg im Gesamtweltcup. Den hatte ich zwar schon letztes Jahr gewonnen, aber da fand gar keine Siegerehrung statt, weil das Ganze im ersten Lockdown 2020 stattgefunden hat. Da wusste ich nicht mal, wie ich die Kristallkugel überhaupt bekomme und ob sie mir vielleicht per Post zugeschickt wird. Dieses Mal habe ich auf dem Podium nochmal gemerkt, was mir da gefehlt hat, auch wenn die Veranstaltung letztes Jahr



SIEG - KLEINE KRISTALLKUGEL IN SLOWENIEN
©PRIVAT

trotzdem schön war. Aber die Emotionen haben da doch irgendwie gefehlt. Dieses Mal hatte ich Tränen in den Augen.

Für Selina und Cheyenne durfte ich dann anschließend noch die Abschiedsrede im Zielbereich halten. Da sind mir dann auch noch einige Male die Tränen gekommen.

Wir sind halt einfach über die Jahre zusammengewachsen und wir sind mehr wie so eine Familie, keine Konkurrentinnen. Wir sind schon seit 12 Jahren mit unseren Boards gemeinsam unterwegs. Mit Cheyenne bin ich zum Beispiel auch schon Kinderrennen gefahren. Und Selina und ich haben schon unzählige Male zusammen auf dem Podium gestanden. Eigentlich haben wir die ganzen besonderen und großen Momente miteinander geteilt und das ist einfach nochmal doppelt so schön.

Ich wusste schon etwas vor der offiziellen Bekanntgabe, dass beide aufhören werden. Es war in erster Linie ein Schock, aber auf der anderen Seite kann man es natürlich auch verstehen. Bei Cheyenne habe ich es ja mitbekommen, dass sie auf Grund verschiedener Verletzungen immer unter Schmerzen gefahren ist. Und Selina geht als Doppelweltmeisterin, da gibt es eigentlich gar keinen schöneren Zeitpunkt, um aufzuhören.

Aber es reißt natürlich auch das Team auseinander und da ist jetzt erstmal eine riesige Lücke.



MIT TEAMKOLLEGIN SELINA JÖRG (L.)
©PRIVAT

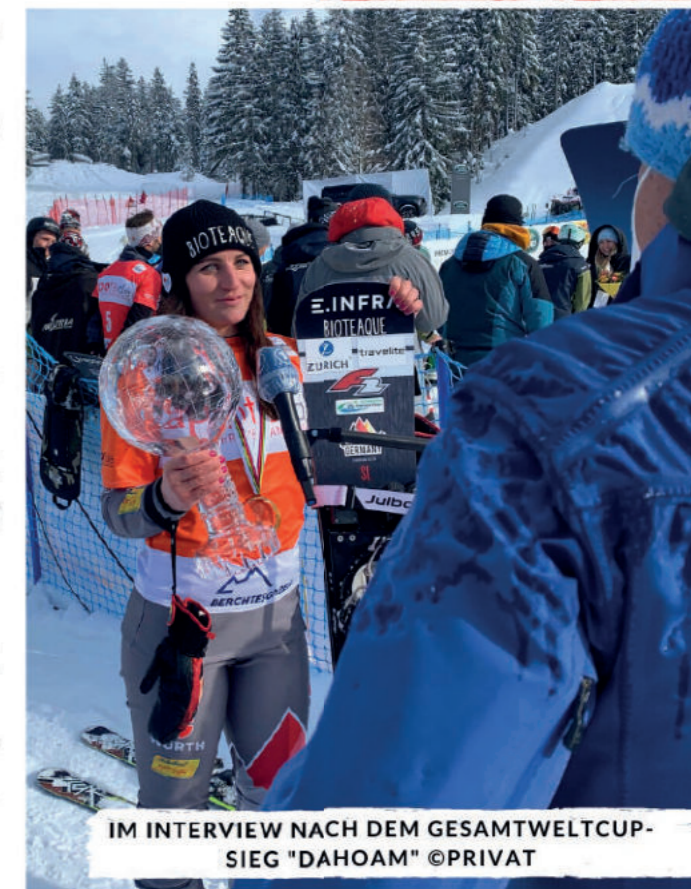
Vor der Saison gab es erst mal eine schlechte Nachricht für dich. Du warst an Corona erkrankt. Wie ist die Krankheit bei dir verlaufen?

Ich bin von Selina als Teamkollegin im Oktober angesteckt worden. Wir waren da gerade auf einem Vorbereitungslehrgang. Der wurde daraufhin direkt abgebrochen und wir sind nach Hause gefahren. Dort habe ich dann auch die Zeit der Erkrankung und Quarantäne verbracht. Nach dem positiven Ergebnis war der Schock zunächst erstmal groß, weil ich auch nicht wusste, was jetzt genau mit mir passieren wird. Ich hatte zwar immer Respekt, aber nie Angst vor Corona. Die ersten drei Tage habe ich auch etwas gemerkt, da hatte ich einige typische Symptome, danach ging es mir dann aber schnell wieder gut und ich habe die restliche Zeit quasi Zuhause abgesessen.

Von Langzeitfolgen merke ich nichts, ich kann wieder ganz normal meine Höchstleistung auf dem Board abrufen. Auch bei den medizinischen Untersuchungen und Leistungstests war alles super.

Hast du den Weltcup(Sieg) dadurch in Gefahr gesehen?

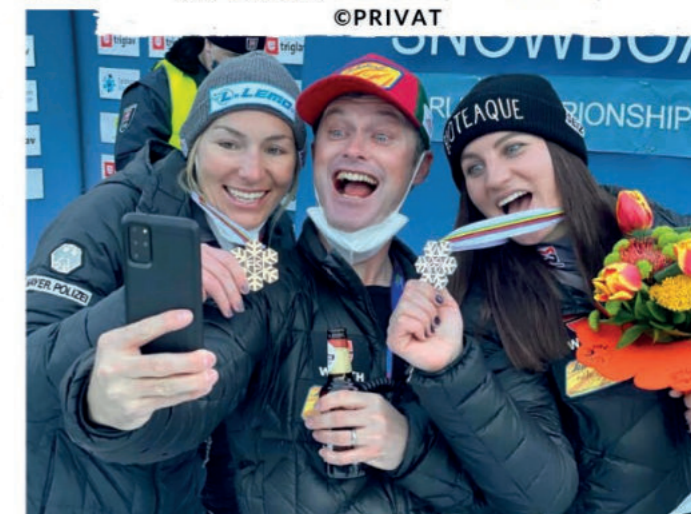
Natürlich denkt man da auch mal drüber nach. Ich bin aber immer positiv geblieben, weil wir ja auch fit, jung und athletisch sind und habe dann halt auch das Beste aus der Situation gemacht. Wir sind zum Beispiel erst kurz vorher umgezogen und deshalb konnte ich die Zeit gut nutzen und habe noch einiges Zuhause geschafft. Ich habe es dann auch echt mal genossen, wirklich zwei Wochen am Stück vor den Rennen und Reisen zu Hause sein zu können.



IM INTERVIEW NACH DEM GESAMTWELTCUP-SIEG "DAHOAM" ©PRIVAT



WM-SILBER IN ROGLA (SLOWENIEN)
©PRIVAT



Russland war dieses Jahr aus verschiedenen Gründen eine ganz besondere Station.

Ihr seid dort als deutsches Team zum Weltcup hingeflogen und dann war erst mal euer Gepäck und damit auch eure Boards weg. Das heißt, ihr standet erst mal noch lange Zeit am Gepäckband und irgendwann schlich sich das Gefühl ein, da kommt wohl nix mehr?

Ja, genau! Und dann wartet man aber einfach noch länger, weil es kann ja eigentlich gar nicht sein, dass die Sachen nicht kommen. Ich meine, ich hatte in dem Moment halt wirklich noch gar nichts. Von mir war nichts da! Kein Board und auch kein Koffer.

Da ist echt alles schief gegangen, was nur schief gehen kann. Außer die Wettkampfergebnisse.

Wir haben in der Situation dann erstmal geguckt, von wem überhaupt etwas angekommen ist. Und wie wir die Sachen dann untereinander aufteilen können, also wer wem etwas leihen kann.

Als wir dann im Hotel in Moskau angekommen sind, haben wir erstmal gegoogelt, welche Läden noch so geöffnet haben. Da gab es dann tatsächlich um die Ecke einen 24-Stunden-Supermarkt, wo wir dann erstmal die dringendsten Sachen gekauft haben, also Zahnbürste und so etwas. Was man halt so braucht für die erste Nacht in Russland.

Dann ging das Hoffen los, dass die Sachen doch noch rechtzeitig ankommen. Ich habe mir aber auch gedacht: „Entweder es kommt halt noch oder eben nicht.“ Da bringt es auch nichts, sich den Kopf unnötig zu zerbrechen. Immerhin meine Snowboardschuhe hatte ich dabei, die nehme ich



SCHNAPPSCHUSS VON DER SIEGEREHRUNG IM GESAMTWELTCUP ©PRIVAT



RAMONA (MITTE OBEN) UND DAS TEAM VON SNOWBOARD GERMANY ©PRIVAT



RAMONA AUF DER PISTE ©BAYERISCHE BEREITSCHAFTSPOLIZEI



OLYMPIA-BRONZE AUS PYEONGCHANG 2018 ©BAYERISCHE BEREITSCHAFTSPOLIZEI

immer im Handgepäck mit, aber nur mit denen allein geht es nun mal auch nicht.

Am Freitag vor dem Weltcup-Wochenende haben wir unsere Sachen dann endlich bekommen. Das war aber mit sehr viel Reise- und Wartezeit verbunden. Allein das Hin und Her zwischen Hotel und Flughafen waren immer gut zwei Stunden pro Strecke. Hinterher habe ich das auch sehr im Rücken gespürt, weil wir als Sportler das lange Rumsitzen einfach nicht gewohnt sind. Deshalb war das für den Körper entsprechend auch nicht so gut.

Zum Glück konntet ihr dann noch an den Weltcuprennen in Russland teilnehmen. Du hast das Gold und Bronze geholt. Die Wettkämpfe in Russland konnten dort trotz Corona mit Zuschauern stattfinden. War das ein komisches Gefühl für euch als Sportler oder eher ein Stück Normalität in Zeiten von Corona?

Teils, teils. Überwiegend war es eigentlich eher ein komisches Gefühl. Wir hatten eine Dolmetscherin dabei und die haben wir gefragt, wie die aktuelle Corona-Lage in Russland so aussieht. Und tatsächlich unterschied sich die Lage in Russland zu diesem Zeitpunkt nicht von der in Deutschland, nur in Russland haben sie eben keine Maske getragen. Wir haben dann noch mehr drauf geachtet, extrem den Abstand zu anderen zu bewahren. Ansonsten waren wir dort in unserer großen Unterkunft gut von allem abgeschottet.

Wie bereitet man sich denn auf so extreme Temperaturen wie in Russland vor? Dort waren bis zu minus 30 Grad und

dann war es zum Teil sehr stürmisch. Kann man sich darauf überhaupt vorbereiten oder musst du da einfach die Zähne zusammenbeißen?

Zähne zusammenbeißen ist, glaube ich, eine ganz gute Beschreibung. Am kältesten war es auf jeden Fall am Wettkampfsamstag, als die Slalomrennen waren. Da sind wir dann zwischendurch auch in so ein kleines Zelt rein und haben da die Schuhe ausgezogen, um uns aufzuwärmen. Hört sich vielleicht etwas verrückt an, aber ich habe einfach meine Handschuhe genommen und die über meine Füße gezogen, damit die zumindest wieder ein bisschen auftauen. Obwohl es in diesem Zelt auch gar nicht richtig warm war.



RAMONA NACH DEM SIEG DER KLEINEN KRISTALLKUGEL ©PRIVAT

Aber das gehört eben dazu, wenn man Wintersport betreibt, auch wenn es an diesem Sonntag schon wirklich extrem war. Es war so kalt, dass am Start die Technik zum Teil eingefroren ist und zwischenzeitlich darüber nachgedacht wurde, das Rennen deshalb abubrechen.

Ich bin eigentlich eine Person, die nicht so schnell friert, aber bei solchen Temperaturen wird es dann auch mir zu kalt.

Ihr wurdet alle regelmäßig getestet und konntet euch deshalb auch mal im Ziel umarmen. Wie war das für euch?

Für uns war es auch schwierig da erst mal hineinzufinden. Beim ersten Weltcup im italienischen Cortina hatten wir unsere Masken immer direkt mit dabei und haben die dann im Zielbereich auch immer ganz schnell wieder aufgesetzt. Da hieß es dann hinterher, „so schnell müssen die Deutschen das auch nicht machen.“ Es hat dann gereicht, wenn die Masken zum Beispiel in den Interviews und am Podium getragen wurden.

Bei so einem Rennen sind aber auch immer viele Emotionen dabei und dann ist es natürlich schön, wenn man danach eine Teamkollegin umarmen kann.



RAMONA UND SELINA JÖRG BEI DER WM IN ROGLA ©PRIVAT

Wie sieht dein Training aus, wenn mal kein Schnee liegt?

Da verbringe ich dann die meiste Zeit im Krafraum. Im April und Mai startet zum Beispiel auch wieder das Training für die Grundlagenausdauer. Dann gehen wir Radfahren oder auch Laufen. Aber ab Juli/August sind wir dann auch schon wieder auf Schnee unterwegs. Wir fahren ab und zu auch mal in eine Skihalle, aber meistens reisen wir ins Trainingslager, um dann auf einem Gletscher zu trainieren. Deshalb ist die Zeit ohne Schnee dann auch gar nicht so lang.

Im April geht es für dich wieder als Polizistin in Bad Reichenhall weiter. War das - neben dem Sport - schon immer dein Berufswunsch / dein Traum?

Ich war schon immer am Polizeiberuf sehr interessiert und hätte mich auch ohne die Spitzensportförderung dort beworben. Die Zeit im Dienst ist für mich immer unglaublich interessant. Ich freue mich dann auch, das Snowboard in die Ecke zu stellen und gegen die Polizeiuniform zu tauschen. Ich nutze die Möglichkeit, dass ich auch immer wieder bei einer anderen Dienststelle arbeiten kann, dieses Mal in Bad Reichenhall. In den letzten Jahren war ich aber auch schon mehrfach in Berchtesgaden und letztes Jahr in Traunstein.

Was hat dich am Polizeiberuf so fasziniert?

Das war für mich schon immer ein Kindheitstraum. 2013 hat es dann bei mir geklappt. Ich finde den Beruf einfach spannend und abwechslungsreich.

Jedes Mal wenn ich im Dienst bin, weiß ich nicht genau, was an dem Tag auf mich zukommt. Es kann alles sein und das finde ich so interessant.



Hast du dir den Polizeiberuf denn auch so vorgestellt?

Ich glaube, ich habe es mir nicht ganz so aufregend vorgestellt. (lacht) Wenn ich so live dabei bin und es jetzt alles so miterlebe, dann ist es für mich noch viel überwältigender. In Zukunft möchte ich auf jeden Fall noch mal bei der Hubschrauberstaffel reinschnuppern. Das könnte ich mir richtig gut für meine Zeit nach dem Spitzensport vorstellen. Eigentlich wollte ich dort schon dieses Jahr hin, aber durch Corona geht es leider nicht. Ansonsten würde ich mich auch noch für die Arbeit bei der Alpinpolizei interessieren.

Trainierst du dann noch nebenbei oder macht der Sport für ein paar Wochen Pause?

Das Sommertraining läuft jetzt nebenbei schon weiter. Natürlich ein bisschen

zurück geschraubt, das geht neben dem Wach- und Wechseldienst gar nicht anders. Ich möchte auch einfach mehr Zeit in meine Arbeit bei der Polizei investieren.

Wegen der Olympia-Vorbereitungen sind es ja auch nur vier Wochen in Bad Reichenhall.

Was sind deine Ziele für die Zukunft?

Ich bin schon sehr stolz auf das, was ich mit 24 Jahren erreicht habe. Da darf man dann auch nicht vergessen, nochmal zurückzublicken. Nichtsdestotrotz wäre es natürlich ein Traum, nochmal eine Medaille bei den nächsten Olympischen Spielen zu gewinnen und dann natürlich im besten Fall die Goldene. Aber das ist bei uns gar nicht so leicht. Es gibt eben nur einen einzigen Renntag, an dem dann alles passen und klappen muss, also nur eine Chance auf das Podest.

Vielen Dank für das Interview, Ramona.

JUDO FÜR SÜDAFRIKA

FACHWART SELBSTVERTEIDIGUNG
ÜBER JOHANNES DAXBACHER
UND SEINEN EINSATZ FÜR DEN SPORT

Im nun gut etablierten Covid-Klima leidet die Arbeit von Hilfsorganisationen in der ganzen Welt; die Zeit und Aufmerksamkeit der Menschen richtet sich weiterhin voll und ganz auf ihre Fragen und Probleme zur Pandemie. Viele Hilfsorganisationen berichten, dass ihre Einkünfte drastisch gesunken sind, und ohne die Möglichkeiten für ihr übliches Marketing und crowd-basierte Kapitalbeschaffung ist ihre Arbeit gefährdet.

Geld zu beschaffen, um weiterhin Flüchtlingsgruppen im Kontext eines Kontakt-

sports zu helfen ist schwierig, zur Zeit mehr denn je. Aber das Judo for Peace-Programm bemüht sich weiterhin darum Probleme zu lösen und den Herausforderungen die Stirn zu bieten.

Judo for Peace Südafrika ist ein ziemlich junges Programm und hat seine ersten Schritte erst Mitte 2017 unternommen. Wenn es stimmt, dass eine lange Reise mit einem kleinen Schritt beginnt, sind wir schon weit gekommen, haben viele Menschen erreicht und viele Träume erfüllt. In Südafrika ist Judo for Peace Zeuge der Zusammenarbeit der IJF mit dem UNHCR, dem UN-Flüchtlingskomitee, zusammen mit vielen weiteren Partnern, wie etwa Nike, Nje und zahlreichen lokalen Dojos.

Um einen Judoka auszubilden, braucht man nicht nur einen Trainer oder einen Sparringpartner sondern die ganze Welt. Judo ist eine Erfahrung, die die Praxis auf der Matte übersteigt und über Grenzen fliegt.

Sensei Johannes Daxbacher ist der Pate vieler Initiativen in Afrika, er ist der Gründer von Judo in Äthiopien, Unterstützer von Judo im Sudan und vielerorts und Beauftragter der Military and Police Commission der International Judo Federation. In dieser Funktion sind seine Aufgaben unter anderem, das Thema „Judo und Polizei“ weltweit zu vernetzen und gegenseitigen Austausch für eine bessere Entwicklung mit unseren Netzwerken (Sport, Polizei, Politik) zu ermöglichen.

Die Verbindung mit dem Judo for Peace-Programm in Südafrika geht auf eine alte Freundschaft mit dem lokalen Koordinator

des Programms, Mr. Roberto Orlando, zurück, einem ehemaligen Studenten der IJF-Akademie, den er auf den staubigen Matten von Addis Abeba kennenlernte.

Herr Daxbacher glaubt fest an den erzieherischen Wert unseres Judo-Sports und bot uns mit seinem ansteckenden Enthusiasmus seine Hilfe an, um das Judo for Peace-Programm in Südafrika zu fördern. Bei dieser Kampagne sammelte Johannes Daxbacher Tatami und Judogi von deutschen Judovereinen, um sie zur Einrichtung neuer Dojos in Flüchtlingsgebieten Südafrikas anzubieten. Dank der unablässigen Partnerschaft mit dem UNHCR wurden die fünf Paletten mit

Spenden nach Johannesburg transportiert. Durch den praktischen und direkten Gebrauch der gesammelten Spenden, welche all das geliefert haben, was für die Ausübung von Judo benötigt wird, ist es nun an den Judo for Peace-Judoka, auf die Matte zu gehen und den Traum des Judo-Begründers Prof. Jigoro Kano wahr zu machen.

Obwohl die Situation in Südafrika noch immer von Covid geprägt ist und das Ausüben von Judo beschränkt ist, ruht sich Judo for Peace nie aus und wir planen neue Dojos zu eröffnen, die unterprivilegierten Gruppen in Südafrika dienen werden.

Text/Quelle: Roberto Orlando/International Judo Federation
Übersetzung: Kilian Hein



JOHANNES DAXBACHER MIT DEN SPENDEN
IN DEUTSCHLAND



DIE SPENDEN BEI IHREM EINTREFFEN IN
DURBAN IN SÜDAFRIKA



DUALE KARRIERE

ERSTE SPITZENSORTLER BEI DER BUNDESPOLIZEI IN GEHOBENEN DIENST AUFGESTIEGEN

Von Blau zu Silber – denn seit kurzem bietet die berufliche Karriereleiter für Spitzensportler in der Bundespolizei eine weitere wichtige Stufe.

Autoren: Jochen Maron & Sven Drese



Acht Athleten sind jetzt zu Polizeikommissar*innen ernannt worden und haben damit erfolgreich den Laufbahnwechsel vom mittleren in den gehobenen Polizeivollzugsdienst vollzogen.

Voller Stolz nahmen die Lehrgangskollegen ihre Ernennungsurkunden zu Polizeikommissar*innen entgegen. Gemeinsam absolvierten sie in den zurückliegenden sechs Monaten den ersten Lehrgang dieser Art. Da viele Spitzensportler den gehobenen Polizeivollzugsdienst anstreben, hat die Bundespolizei mit der im Sommer 2020 in Kraft getretenen Neuregelung des § 16a der Bundespolizeiaufbahnverordnung eine verkürzte Aufstiegsmöglichkeit explizit für Spitzensportler geschaffen.

Mit überdurchschnittlichen Ausbildungsleistungen hatten sich die Athleten für den verkürzten Praxisaufstieg in den gehobenen Polizeivollzugsdienst qualifiziert und diesen trotz pandemiebedingter Einschränkungen im Ausbildungsablauf erfolgreich abgeschlossen, was nicht zuletzt auf das hohe Engagement sowohl der Sportler selbst als auch der eingesetzten Fachlehrer zurückzuführen war.

Der überwiegend theoretische Teil des Lehrgangs fand in Kienbaum statt, wodurch sie umfassend trainieren und betreut werden konnten.

SICHERHEIT UND SPITZENSORT BEI DER BUNDESPOLIZEI

Seit 1999 werden in der Bundespolizeisportschule Kienbaum im Auftrag des Bundesministeriums des Innern hochtalentierete Nachwuchssportlerinnen und -sportler zu Polizeivollzugsbeamt*innen des mittleren Polizeivollzugsdienstes ausgebildet und sportlich gefördert. Die Athletinnen und Athleten erhalten parallel zur professionellen Ausübung ihres Spitzensports eine dauerhaft gesicherte berufliche Perspektive über das sportliche Karriereende hinaus (duale Karriereplanung).

Derzeit werden bis zu 75 Sportlerinnen und Sportler in neun olympischen Sommer- und Ganzjahressportarten betreut: Judo, Kanu-Rennsport, Kanu-Slalom, Leichtathletik, Radsport, Rudern, Bogenschießen, Schießen und Turnen.



CHARLOTTE BECKER

- Radsport - Bahn- und Straßenrennen
- Mehrfache Deutsche Meisterin im Bahnrad
- Olympia Platz 8 und 9 in der Team-Verfolgung



MICHAEL GOLDBRUNNER

- Schießen
- Mehrfacher Deutscher Meister



INES BEISCHMIDT

- Judo
- Deutsche Meisterin bis 52kg Hamburg 2016
- Europäische Polizeimeisterschaften Platz 2 Frauen bis 57kg Ungarn 2019



MARCUS GROSS

- Kanu-Rennsport
- Doppel-Olympiasieger 2016
- Weltmeister 2016 und 2018
- Europameister 2014, 2015 und 2017

KRISTIN GIERISCH

- Leichtathletik - Dreisprung
- Mehrfache Deutsche Meisterin und Hallenmeisterin
- Hallen Europameisterin 2017
- Olympia-Teilnahme 2016



CAROLA SCHMIDT

- Kanu-Rennsport
- Deutsche Meisterin 2019
- U23 Europameisterin 2017



CHRISTOPH HARTING

- Leichtathletik - Diskuswerfen
- Olympiasieger 2016
- Deutscher Meister 2015 und 2018



KOSTJA STROINSKI

- Sportart: Kanu-Rennsport
- Mehrfacher Deutscher Vizemeister
- U23 Doppel-Europameister 2014



AUSWIRKUNGEN DER PANDEMIE

AUF DIENSTSPORT INKLUSIVE GESUNDHEITS- UND PRÄVENTIONSSPORT (GPS)

„Mich begeistert die Offenheit, mit der digitale Medien ausprobiert werden“

Liebe Leserinnen und Leser,

wir erleben gerade sehr „bewegte“ Zeiten – allerdings leider nicht im sportlich aktiven Sinne. Mit COVID-19 ist eine Krise auf uns zu gerauscht, die niemand vorausgesehen hat. Man könnte jetzt sagen, „Aber zum Glück haben wir ja den Sport!“. Doch auch die sportliche Aktivität hat sich in der Pandemie verändert.

Die Geschäftsstelle des DPSK hat im Bund und in den Ländern eine Kurzbefragung zu den Auswirkungen der Corona-Krise durchgeführt. Im Mittelpunkt der Befragung standen die Auswirkungen auf den Dienstsport einschließlich GPS und es wurde auch gefragt, ob noch Sportangebote stattfinden und unter welchen Rahmenbedingungen.

Auch wenn es sich bei der Befragung um keine empirische Untersuchung handelt,

erlaubt sie einen Einblick zu den Veränderungen des Dienstsportes im Bund und in den Ländern, den ich in meiner Funktion als Hauptsportwartin gerne spiegeln möchte.

KERNAUSSAGE ZUM IST-STAND

Dienstsport inklusiv GPS sind weitgehend ausgesetzt. Sportstätten sind zumeist geschlossen, auch Outdoor-Anlagen. Individualsport als Dienstsport und GPS kann in einigen Ländern unter Einhaltung der Abstandsregelungen unter freiem Himmel von bis zu zwei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern (z.B. Joggen und Walken) stattfinden. Allerdings finden keine zentralen Sportangebote statt. In der Ausbildung wird Dienstsport unter den Vorgaben der Hygienekonzepte und

beschränkt auf das Notwendigste (z. B. Leistungsfeststellungen und deren Vorbereitung) ausgeführt, wobei auch Trainingspläne erstellt und eine digitale Unterweisung vorgenommen wird. Es gibt Länder, die einheitlich für das ganze Land Regelungen treffen und es gibt Länder, die eine „Empfehlung“ ausgeben und die jeweiligen Behördenleiter und Behördenleiterinnen können selbstständig entscheiden. Sowohl in der Ausbildung wie auch Fortbildung sind digitale Angebote auf dem Vormarsch.

Ein Erbringen der Leistungsnachweise zur körperlichen Leistungsfähigkeit ist möglich. Länder, die einen Leistungsnachweis einfordern, bieten überwiegend auch die Abnahmen der körperlichen Leistungsüberprüfungen an. Sie finden in sehr kleinen Gruppen und unter den Hygienekonzepten statt.

Sehr stark zeigt sich, dass eine virtuelle Durchführung von Sport auf dem Vormarsch ist. Eine Möglichkeit, unter Pandemiebedingungen sportlich aktiv zu bleiben, stellen Online-Sportangebote dar, die, abgestimmt auf verschiedene Altersgruppen und Fitnessgrade sowie Zielgruppen, eine wichtige Funktion haben können. Viele Länder drehen Videos zu Sporteinheiten oder Bewegungspausen für Homeoffice Tätige. Videosequenzen werden ins Intranet gestellt. Andere gehen in ein Pilotprojekt und testen einen „live stream“ und bieten online live Sportkurse an. Ein Land bietet sogar zweimal die Woche einen Ganzkörpertraining-Workshop über Zoom online an. Es sind mittlerweile etwa 51 Teilnehmende, die in Ihrer Freizeit dabei mitmachen. Es gab aber auch rechtliche Diskussionen, da Zoom dienstlich nicht genutzt werden darf. Da der Online-Kurs aber in der privaten Zeit erfolgt und



DIENSTSPORT VOR DER CORONAPANDEMIE
U.A. BEI ÜBUNGSLEITER-WORKSHOPS

Eingeschränkt findet Selbstverteidigung und/oder Einsatztraining statt. Unter Coronaschutzverordnungen mit Abstand und Hygienekonzept sowie „Kohortenbildung“ werden diese Aus- und Fortbildungen in den systemrelevanten Polizeibereichen weitestgehend ermöglicht.

über private Laptops aufgerufen wird, ist dies unkritisch. Auch Fragen zum Unfallschutz und zur Anrechnung auf die Dienstzeit kamen. Der Kurs ist aber nur für die Freizeit gedacht.

Auch das DPSK macht sich digital auf den Weg und möchte Impulse für den Bund und die Länder geben wie zum Beispiel mit den eingestellten Videos, die die Länder nutzen können. Ebenso ist der Übungsleiter Workshop in einem digitalen Format in Planung.



HAUPTSPORTWARTIN CHRISTEL BERNSTEIN



Wahrgenommen wird auch, dass die technischen Mittel für die Aufnahme und Bearbeitung der Videos ihre Grenzen hat. Die Ausstattung in den Behörden ist sehr unterschiedlich. Häufig bringen sich Kollegen und Kolleginnen privat ein, um das bestmögliche Ergebnis zu erzielen – zeugt von einer guten Kollegialität, dem Zusammenhalt und der Begeisterung, den Dienstsport inklusive GPS aktiv zu halten. Mich begeistert die Offenheit, mit der digitale Medien ausprobiert werden. Ich gehe fest davon aus, dass wir nach der Pandemie wieder mit neuer Freude in Präsenz miteinander sportlich aktiv sein werden. Doch bis dahin werden wir – und viele von uns zum ersten Mal so intensiv – Erfahrungen mit digitalen Medien sammeln können. Darauf können wir aufbauen, um künftig noch gezielter unsere Bewegungsangebote mit digitalen Medien zu unterstützen. Denn Digitalisierung kann nicht das Ziel, sondern bestenfalls ein Mittel sein.

Jetzt bleibt erstmal die Herausforderung über die Corona-Zeit hinaus bestehen, Kolleginnen und Kollegen mit Bewegungsangeboten unterschiedlicher Art zu erreichen. Halten Sie durch, bleiben Sie humorvoll, kreativ und dem Sport verbunden.

Dr. C. Bernstein

Herzlichst
Dr. Christel Bernstein

DPSK ÖFFNET DEN WETTKAMPFSPORT

Nach zwanzig Monaten ohne Wettkämpfe im DPSK soll es, vorbehaltlich der weiteren Entwicklungen zur Pandemie, nun wieder losgehen.

START MIT DER DPM TRIATHLON

Das DPSK hat sich auf seiner dritten Sondertagung Ende Mai dazu entschieden, mit der DPM Triathlon vom 10.09. bis 13.09.2021 in Baden-Württemberg den Neustart im Wettkampfsport auszurufen. Das Event findet im Rahmen eines Liegenwettkampfes in Erbach statt. Die Rahmenbedingungen mit einer Freiluftveranstaltung und der stetig steigenden Impfquote bieten eine gute Grundlage für eine sichere Veranstaltung.

DPM MARATHON

Die ursprünglich für April in Hannover geplante DPM wurde durch Niedersachsen auf den 31.10.2021 in die Braunschweiger Lauftage verlegt. Auch hier helfen die guten Rahmenbedingungen wie im Triathlon die sichere Durchführung zu gewährleisten.

WEITERE ABSAGEN - WERDEN NICHT NACHGEHOLT

- BOW Rad in Thüringen
- DPM Fußball Herren in Schleswig-Holstein
- DPM Ju-Jitsu in Hessen
- DPM Leichtathletik (ausgerichtet durch die Bundespolizei)
- EPM Rad in der Schweiz

DPM HANDBALL MÄNNER

Die DPM Handball Männer findet wie geplant vom 08.11. bis 12.11.2021 in Niedersachsen statt. Für die Durchführung sind spezielle Sicherheits- und Hygienekonzepte geplant. Bei der Planung wird weiterhin flexibel agiert und auf die Corona-Lage reagiert. Die Qualifikation der DPM erfolgt in einem K.o.-System bis Anfang Oktober. Um Reisen der einzelnen Teams für die Qualifikation so gering wie möglich zu halten, werden die Paarungen nach regionalen Gesichtspunkten und den Ergebnissen der vergangenen DPM ausgewählt.

EPM TENNIS

Die EPM Tennis sollte vom 01. bis zum 08. August 2021 in Münster (NRW) stattfinden. Im Rahmen der EPM waren unter anderem auch eine Galaveranstaltung mit bis zu 100 Teilnehmern geplant.

Die Inzidenzwerte in Münster zeigen aktuell ein stabil niedriges Bild, das auch zu immer mehr Lockerungen bei den bisherigen Beschränkungen durch die Coronaschutzverordnung NRW führt. Trotzdem hält das Polizeipräsidium Münster nach fortlaufender Prüfung der Lage und der Bewertung möglicher Chancen und Risiken eine sichere und dem Anlass angemessene Durchführung der Veranstaltung nicht für möglich.

Grund dafür sind die in NRW steigenden Zahlen der zuerst in Indien aufgetretenen Mutation.

Das PP Münster würde sich freuen, die EPM Tennis 2022 in Münster ausrichten zu können. Diese Möglichkeit wird aktuell noch von der USPE geprüft.

Infos zu den Absagen und stattfindenden Veranstaltung finden sie auf www.DPSK.de.



TRAINING MIT... JULIA RITTER

In NRW ist Kugelstoßerin Julia Ritter zu Hause. Aktuell wohnt die 22-Jährige im Ruhrgebiet, genauer gesagt in Essen. Seit 2016 ist sie bei der Bundespolizei. Momentan trainiert sie für die kommenden Olympischen Spiele im Sommer in Tokyo.

Wir durften sie auf ihrem Heimat-sportplatz am Römerberg-Stadion in Bergkamen treffen. Dort hat Julia uns ein Trainingsprogramm zusammengestellt, das man ganz einfach zu Hause nach-machen kann.

Doch Julia war nicht immer in der Leichtathletik aktiv. Mit vier Jahren begann Julia im ortsansässigen Verein Handball zu spielen. Direkt neben der Halle liegt auch der Sportplatz, auf dem die Leichtathleten des SUS Oberaden – unter anderem Julias Schwester – trainierten. Mit 14 Jahren probierte sich Julia im Kugelstoßen aus und sofort war klar, da steckt Talent hinter. Die Jungs in ihrer Schule oder Altersklasse hatte sie ohne großes Training schon in der Tasche. Dann ging es in den Urlaub an den Strand und mit im Gepäck - eine Kugel. Julia trainierte Tag für Tag zusammen mit ihrem Vater und als sie wieder zu Hause waren, stellte sie sich dem Verein vor, in dem auch ihre Schwester trainierte.

Der Trainer war begeistert und so begann die Geschichte einer talentierten Kugelstoßerin. Julias Schwester spielt übrigens heute Handball.

Die beiden sind also über einen kleinen Umweg an ihre Lieblingssportart gelangt. Ein bisschen wehmütig ist Julia schon, wenn sie ihre Schwester von der Tribüne aus anfeuert. Am Ende überwiegen für sie allerdings die Vorteile des Individualsports. Sie ist für sich verantwortlich und weiß, wem sie den Erfolg oder Misserfolg zuschreiben kann. Dabei kann Julia immer auf die Unterstützung ihrer Eltern zählen. Sie begleiten die Athletin sogar bis nach Kolumbien, um sie anzufeuern und ihr Rückhalt zu bieten.

Julia Ritter ist U18 Weltmeisterin und U20 Europameisterin im Kugelstoßen und mehrfache Deutsche Meisterin im Jugend- und Juniorenbereich. Bei den Deutschen Meisterschaften im Seniorenbereich hat sie schon 2x Bronze und 1x Silber gewonnen. Ihre persönliche Bestleistung liegt bei 18,14 Metern.

LOS GEHT'S...

Zum Aufwärmen sollte man sich zunächst etwas einlaufen und dann dehnen. Dazu hat Julia uns folgende Übung gezeigt.

BEINSCHWUNG

Festhalten an einem Stuhl oder einem Geländer ist bei dieser Übung auf jeden Fall erlaubt. Man stellt sich parallel dazu auf, sodass man das Bein weit nach hinten und vorne schwingen kann. In einer flüssigen Bewegung wird dann das gestreckte Bein so weit es geht nach vorne geschwungen. Der gegenüberliegende Arm ist ebenfalls gestreckt und wird ebenfalls nach vorne geschwungen, sodass die Hand die Fußspitze berührt. Dann werden Bein und Arm wieder in die entgegengesetzte Richtung, hinter den Rücken geschwungen. Beides bleibt dabei gestreckt.

WICHTIG: Bei der gesamten Übung sollte der Rumpf stabil bleiben, also Bauch und Gesäß sind angespannt.

Für eine ausreichende und effektive Dehnung, sollten Arm und Bein durchgehend gestreckt bleiben. Die Übung sollte pro Bein zehnmal wiederholt werden, in drei Sätzen.



NACH DEM AUFWÄRMEN

Geht es mit einem Trainingszirkel aus drei verschiedenen Übungen weiter. Jede Übung wird 40 Sekunden durchgeführt. Danach folgen 30 Sekunden Pause, bevor es mit der nächsten Übung weitergeht. Je nach Leistungsstand, kann man davon drei bis fünf Durchgänge machen und sich dann über die Zeit steigern.

1. SEILKOORDINATION

Seilspringen ist eine großartige Übung auch für Anfänger. Julia empfiehlt, mit ganz einfachen Basissprüngen über das Seil zu starten. Wer darin richtig fit ist, kann zu-sätzliche Übungen einbauen. Beim Hampel-mann werden die Beine beim Springen geöffnet und wieder geschlossen.

WICHTIG: Die Beine sollten nicht zu weit geöffnet werden, sondern maximal schulterbreit. Außerdem sollte man beim Springen auf seinen Rhythmus achten, der muss schön gleichmäßig sein.

Eine andere Möglichkeit ist das Knieheben. Abwechselnd werden dabei die Knie in Richtung Brust hochgezogen.

WICHTIG: Nicht in Rückenlage geraten. Wer ein bisschen Übung hat, der sollte nach Möglichkeit alle Übungen ohne Pause hintereinander durchführen.



2. AUSFALLSCHRITT

Das ist schon fast eine klassische Übung. Ausfallschritte sind für Julia eine schöne Übung für die Beine und das Gesäß, die man immer und überall machen kann. Man startet aus dem schulterbreiten Stand, anschließend macht man einen großen Schritt nach vorne. Das vordere Bein sollte im rechten Winkel zum Boden stehen. Das hintere Bein geht in Richtung Boden, sodass das Knie ihn fast berührt. Dann wird in einer fließenden Bewegung der nächste Schritt nach vorne gemacht. Zuerst kommt man zurück in den einbeinigen Stand, das eine Bein ist gestreckt, das andere ist in der Luft, ca. im 90 Grad Winkel vor dem Körper. Julia rät, sich dabei groß zu machen.



Danach setzt man das angewinkelte Bein wieder nach vorne auf den Boden ab, das hintere Knie ist wieder kurz über dem Boden und die Übung beginnt quasi von vorn.

WICHTIG: Bauch und Po sind wieder angespannt, der Körper wird gerade gehalten. Julia nutzt das Seil aus Übung 1, sie hält es mit gestreckten Armen über den Kopf, das sorgt noch mal für Körperspannung.

3. PLANK (VARIATION)

Hier bedarf es an Körperspannung. Denn bei der Plank bleibt der Körper ganz gerade. Ausgangsposition ist ein normaler Liege-stütz. Die Hände werden unter den Schultern aufgestellt, die Arme sind gestreckt, die Füße stehen auf den Zehenspitzen und der Körper bildet eine gerade Linie. Dann senkt man den Körper ab, indem man die erste Hand leicht anhebt und dann den Unterarm parallel zum Körper auf den Boden legt, danach folgt dasselbe mit dem zweiten Arm. Anschließend wechselt man wieder auf die Hände.

WICHTIG: Die Übung sollte lieber etwas langsamer und dafür präzise durchgeführt werden.

VIDEOS

Alle Übungen findet ihr als kurzes Video auch bei uns auf [Instagram](#) (@dpsk_germany) oder bei uns im Netz auf www.dpsk.de.

GESUND ESSEN...

MIT TAMARA BRECKOFF UND IHREM OFENGEMÜSE



ZUTATEN

- 3 3 mittelgroße, festkochende Kartoffeln
- 2 2 Paprika (1x grün und 1x rot)
- 1 1 Zucchini
- 2 2 Karotten
- 6 6 Champignons
- 1 (etwas) Brokkoli
- 1 Knoblauchzehen (nach Geschmack)
- + Olivenöl

GEWÜRZE

- + Curry
- + Paprika
- + Salbei oder Rosmarin
- + Italienische Kräuter
- + Salz und Pfeffer

01

SCHNEIDEN

Alle Zutaten in mundgerechte Stücke schneiden.

02

AUF'S BLECH

In eine ofenfeste Form oder direkt auf das Blech legen.

03

WÜRZEN

Öl, Knoblauch und Gewürze dazugeben und gut durchmischen.

04

IN DEN OFEN

Bei 200 Grad für ca. 40 Minuten (bissfest) in den Backofen. Danach sollte das Gemüse noch bissfest sein.

Die Gemüsepfanne mag Tamara besonders, weil die Gemüsesorten viele Vitamine und Ballaststoffe enthalten. Kartoffeln geben außerdem ein längeres Sättigungsgefühl. Das Gemüse kann um alle möglichen Gemüsesorten, die man mag, ergänzt bzw. ausgetauscht werden. Oder wer nicht auf Fleisch verzichten möchte, der kann zur Gemüsepfanne auch in Würfel geschnittenes Hähnchenfleisch geben.



TAMARA BRECKOFF

DIE PERSON HINTER DEM REZEPT

Tamara Breckoff ist Kriminalhauptkommissarin im Polizeipräsidium Frankfurt, dort ist die ehemalige Schwimmerin und Fünfkämpferin als Fachbereichsleiterin im Bereich Sport tätig. Außerdem ist die 53-Jährige auch Bundesfachwartin für Gesundheits- und Präventionssport, Fachwartin für Polizei-Dreikampf im Hessischen Polzeisport-Ausschuss und Trainerin der Frankfurter Schwimmschule der Polizei. 1992 war Tamara die erste Frau beim SEK. Sie hat im Polizeipräsidium Frankfurt im Streifendienst sowie beim Kriminaldauerdienst und der Fahndung gearbeitet, ehe sie dann Leiterin des Fachbereichs Sport wurde.

Neben dem Polizeiberuf hat die zweifache Mama auch eine Ausbildung zur Hauswirtschaftlerin abgeschlossen und die Prüfung zur Hauswirtschaftsmeisterin abgelegt. Sie ist Gesundheits- und Präventionssporttrainerin und zusätzlich noch zertifizierte Gesundheitsmanagerin.

Was ihre Ernährung angeht, achtet Tamara darauf, dass sie wenige bis gar keine Zusatzstoffe und Aromen zu sich nimmt. Natürlich ist ein Döner, Burger oder eine Pizza am "Imbiss um die Ecke" immer mal dabei. Aber sie ernährt sich nach ihrem Grundsatz: "Iss nichts, was deine Oma nicht als Essen erkannt hätte."

Die körperliche Leistung ist abhängig vom körperlichen Wohlbefinden und damit in hohem Maße von der Ernährung. Gemüse ist ein bedeutender Bestandteil für eine ausgewogene gesundheitsfördernde Ernährung und sollte nicht als Beilage behandelt werden. Es ist wasserreich und hat eine hohe Nährstoffdichte.

POLIZEISPORT DEPESCHE

DAS MAGAZIN DES DEUTSCHEN POLIZEISPORTKURATORIUMS

HERAUSGEBER

Vorsitzender des Deutschen
Polizeisportkuratoriums (DPSK)
LPD Andreas Wien

vertreten durch den Geschäftsführer
Frank Schemmer

Geschäftsstelle
Im Sundern 1
59379 Selm

Kontakt
Tel.: 02592 / 68 - 1050
Email: info@dpsk.de
www.dpsk.de

Insta: dpsk_germany

REDAKTION

Andreas Wien (verantwortlich)
Frank Schemmer
Saskia Papenfuß
sowie siehe Einzelnachweise

Unterstützt durch
Giuliano Buccini
Anne Brokemper
Daniela Schemberg

Bildnachweis
DPSK sowie siehe Einzelnachweise
Titelbild © Bundespolizei

Layout/Grafik/Satz
Saskia Papenfuß

Erscheinungsweise
dreimal im Jahr

Gefördert durch:

 Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages


Deutsches Polizeisportkuratorium

COPYRIGHT

Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind für die Dauer des Urheberrechts geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des DPSK unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und Einspeichungen und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

©2021 DPSK

FIT IM HOME OFFICE

ÜBUNGEN FÜR DAS TRAINING ZUHAUSE

In der neuen Video-Reihe zeigen wir euch Übungen für das Training Zuhause. Außerdem gibt es auch Einsteiger-Trainingspläne dazu.

Alles Videos gibt es auf
WWW.DPSK.DE

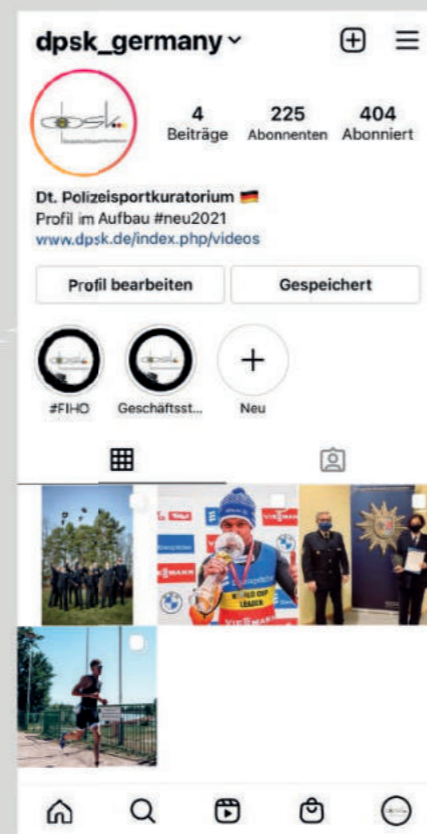


INSTAGRAM

FOLGT UNS FÜR MEHR INFOS

Hier posten wir die Sportergebnisse unserer Sportler*innen. In Zukunft nehmen wir Sie auch mit auf Deutsche und Europäische Polizeimeisterschaften.

[@DPSK_GERMANY](https://www.instagram.com/dpsk_germany)



POLIZEISPORT DEPESCHE

DAS MAGAZIN DES DEUTSCHEN POLIZEISPORTKURATORIUMS

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Deutsches Polizeisportkuratorium