



NEWS

Mit Vollgas in den Autofrühling

Es ist die Gelegenheit für alle PS-Fans, die neuesten Sportwagenmodelle gehörig auf Motor, Räder und Getriebe zu prüfen: Beim zweiten Arena Autofrühling in der etropolis Motorsport Arena in Oschersleben können am Sonntag, den 29. März kostenlos Fahrzeuge unterschiedlicher Hersteller auf dem DTM-Kurs Probe gefahren werden. Von 9 bis 18 Uhr öffnet die Anlage ihre Türen und lockt unter anderem auch mit Attraktionen für Kinder sowie kostenlosen Führungen.

Handball in Kajaks

Beim 13. Braunschweiger Kanupolo Turnier treten über 20 Teams à fünf Spieler in wendigen Einerkajaks gegeneinander an. Dieser fast 100-jährige Wassersport ist äußerst körperbetont. Durch die schnell aufeinanderfolgenden Spielzüge, eine Halbzeit dauert nur zehn Minuten, verlangt der Sport nicht nur die Beherrschung des Kajaks, sondern auch Taktik. Erleben kann man das Paddel-Spektakel am 21. und 22. März im Sportbad Heidberg ab 10 Uhr.

Das beste »Challenger« der Welt

Große Ehre für die Sparkassen Open: Bereits zum zweiten Mal nach 2005 wurde das Braunschweiger ATP-Turnier mit der weltweit höchsten Auszeichnung geadelt – mit dem Award „ATP Challenger of the Year“. „Braunschweig bietet exzellente Bedingungen für die Spieler, steht für Gastfreundschaft und zeichnet sich durch die Mischung aus Tennis, Musik und Unterhaltung aus“, erklärte Alison Lee, Vorsitzende des ATP Challenger Tour Management Committees.

Flüchtlingsprojekt des Box-Club 72

Kampfansage

Seit kurzem bietet Lina Schönfeld im Box-Club 72 ein Boxtraining für Flüchtlinge an, denen sie durch ihren Sport Kraft und einen Ausweg aus der Isolation geben will. Wie der Kampf aufgenommen wird, erzählt uns die Braunschweigerin im Interview.

von Maria Lüer
Fotos Box-Club 72,
snaaptitude-Fotolia.com

inSport Lina, erzähle bitte kurz etwas über dein Boxprojekt. Was genau können wir uns darunter vorstellen?

Lina Ich habe ein Projekt entwickelt, welches es interessierten Flüchtlingen ermöglicht, am Boxtraining teilzunehmen. Generell ist jeder Mensch, egal welcher Herkunft, Religion oder mit welchem persönlichen Schicksal bei uns im Verein herzlich willkommen. Aber gerade Menschen mit Flüchtlingshintergrund sind sich dessen oft nicht bewusst. Den Verein offiziell auch für Flüchtlinge zu öffnen, war ein wichtiger erster Schritt. Leider ist es für die Flüchtlinge sehr schwer zu erkennen, wo sie willkommen sind, und wo nicht – sich an einen Verein heran zu trauen, könnte daher eine Barriere sein, die so nicht unbedingt sein muss. Mit Hilfe des Box-Club 72 Braunschweig e.V. biete ich nun einen extra Trainingstermin für Flüchtlinge an. Dieser ist nicht getrennt, um Flüchtlinge von Nicht-Flüchtlingen abzusondern, sondern um eine Brücke zu bauen, die es

den Flüchtlingen erleichtern soll, sich in das Training einzufinden. Es geht bei diesem gesonderten Termin auch nicht unbedingt darum, den Flüchtlingen ein strenges und gezieltes Boxtraining zu bieten, sondern eher darum, Kontakte zu knüpfen und die deutschen Sprachkenntnisse aufzubessern. Im besten Fall kann das Boxtraining natürlich gleichzeitig eine therapeutische Wirkung auf traumatisierte Menschen haben.

inSport Wie bist du auf die Idee gekommen, ein Boxprojekt für Flüchtlinge zu starten?

Lina Ich habe mich im Rahmen meines Studiums und meiner Masterarbeit in den letzten zwei Jahren mit einem ähnlichen Thema auseinandergesetzt. Es ging da um die Reintegration ehemaliger Kindersoldaten ins Bildungssystem. Ich war dafür im Ausland, sechs Monate im Norden Ugandas, wo ich mich mit der Rolle von Kampfsport in diesem Reintegrationsprozess beschäftigte. Dort habe ich festgestellt, dass der Sport vielen Menschen Halt gibt und ihnen hilft, post-traumatische Symptome wie Alpträume, Ängste sowie Wut, Ver-

zweiflung und angestaute Aggressionen in den Griff zu bekommen. Als ich aus Uganda zurückkehrte, wollte ich meine gewonnenen Erkenntnisse nicht nur zu Papier bringen, sondern sie auch hier in meiner Heimatstadt Braunschweig anwenden, denn man muss nicht unbedingt nach Afrika reisen, um traumatisierte Menschen zu treffen.

inSport Warum sind gerade Flüchtlinge deine Zielgruppe?

Lina Immer mehr Menschen müssen ihre Heimat verlassen und vor Krieg, Tod, Hunger oder Gefängnis fliehen. Ich habe in Uganda mit traumatisierten Kriegsopfern gesprochen, ihre Geschichten brechen einem das Herz. Wenn man auch nur im Geringsten zu ahnen versucht, was die Menschen, die aus ihrer Heimat geflohen sind, durchgemacht haben, dann kann man eigentlich nicht weg schauen. Im „sicheren“ Europa angekommen, wird es Flüchtlingen unglaublich schwer gemacht endlich zur Ruhe zu kommen. Mit meinem Projekt möchte ich den Flüchtlingen zeigen, dass sie willkommen sind. Ich möchte ihnen außerdem ein Ventil für ihr Trauma bieten. Boxen stärkt nicht nur das Selbstvertrauen, sondern auch das Selbstwertgefühl – wichtige und unabkömmliche Attribute, um sein Leben zu meistern.

inSport Was genau ist die Zielsetzung deines Projekts?

Lina Ziel des Projekts ist es, dass Flüchtlinge sich bei uns im Verein, und somit



Der Box-Club 72 erhielt eine 1.000-Euro-Spende seines langjährigen Sponsors, der Stadtbäckerei Milkau. Das Geld wird für das BC72-Flüchtlingsprojekt sowie auch für die Nachwuchsarbeit verwendet. Auf dem Foto von rechts: Lina Schönfeld (eingefärbt), Nadine Milkau sowie Präsident Michael Rasehorn.



in Braunschweig, willkommen fühlen. Sport ist ein wunderbares Mittel der Integration. Sich zusammen zu bewegen, öffnet die Menschen, es ermöglicht Kommunikation, vor allem dann, wenn sie mit Worten zum Teil schwer ist. In meiner separaten Trainingsgruppe ist es mir möglich, auf jeden Menschen individuell einzugehen. Ein weiteres Ziel ist es, den Flüchtlingen für zwei Stunden pro Woche die Möglichkeit zu geben, alles um sich herum zu vergessen, abzuschalten und sich auszuholen. Boxtraining ist ein sehr intensives Training. Es wird ordentlich geschwitzt und am Abend kann hoffentlich ganz ohne schmerzende Gedanken und Alpträume geschlafen werden. Ich glaube an die therapeutische Kraft des Boxsports.

inSport Wie unterstützt dich der Box-Club bei deinem Projekt?

Lina Ohne den Box-Club hätte ich es sicherlich nicht so schnell und effektiv geschafft, dieses Projekt zu starten. Der Vorstand unterstützte meine Idee sofort und setzte alle Hebel in Bewegung, um das Projekt zu verwirklichen. Während

ich selbst eigentlich relativ medienscheu bin, hat Michael Rasehorn, 1. Vorsitzende des Vereins, keine Bemühungen gescheut, das Projekt publik zu machen, was natürlich für die Verwirklichung sehr hilfreich war. Ich bekomme vom Verein und durch ihn erworbene Spenden sowohl eine Halle zur Verfügung gestellt, als auch das Boxequipment, welches für ein vernünftiges Training benötigt wird. Der BC72 steht voll und ganz hinter mir und dem Projekt, was mir natürlich sehr hilft und wofür ich unglaublich dankbar bin.

inSport Was bedeutet dir selber der Boxsport?

Lina Ich selbst habe während meines Studiums mit dem Boxen begonnen. Ich war wirklich froh, über den Unisport einen Anfängerkurs gefunden zu haben. Von meinen eigenen Fähigkeiten musste ich mich erst selbst überzeugen, bevor ich mich traute, mich zwischen die großen Boxer zu mischen. Durch den Unisport konnte ich mein Selbstvertrauen diesbezüglich aber stärken und mein Interesse am Boxsport ist seitdem nur gewachsen. Wenn ich mal einen schlechten Tag habe, dann gibt es für mich nichts Besseres, als all meine Kraft an einem Boxsack auszulassen. Der Boxsport ist außerdem ein toller Weg fit zu bleiben. Der ganze Körper wird beansprucht und ich finde es toll meine eigenen Fortschritte zu beobachten. Nach einem harten Training gibt es nichts Schöneres, als kaputt ins Bett zu fallen und die ganze Nacht durchzuschlafen.

inSport Welche Rolle spielt der Kampfsport für die teilnehmenden Flüchtlinge?

Lina Das können die Teilnehmer natürlich am besten selbst formulieren, aber wenn ich in die Gesichter der Jungs schaue, dann glaube ich, dass das Training sie glücklich macht. Ich glaube, es ist schön für sie, eine Alternative zum teilweise vielleicht drögen Alltag zu haben. Sich beim Sport auszupowern, bedeutet außerdem eine gute und entspannte Nacht. Das Training bietet die Möglichkeit, neue Menschen kennenzulernen, Sprachkenntnisse auszuprobieren und aufzubessern sowie einmal die Woche an seine körperlichen Grenzen zu gehen, ohne sich oder anderen zu schaden.

inSport Warum scheint gerade das Boxen für viele ein Weg aus der Hilflosigkeit zu sein?

Lina Ich habe beobachten können, wie Kampfsport vielen Menschen Halt gegeben hat. Kampfsport hat viel mit Respekt und Disziplin zu tun. Die Menschen, die ihn ausüben, müssen in gewisser Weise an sich selbst glauben und werden von Mitsportlern angetrieben und motiviert. Anders als bei

einer Teamsportart können beim Boxen viele verschiedene Menschen zusammengebracht werden, wobei jeder sein eigenes Level und Tempo haben und beibehalten kann. Man macht zusammen Sport, ist aber nicht aufeinander angewiesen

oder voneinander abhängig. Boxen baut ein Selbstwertgefühl auf, welches der eine oder andere eventuell auf der Flucht verloren hat. Wenn einem überall, wo man hinkommt, ein Gefühl der Fremdheit und Nichtzugehörigkeit vermittelt wird, dann ist es schwierig für viele Menschen, ihren eigenen Wert zu erkennen. Oft wird er ihnen auch aberkannt, somit kann jemand, der in der Heimat ein angesehenes Anwalt war, hier oft nicht mal eine niedere Arbeit verrichten. Das Boxen gibt somit nicht nur körperliche Kraft, sondern auch seelische Stärke.

inSport Was hast du zukünftig mit diesem Projekt geplant?

Lina Das Projekt ist ja nun noch am Anfang. Erst mal ist es mir wichtig, dass das Training weiter läuft und es sich weiter herumspricht. Ich möchte denen, die Interesse haben, gerne ermöglichen, das Training wahrnehmen zu können. Daher bin ich zurzeit noch dabei, die Flüchtlinge zu erreichen. Es geht in erster Linie darum, den Verein für Flüchtlinge zu öffnen. Auch die anderen Sparten des Vereins freuen sich über internationalen Zuwachs. Das Projekt soll also vor allem erstmal ein Zeichen setzen und hoffentlich auch eine Vorbildfunktion für andere Vereine sein. Ein Mensch auf der Flucht muss irgendwann einmal irgendwo ankommen, und ich denke, dass gerade soziale Vereine, inklusive Sportvereine, die Möglichkeit haben, hier einen großartigen Beitrag zu leisten.

»Ich möchte ihnen ein Ventil für ihr Trauma bieten«

Tag des Motor- sports



**Schnupperkurse
Renntaxifahrten
Anfängertrainings
Präsentationen**

aus den Bereichen:

Rallye | Kartslalom
Motocross | Slalom
MiniBike | PocketBike

09:00 bis 18:00 Uhr

Eintritt frei

**28.03.2015
OSCHERSLEBEN**

**etropolis
Motorsport Arena**
Oschersleben



ADAC Motorsport
Karting-Abteil. e. V.

ADAC

INFO Jeden Samstag bietet der BC72 von 12 bis 14 Uhr in der Sporthalle der Grundschule Mascherode ein Boxtraining speziell für Flüchtlinge an. Hierbei soll es um das Kennenlernen eines Boxtrainings sowie um das Verlieren eventueller Ängste und Sorgen gehen. Interessierte können aber auch jederzeit beim regulären Training des BC72 in der Naumburghalle mitmachen. Trainingszeiten sind Montag und Mittwoch von 18 bis 20 Uhr.