



# OSP REPORT

Olympia-Spezial | 224



Liebe Leser:innen,

aktuell wird in diversen deutschen Medien über die Einführung einer möglichen Zuckersteuer diskutiert. Eine Simulationsstudie unter Mitwirkung der TU München kommt zu dem Schluss, dass die Bundesrepublik dadurch jährlich ca. 800 Millionen Euro einsparen würde, davon knapp ein Fünftel im Gesundheitssystem. Die Autoren ziehen das Fazit, dass „eine Steuer auf gezuckerte Getränke eine relevante Maßnahme zur Prävention von Übergewicht, Diabetes und Herzerkrankungen darstellt.“

Noch deutlich spürbarere Effekte als eine Zuckersteuer hätte jedoch regelmäßige körperliche Aktivität auf die Gesundheit. Das Robert Koch Institut zählt auf seiner Website unter anderen die „Prävention von Übergewicht, Rückenschmerzen, Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen“ zu den positiven Begleiterscheinungen. Darüber hinaus belegen zahlreichen Studien die positiven Auswirkungen auf die kognitive und pädagogische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Im englischsprachigen Raum wird in diesem Zusammenhang häufig von „physical literacy“ gesprochen, also der Entwicklung von Bewegungskompetenz, welche sich erwiesenermaßen langfristig auf Gesundheitsbewusstsein und Lebensstil der Bevölkerung auswirkt. Damit verbundene Einsparungen würden die der Zuckersteuer mutmaßlich um ein Vielfaches übertreffen. Die Frage ist nun, wie wir die breite Bevölkerung dafür sensibilisieren können:

Derzeit findet in Deutschland die Fußball-Europameisterschaft statt und beim Schreiben dieser Zeilen liegt bereits eine sehr erfolgreiche Gruppenphase hinter uns. Ohne den weiteren Ausgang des Turniers zu kennen wird hinter vorgehaltener Hand bereits von einem Sommermärchen 2.0 gesprochen. Dass es der Nationalmannschaft gelingt, unvergessliche Gänsehautmomente zu schaffen und ein ganzes Volk emotional mitzureißen.

Zwei Dinge sind hierfür unerlässlich: Erfolgreiche Vorbilder und eine Plattform, um ihre Geschichten zu teilen. Die Olympischen und Paralympischen Spiele, welche uns in wenigen Tagen in Paris erwarten, bieten genau diese Plattform. Besonders die Sportler:innen, die sonst weniger mediales Interesse verspüren, rücken – zumindest für wenige Wochen – in den Fokus der Öffentlichkeit. Sie können diese speziellen Momente nutzen, um auf sich aufmerksam zu machen, für sich und ihre Sportart zu werben. Sie können diese Momente gleichfalls nutzen, um Geschichten zu erzählen, zu inspirieren und zu motivieren. Ohne Vorbilder aus dem Spitzensport, ohne Erfolge bei Olympischen Spielen, Welt- und Europameisterschaften wird es schwierig bis unmöglich sein, die bundesweite Öffentlichkeit zu erreichen und zu einem aktiveren, gesünderen Lebensstil zu bewegen.

In der Bundesrepublik wird der Sport im Allgemeinen selten wirtschaftlich betrachtet. Dabei würde sich ein zielgerichtetes Investment, ähnlich wie die Zuckersteuer, langfristig auszahlen. Wie dies aussehen könnte, zeigt uns zum Beispiel unser Nachbarland: In Frankreich wurden - zuerst im Rahmen eines Modellprojektes und ab 2022 verpflichtend für alle Grundschulen - 30 Minuten tägliche körperliche Aktivität in Ergänzung zum wöchentlichen Sportunterricht eingeführt.

Hingegen ist der in Deutschland mit großen Hoffnungen verbundene Entwicklungsplan Sport des Bundes nach deutlicher Kritik aus dem organisierten Sport vorerst zum Stocken geraten. Die Situation verschärft sich weiter, wenn ab August 2026 der bundesweite Rechtsanspruch auf eine Ganztagsbetreuung an den Grundschulen in Kraft tritt. Zum jetzigen Zeitpunkt kann zumindest angezweifelt werden, ob Sportvereine und -verbände flächendeckend über ausreichende Ressourcen verfügen, die notwendigen Programme anzubieten.

Auf der einen Seite brauchen wir Vorbilder, um Kinder und Jugendliche für lokale Sportangebote zu begeistern. Auf der anderen Seite benötigen wir einen möglichst großen Talentpool, um auch zukünftig erfolgreiche deutsche Sportler:innen bei internationalen Sportgroßereignissen begleiten zu können. Breiten- und Leistungssport bedingen sich entsprechend gegenseitig. Aktuell scheint es jedoch auf beiden Ebenen in Deutschland mehr Probleme als Lösungen zu geben, so dass wir möglicherweise doch auf die Zuckersteuer hoffen müssen.

Weniger süß und mindestens genauso bedrohlich gestaltet sich die finanzielle Situation für den Olympiastützpunkt Bayern. Auch wenn wir mit über 50 Athlet:innen aus dem Freistaat die höchste Teilnehmerquote an Olympischen Sommerspielen seit Gründung des OSP im Jahr 1989 verkünden dürfen, stehen wir aufgrund der angesprochenen Haushaltskürzungen vor erheblichen Finanzierungsschwierigkeiten.

Diese machen es uns nahezu unmöglich, das aktuelle Betreuungsniveau auch zukünftig aufrechtzuerhalten. Wichtige Servicebereiche wie das Athletiktraining können derzeit gar nicht und andere, wie die Ernährungsberatung und Sportpsychologie, nur bedingt finanziert werden.



Diese finanziellen Engpässe hindern uns daran, den Athlet:innen die notwendige trainingsbegleitende Unterstützung zu bieten, um auch weiterhin auf absolutem Spitzenniveau agieren zu können. Um Vorbilder zu sein und um Geschichten zu schreiben. Der Sport gibt Orientierung, fördert den sozialen Zusammenhalt und gilt als Innovationstreiber. Es wird Zeit, dass sich die Finanzgeber der damit verbundenen Verantwortung stellen, den Sport bedarfsgerecht unterstützen und die Strahlkraft des Spitzensports vor dem Hintergrund gesamtgesellschaftlicher Entwicklungen entsprechend nutzen.

Trotz der genannten Widrigkeiten bleiben wir optimistisch und entschlossen, unseren Beitrag zum Erfolg des deutschen Sports zu leisten. Mit Stolz blicken wir auf die Entwicklung der bayerischen Athlet:innen und werden auch weiterhin alles dafür tun, sie bestmöglich zu unterstützen. Den Teilnehmer:innen der Spiele in Paris, ihren Trainer:innen und den Verbänden wünschen wir an dieser Stelle bereits viel Erfolg und Ihnen liebe Leser:innen, viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe und natürlich bei den Olympischen Spielen in Paris!

Ihr / Euer  
Volker Herrmann und das Team der OSP Zentrale



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Bayerisches Staatsministerium für Bildung und Kultus, Wissenschaft und Kunst



Landeshauptstadt München

# INHALTS- VERZEICHNIS

- 5** **WIR FREUEN UNS AUF PARIS**  
Grussworte
- 6** **OLYMPIA VOR ORT**  
Wettkampfstätten und Zeitplan
- 10** **VORSTELLUNG TEIL 1**  
Bayerische Athlet:innen in Paris
- 12** **WISSENSWERTES**  
Quick Facts Paris
- 15** **INTERVIEW OLAF TABOR**  
Ansprechpartner auf Augenhöhe
- 18** **VORSTELLUNG TEIL 2**  
Bayerische Athlet:innen in Paris
- 20** **OLYMPIA 2024**  
Was ist neu?
- 22** **INTERVIEW LEONIE BECK UND VALENTIN LUZ**  
Wiederholungstäter im und auf dem Wasser
- 27** **VORSTELLUNG TEIL 3**  
Bayerische Athlet:innen in Paris
- 30** **INTERVIEW ANJA RENNER & MARIA PAULIG**  
Ein starkes Duo mit steiler Karriere
- 34** **VORSTELLUNG TEIL 4**  
Bayerische Athlet:innen in Paris
- 36** **INTERVIEW KATHARINA BAUER**  
Ein Traum wird Realität
- 39** **FRANKREICH IN MÜNCHEN**  
Paris Feeling dahoam
- 42** **RÜCKBLICK OSM 2024**  
100 Tage bis Paris - Performing under Pressure!
- 46** **KOOPERATIONEN**  
Starke Allianzen für den Spitzensport

Titelfoto: Picture Alliance



# Erreichen Sie mit uns Ihre sportlichen Ziele!

■ ■ ■ ■ Institut für Sportmedizin | Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Als Krankenhaus der höchsten Leistungsstufe bietet das Klinikum Nürnberg modernste Diagnostik und innovative Therapie für alle Sportverletzungen sowie eine differenzierte Leistungsdiagnostik und Trainingsplanung an. Daher ist das Klinikum Nürnberg

- ✔ offizieller medizinischer Partner des Olympiastützpunkts Bayern
- ✔ sportmedizinischer Betreuer vieler Leistungssportler in der Metropolregion Nürnberg

☎ **Institut für Sportmedizin:** +49 (0) 911 398-5630  
**Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie:** +49 (0) 911 398-2600  
🌐 [klinikum-nuernberg.de](http://klinikum-nuernberg.de)

# WIR FREUEN UNS AUF PARIS

## Grußwort der Bundesministerin des Inneren und für Heimat, Nancy Faeser

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Leserinnen und Leser,

mit der Teilnahme an den Olympischen und Paralympischen Spielen im Jahr 2024 in Paris geht für viele Athletinnen und Athleten ein Lebenstraum in Erfüllung. Sie haben sich gemeinsam mit ihren Trainerinnen und Trainern über viele Jahre intensiv auf diesen sportlichen Höhepunkt vorbereitet und viele Entbehrungen in Kauf genommen. Sie hatten stets ihr Ziel vor Augen, persönliche Höchstleistungen zu bringen und in diesem Sommer die Bundesrepublik Deutschland auf internationaler Ebene zu repräsentieren. Ein herausragender Moment jeder sportlichen Karriere!

Olympische und Paralympische Spiele sind mitreißend und genießen zu Recht weltweite Aufmerksamkeit. Sie führen Athletinnen und Athleten verschiedener Kulturen zusammen und stehen für den friedlichen und fairen Wettstreit zwischen den Nationen. In den Stadien, Hallen und unter freiem Himmel werden Vorbilder für kommende Generationen geschaffen. Gesellschaftliche Werte des Respekts und Teamgeists, der Fairness und Toleranz, aber auch des Leistungswillens und der Ausdauer werden einem Millionenpublikum vermittelt.

Nicht zuletzt setzen Sportgroßveranstaltungen wichtige Signale dafür, wie sich der Sport eines Landes entwickelt. Mit den Special Olympic World Games 2023 und den European Championships 2022 konnte sich Deutschland zuletzt als Sportnation und herausragender Gastgeber präsentieren. In diesem Sommer folgt die Fußball-Europameisterschaft der Herren. Aber auch die Spiele in Paris werden positive Impulse setzen. Mit diesem Motivationsschub aus dem Sportsommer im Herzen von Europa werde ich mich weiter dafür stark machen, dass wir Olympische und Paralympische Spiele auch in Deutschland durchführen können.

Ich danke ausdrücklich den Mitarbeitenden der Olympiastützpunkte sowie dem Leistungs-sportpersonal der Bundessportfachverbände. Ihre Unterstützungsleistungen ermöglichen es den Athletinnen und Athleten, sich vom Nachwuchstalent hin zum Olympioniken zu entwickeln. Sportliche Höchstleistungen sind Teamleistungen!

Ich wünsche dem gesamten Team Deutschland für die Spiele in Paris spannende, sicherere und faire Wettkämpfe, die Möglichkeit Ihre persönlichen Bestleistungen abzurufen und diese mit etwas Glück durch Medaillenerfolge zu krönen. Es werden über 80 Millionen Bürgerinnen und Bürger in diesem Land mit Stolz hinter Ihnen stehen und Ihnen die Daumen drücken. Ich freue mich schon sehr, als Sportministerin einige von Ihnen in Paris auch persönlich anzufeuern.

Nancy Faeser



## Grußwort des bayerischen Ministerpräsidenten, Markus Söder

Liebe Athletinnen und Athleten,  
liebe Leserinnen und Leser,

Bayern ist Land des Sports! Dafür engagieren sich Vereine, Schulen und alle Frauen und Männer, die in ihrer Lieblingsdisziplin trainieren. Landesweit engagiert sich ebenso der Freistaat: Auf Vereinsebene fördert er den Sportbetrieb und den Sportstättenbau, auf Verbandsebene fördert er den Breitensport und Nachwuchsleistungssport sowie den Bau von Trainingsanlagen.

Gerade heuer zeichnet sich der Olympiastützpunkt Bayern aus. Im Olympiejahr kann er mit besonderem Stolz auf seine Arbeit verweisen. Dank seines Einsatzes wird Bayern bei den Olympischen und den Paralympischen Spielen in Paris mit einem starken Team vertreten sein.

Dieses Team stellt der OSP-Report vor. Zugleich berichtet er von der vielfältigen Arbeit des Olympiastützpunkts. Unter dem Motto "Wir leben Leistungssport" arbeiten seine Aktiven mit den Sportlerinnen und Sportlern eng zusammen. Zu den Schwerpunkten zählen neben Training und organisatorischem Service eine umfassende Betreuung auf den Gebieten von Medizin, Physiotherapie, Psychologie und Ernährung. Die bayerischen Athletinnen und Athleten fahren also bestens vorbereitet nach Frankreich.

Dafür dem Olympiastützpunkt Bayern ein herzliches Wort des Dankes und die besten Wünsche für unsere bayerischen Sportlerinnen und Sportler!

Markus Söder

Der Bayerische Ministerpräsident



# OLYMPIA VOR ORT



## Termin

Die Olympischen Spiele der XXXIII. Olympiade finden dieses Jahr in Paris statt. Sie werden am 26. Juli eröffnet und enden am 11. August. Die Paralympics werden vom 28. August bis zum 08. September ausgetragen.

## Die Eröffnungsfeier

Traditionell finden Eröffnungsfeiern der Olympischen Spiele im Olympiastadion des jeweiligen Austragungsortes statt. Dieses Mal jedoch soll die Feier auf der Seine stattfinden. Mit Booten sollen die Teilnehmenden von der Brücke Pont d'Austerlitz bis zum Jardin du Trocadéro gefahren werden. Dort angekommen werden sie über die Champs-Élysées zum Place de la Concorde gehen. Ob die Eröffnungsfeier tatsächlich wie geplant stattfinden kann, ist zum jetzigen Zeitpunkt offen. Grund dafür sind die zuletzt wachsenden Sicherheitsbedenken. Im Falle einer Bedrohungslage gibt es die Überlegung die Eröffnung in das Stade de France zu verlegen.

## Olympisches Dorf

Das Olympische Dorf für die Olympischen Spiele 2024 befindet sich in der Nähe des WM-Stadions Stade de France und von Montmartre mit seiner berühmten Kathedrale Sacre-Cœur. Es verteilt sich auf die drei Stadtteile Saint-Denis, Saint-Ouen und Île Saint-Denis. Während der Sommerspiele leben hier 10.500 Athlet:innen, und während der Paralympics sind es 9.000 Athlet:innen.

## Die Sportstätten

Paris baut seine Wahrzeichen aktiv in die Olympischen Wettkampfstätten ein. Am Fuße des Eiffelturms wird Beachvolleyball gespielt, der Park des Schlosses Versailles dient als Arena für die Reitwettbewerbe und auch auf dem Place de la Concorde messen sich Sportler:innen in verschiedenen Sportarten.

Zum ersten Mal in der Geschichte der Olympischen Spiele befindet sich mit dem für seine spektakulären Wellen bekannten Surfsport Teahupo'o ein Austragungsort auf Tahiti im Pazifischen Ozean.



## Wettkampfstätten in Paris

- **Arena Port de La Chapelle** / Badminton, Rhythmische Sportgymnastik (6.700 Plätze)
- **Grand Palais** / Fechten, Taekwondo (8.000 Plätze)
- **La Concorde** / 3x3 Basketball, Skateboard, BMX-Freestyle, Breakdance (30.000 Plätze)
- **Eiffelturm-Stadion** / Beachvolleyball (12.800 Plätze)
- **Invalides** / Bogenschießen, Leichtathletik, Radsport (8.000 Plätze)
- **Champ-de-Mars Arena** / Judo, Ringen (8.300 Plätze)

- **Stade Roland Garros** / Tennis, Boxen (15.000 Plätze)
- **Parc des Princes** / Fußball (48.500 Plätze)
- **Bercy Arena** / Basketball, Turnen (20.300 Plätze)
- **Süd Paris Arena 1** / Volleyball (12.000 Plätze)
- **Süd Paris Arena 4** / Tischtennis (6.600 Plätze)
- **Süd Paris Arena 6** / Handball, Gewichtheben (7.800 Plätze)
- **Hotel de Ville** / Start des Marathons
- **Pont Alexandre III** / Marathon, Radfahren, Triathlon (1.000 Plätze)
- **Jardins du Trocadéro** / Leichtathletik, Radfahren (3.300 Plätze)

## Wettkampfstätten in der Region Île-de-France rund um Paris

- **Stade Olympique Yves-du-Manoir-Colombes** / Hockey (15.000 Plätze)
- **Schießzentrum Chateauroux** / Schießen (4.100 Plätze)
- **Stade de France** / Rugby, Leichtathletik (77.000 Plätze)
- **Le Bourget** / Sportklettern (6.000 Plätze)
- **Aquatics Centre** / Synchronschwimmen, Wasserball, Turmspringen (5.000 Plätze)
- **La Defense Arena** / Schwimmen, Wasserball (17.000 Plätze)
- **Elancourt Hügel** / Mountainbike



- **Château de Versailles** / Moderner Fünfkampf, Reiten (40.000 Plätze)
- **Velodrom Saint-Quentin-en-Yvelines** / Bahnradrennen (5.000 Plätze)
- **Saint-Quentin-en-Yvelines BMX Stadion** / BMX (3.000 Plätze)
- **Golf National** / Golf (32.700 Plätze)
- **Wassersportstadion Vaires-sur-Marne** / Kanu/Kajak, Rudern (12.000 Plätze)
- **Nord Paris Arena** / Boxen, Moderner Fünfkampf (6.000 Plätze)

#### Wettkampfstätten in ganz Frankreich und Übersee

- **Pierre Mauroy Stadion** / Basketball, Handball (27.000 Plätze)
- **La Beaujoire** / Fußball (35.300 Plätze)
- **Stade de Lyon** / Fußball (59.100 Plätze)
- **Stade Geoffroy-Guichard** / Fußball (41.900 Plätze)
- **Stade de Bordeaux** / Fußball (42.100 Plätze)
- **Stade de Nice** / Fußball (36.100 Plätze)
- **Stade de Marseille** / Fußball (67.300 Plätze)
- **Marseille Marina** / Segeln (12.200 Plätze)
- **Teahupo'o, Tahiti** / Surfen (600 Plätze)

#### Die Medaillen

Es gibt nur eine kleine Handvoll Wahrzeichen, die so sehr für Paris stehen wie der Eiffelturm. Die Medaillen, die bei den Olympischen Spielen 2024 vergeben werden, werden jeweils ein kleines Stück des berühmten Wahrzeichens enthalten. Entwickelt wurden diese besonderen Medaillen vom französischen Edeljuwelier Chaumet. Alle 5.084 Abzeichen enthalten ein 18 Gramm schweres Stück des Eiffelturms in ihrer Mitte. Ein weiteres Novum wird es bei der Medaillenvergabe geben.



Zum ersten Mal in der Geschichte der Olympischen Spiele wird es für die Medaillengewinner vom Vortag eine Parade geben. Am Fuße des Eiffelturms, genauer gesagt in den Trocadéro-Gärten, wird extra dafür der „Champions Park“ errichtet, in dem die Zeremonien stattfinden werden.

#### Die Maskottchen

Die „Phryges“ repräsentieren, als ein dynamisches und beeindruckendes Duo, sowohl die Olympischen Spiele als auch die Paralympischen Spiele. Als Inspiration für ihre Gestaltung dienten die sogenannten „Phrygischen Mützen“ (auch bekannt als „Jakobinermützen“), welche während der Zeit der Französischen Revolution von den Jakobinern als symbolischer Ausdruck ihres politischen Bekenntnisses getragen wurden. Diese Mützen, die tief in der Geschichte Frankreichs verwurzelt sind, stehen für Freiheit und Revolution. Darüber hinaus sind die beiden „Phryges“ mit Bändern ausgestattet, die in den lebendigen und symbolträchtigen Farben der französischen Trikolore – Blau, Weiß und Rot – gehalten sind. Diese Bänder verleihen ihnen nicht nur ein unverwechselbares Aussehen, sondern verbinden sie auch optisch und thematisch mit dem Gastgeberland der Spiele, Frankreich.



# OLYMPISCHE SPIELE 2024

# ZEITPLAN



Disziplin	Mi. 24.	Do. 25.	Fr. 26.	Sa. 27.	So. 28.	Mo. 29.	Di. 30.	Mi. 31.	Do. 1.	Fr. 2.	Sa. 3.	So. 4.	Mo. 5.	Di. 6.	Mi. 7.	Do. 8.	Fr. 9.	Sa. 10.	So. 11.	Entscheidungen		
	Juli 2024								August 2024													
Eröffnungsfeier																						
Badminton											1	1	1	2							5	
Basketball																				1	1	2
													2									2
Bogenschießen					1	1					1	1	1								5	
Boxen														1	2	2	4	4			13	
Breakdance																		1	1		2	
Fechten					2	2	2	1	1	1	1	1	1								12	
Fußball																				1	1	2
Gewichtheben														2	2	2	3	1			10	
Golf												1								1	2	
Handball																				1	1	2
Hockey																				1	1	2
Judo					2	2	2	2	2	2	1										15	
Kanusport																				4	3	10
					1	1		1	1				2									6
Leichtathletik									2	1	5	3	4	5	5	5	8	9	1		48	
Moderner Fünfkampf																				1	1	2
Radsport													1	1	2	2	2	1	3		12	
																				2	2	
																				2	2	
																				1	1	2
																				2		4
<b>Entscheidungen</b>				14	13	18	14	17	18	23	28	20	16	15	21	27	33	39	13		329	
<b>Disziplin</b>	<b>Mi. 24.</b>	<b>Do. 25.</b>	<b>Fr. 26.</b>	<b>Sa. 27.</b>	<b>So. 28.</b>	<b>Mo. 29.</b>	<b>Di. 30.</b>	<b>Mi. 31.</b>	<b>Do. 1.</b>	<b>Fr. 2.</b>	<b>Sa. 3.</b>	<b>So. 4.</b>	<b>Mo. 5.</b>	<b>Di. 6.</b>	<b>Mi. 7.</b>	<b>Do. 8.</b>	<b>Fr. 9.</b>	<b>Sa. 10.</b>	<b>So. 11.</b>	<b>Entscheidungen</b>		

**Farblgende**

- Eröffnungsfeier
- Wettkampftag (x Entscheidungen)
- Wettkampftag (keine Entscheidungen)
- Schlussfeier

Disziplin	Mi. 24.	Do. 25.	Fr. 26.	Sa. 27.	So. 28.	Mo. 29.	Di. 30.	Mi. 31.	Do. 1.	Fr. 2.	Sa. 3.	So. 4.	Mo. 5.	Di. 6.	Mi. 7.	Do. 8.	Fr. 9.	Sa. 10.	So. 11.	Entscheidungen			
	Juli 2024								August 2024														
Ringen															1	1	1	3	3	3	12		
															2	2	2				6		
Rudern															2	4	4	4			14		
7er-Rugby															1						2		
Schießen															1	2	2	1	1	2	1	2	
Schwimmsport																				1	1	2	
																						35	
																				1	1	2	
																					1	1	2
Segeln																				2	2	2	10
																				1	1	4	
																				1	1	4	
																					1	1	4
Turnsport																						14	
																					2	2	8
																					2	2	8
																					1	1	5
Volleyball																						14	
																					4	3	3
																					1	1	2
																					2		2
Schlussfeier																						2	
																					1	1	2
<b>Entscheidungen</b>				14	13	18	14	17	18	23	28	20	16	15	21	27	33	39	13		329		
<b>Disziplin</b>	<b>Mi. 24.</b>	<b>Do. 25.</b>	<b>Fr. 26.</b>	<b>Sa. 27.</b>	<b>So. 28.</b>	<b>Mo. 29.</b>	<b>Di. 30.</b>	<b>Mi. 31.</b>	<b>Do. 1.</b>	<b>Fr. 2.</b>	<b>Sa. 3.</b>	<b>So. 4.</b>	<b>Mo. 5.</b>	<b>Di. 6.</b>	<b>Mi. 7.</b>	<b>Do. 8.</b>	<b>Fr. 9.</b>	<b>Sa. 10.</b>	<b>So. 11.</b>	<b>Entscheidungen</b>			

Wir wünschen allen Teilnehmenden  
der Olympischen und Paralympischen  
Spiele in Paris viel Erfolg und  
unvergessliche Momente.



Als langjähriger Partner des OSP Bayern fiebern wir mit  
Euch mit. Wir von Yakult sind sehr stolz darauf, dass unser  
kleines Fläschchen seit mehr als zehn Jahren treuer Begleiter  
vieler Athletinnen und Athleten des OSP Bayern ist.



**Yakult**

Kleines Fläschchen. Großer Unterschied.

## VORSTELLUNG TEIL 1

# BAYERISCHE ATHLET:INNEN IN PARIS



Das sind sie also, unsere bayerischen Olympia- und Paralympics-Teilnehmer:innen.

Nachfolgend stellen wir Athletinnen und Athleten vor, die sich für die Olympischen und Paralympischen Sommerspiele in Paris qualifizieren konnten. Für viele erfüllt sich ein Lebenstraum mit der ersten Olympiateilnahme, aber auch einige „Wiederholungstätter:innen“ werden dabei sein.

Wir gratulieren ganz herzlich zur erfolgreichen Qualifikation und wünschen das Beste für eine hoffentlich erfolgreiche Medaillenjagd!

Aufgeführt sind Athlet:innen, die dem OSP Bayern zugeordnet sind oder im vergangenen Jahr ihren Trainings- und/oder Lebensmittelpunkt in Bayern hatten.

**Anmerkung der Redaktion:** Zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses standen noch nicht alle Olympiateilnehmer:innen fest. Alle Angaben ohne Gewähr und unter Vorbehalt bis zur finalen Nominierung durch die Verbände bzw. den DOSB.

### Mascha Ballhaus

**Geburtstag:** 27.07.2000

**Sportart:** Judo

**Beruf/Ausbildung:** Sportsoldatin bei der Bundeswehr, Studium Ernährungswissenschaften

**Verein:** TH Eilbeck Hamburg

**Insta-Profil:** @mascha\_ballhaus

**Deine Sportart in drei Worten?** abwechslungsreich, schnellkräftig, mental anspruchsvoll.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?**

Noch nie, Paris werden meine ersten Spiele sein.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?** Eigentlich auf alles. Darauf, andere Sportler .aus Deutschland zu treffen, das Olympische Dorf, die Eröffnungsfeier und natürlich den Wettkampf. Ich möchte einfach alles aufsaugen und genießen.

**Was wird die größte Herausforderung sein?**

Die Nervosität vor dem Wettkampf abzulegen und dem Namen „Olympische Spiele“ nicht zu viel Aufmerksamkeit zu schenken. Ich möchte den Wettkampf versuchen so wie jeden anderen auch.

**Was darf in deinem Reisekoffer auf keinen Fall fehlen?** Mein Glücksshirt.

**Was motiviert dich?** Der Gedanke an eine Olympische Medaille und vor meinen Freunden und der Familie, die mich all die Jahre unterstützt haben, zu kämpfen.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Golf oder Schießen.



### Katharina Bauer

**Geburtstag:** 01.09.1995

**Sportart:** Bogenschießen – Recurve

**Beruf/Ausbildung:** Sozialversicherungsfachangestellte

**Verein:** BSG Raubling

**Insta-Profil:** @\_kaathi\_\_

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?** Auf den Team-Wettkampf

**Was motiviert dich?** Die Liebe zum Sport

**Dein Motto?** „no rain – no flowers“.



### Leonie Beck

**Geburtstag:** 27.05.1997

**Sportart:** Freiwasserschwimmen

**Beruf/Ausbildung:** Abschluss Master Medienkommunikation

**Verein:** SV Würzburg 05

**Insta-Profil:** @leoniebeckswim



### Isaac Bonga

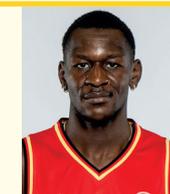
**Geburtstag:** 08.11.1999

**Sportart:** Basketball

**Beruf/Ausbildung:** Profi-Basketballspieler

**Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @izzy\_b99



## Lorena Brandl

**Geburtstag:** 15.05.1997 **Sportart:** Taekwondo

**Beruf/Ausbildung:** Sportsoldatin Bundeswehr

**Verein:** Tiger and Dragon Altmannstein/Mindelstetten

**Insta-Profil:** @lorenabrandl.tkd

**Deine Sportart in drei Worten?** TAE-KWON-DO! Spannend, vielseitig, kraftvoll.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?** Das sind meine ersten.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?** Auf meinen Wettkampf am 10. August, auf das ganze Team D und das Olympische Dorf. **Was wird die größte**

**Herausforderung sein?** All die großen Eindrücke gut zu verarbeiten und dann fokussiere ich mich auf den 10. August. **Was darf in deinem Reisekoffer auf keinen Fall fehlen?**

Mein Glücksbringer. **Was motiviert dich?** EIN ZIEL IST EIN TRAUM MIT TERMIN! Ich habe immer ein Ziel vor Augen. Jetzt habe ich es geschafft, mich für Olympia zu qualifizieren. All die Jahre hab ich dafür gearbeitet, jetzt will ich erst recht nochmal Gas geben und dort ein Statement setzen. **Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Triathlon und Boxen



## Timo Cavelius

**Geburtstag:** 17.10.1996 **Sportart:** Judo

**Beruf/Ausbildung:** Bayerische Polizei (Polizeiobermeister)

**Verein:** PTSV Hof **Insta-Profil:** @timo\_cavelius

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Atmosphäre und gute Kämpfe. **Was motiviert dich?**

Rückhalt meiner Familie und Freunde. **Dein Motto?** Geht nicht, gibt's nicht!



## Tim Elter

**Geburtstag:** 05.10.2003 **Sportart:** Wellenreiten

**Beruf/Ausbildung:** Studium Sportwissenschaften & Training

**Verein:** Wellenreitverband **Insta-Profil:** @tim.elter

**Deine Sportart in drei Worten?** Adrenalin, Dopamin, Passion.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?**

Es ist mein erstes Mal **Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Die anderen Sportarten auf höchstem Niveau competen zu sehen. **Was wird die größte**

**Herausforderung sein?** Im Moment zu bleiben und sich auf die zwei perfekten Wellen in jeder

Runde zu konzentrieren. **Was darf in deinem Reisekoffer auf keinen Fall fehlen?**

5 Surfbretter, Helm, Sonnencreme. **Was motiviert dich?** Meine Gegner.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Motorcross.



## Klara Bühl

**Geburtstag:** 07.12.2000 **Sportart:** Fußball

**Beruf/Ausbildung:** Profifußballerin

**Verein:** FC Bayern München **Insta-Profil:** @buehlklara

**Deine Sportart in drei Worten?** Leidenschaft, Abwechslung, Teamwork.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Das Olympische Flair hautnah miterleben zu dürfen.

**Was motiviert dich?** Der Blick auf andere deutsche Olympiasieger und die damit verbundene Emotionalität. **Dein Motto?** Träume groß, lebe leidenschaftlich, siege mit Herz.

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?**

Auf den Punkt Höchstleistung zu bringen und dabei auch immer Spaß zu haben.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Unser Glücksbringer. **Wenn du spontan in einer anderen Sportart an den Start gehen müsstest, welche wäre das?** 100m-Sprint oder Tennis.



## Taliso Engel

**Geburtstag:** 04.06.2002

**Sportart:** Para-Schwimmen

**Beruf/Ausbildung:** Student – Fitnesstraining & Management (DHGS)

**Verein:** 1. FCN-Schwimmen / TSV Bayer Leverkusen

**Insta-Profil:** @taliso\_engel

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?** Darauf, dass es wieder ganz normale Spiele ohne Einschränkungen werden. Meine ersten Spiele waren in Tokio mit Coroneinschränkungen und ohne Zuschauer. Deshalb freue ich mich ganz besonders darauf, dass dieses Jahr wieder Zuschauer dabei sein dürfen und auch meine ganze Familie mit dabei sein wird.

**Was motiviert dich?** Mich motiviert, dass ich so etwas Besonderes, wie die paralympischen Spiele miterleben und daran teilnehmen darf.

**Dein Motto?** Alles nicht zu ernst nehmen, nicht zu viele Gedanken machen und trotz des hohen Leistungsniveaus noch Spaß an dem zu haben, was ich tue.



## Alexandra Burghardt

**Geburtstag:** 28.04.1994

**Sportart:** Sprint

**Verein:** LG Gendorf Wacker Burghausen

**Insta-Profil:** @lexbu



# QUICK FACTS PARIS

**Die Olympischen Sommerspiele 2024 (offiziell Spiele der XXXIII. Olympiade) finden vom 26. Juli bis zum 11. August 2024 in der französischen Hauptstadt Paris statt. Die Paralympischen Sommerspiele finden dann vom 28. August bis zum 8. September 2024 statt. Paris wird damit nach 1900 und 1924 zum dritten Mal die größte Sportveranstaltung der Welt ausrichten.**

Höchste Zeit, die französische Hauptstadt ein wenig besser kennenzulernen. Zahlreiche Sehenswürdigkeiten, die berühmte Küche und die romantische Atmosphäre machen Paris zu einem einzigartigen Reiseziel.

Geht gemeinsam mit uns auf Entdeckungsreise und checkt bekannte und weniger bekannte Facts über die Stadt an der Seine.



## Der Name

Die Römer änderten den Namen der Hauptstadt von „Lutèce“ auf den Namen „Civitas Parisiorum“, das heißt „Stadt der Parisii“. Der Name „Paris“ ist heutzutage eigentlich nichts Außergewöhnliches. Mehr als 30 Städte und Dörfer auf der ganzen Welt tragen den Namen „Paris“.

## Einwohner

Mit rund 2,13 Millionen Einwohnern ist Paris die viertgrößte Stadt der Europäischen Union. Der Großraum ist mit über 12,5 Millionen Menschen die größte Metropolregion der EU. Mit einer vergleichsweise kleinen Stadtfläche von 105,40 Quadratkilometern ist Paris mit 20.238 Einwohnern pro Quadratkilometer die am dichtesten besiedelte Großstadt Europas.

## Die Seine

Die Seine schlängelt sich auf einer Länge von 13 km durch Paris und ist zwischen 3,40 m und 5,70 m tief.

## Stadtbild

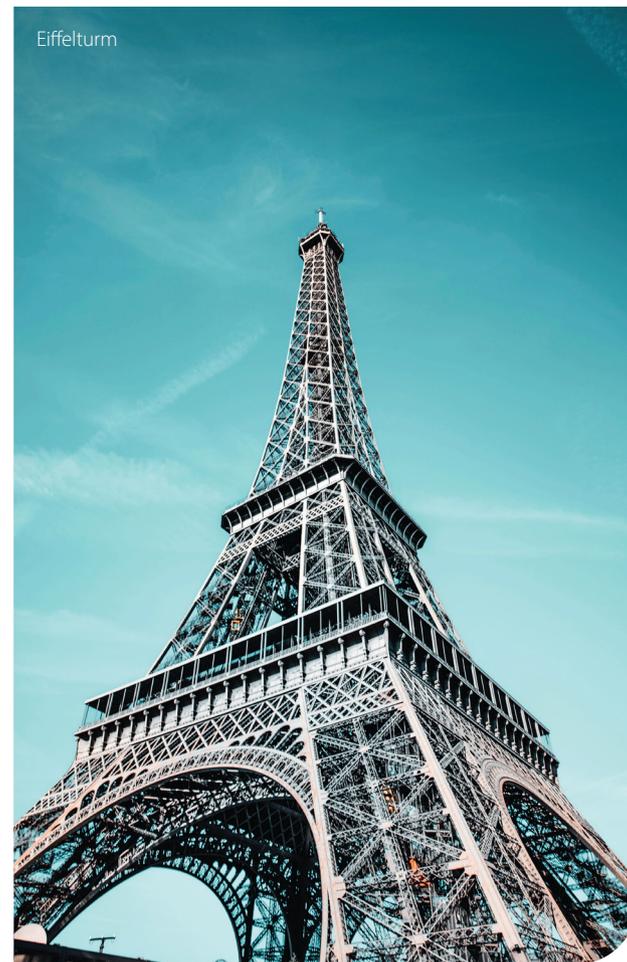
Paris zählt 37 Brücken, 206 Museen und 200 Kirchen. Dazu kommen 14 Friedhöfe und 463 Parks und Gärten. Es gibt also viel zu sehen!

## Die kleinste Straße

Die kleinste Straße von Paris befindet sich im 2. Arrondissement. Die Rue des Degrés ist nur 6 Meter lang.

## Das älteste Haus

Das älteste Haus der Stadt befindet sich in der 51, Rue de Montmorency, im 3. Arrondissement. Es wurde 1407 erbaut.



## La Tour Eiffel

Der Eiffelturm ist 330 m hoch und wiegt 10.100 Tonnen. Für eine „Dame“ ein stattliches Gewicht!

## Viel Arbeit

Mehr als 600 Angestellte arbeiten für den Eiffelturm. Für das Drucken der Tickets werden jedes Jahr zwei Tonnen Papier benötigt.



Mona Lisa

### Noch mehr Arbeit

Alle sieben Jahre wird der Eiffelturm 18 Monate lang gestrichen. Dazu werden 60 Tonnen Farbe auf die 250.000 m<sup>2</sup> große Oberfläche des Eiffelturmes aufgetragen. Aufgrund der Erosion (Wind, Sand) bleiben nach den sieben Jahren lediglich 15 Tonnen Farbe übrig. 2017 wurde der Eiffelturm zum 19. Mal gestrichen. Eine neue Streichaktion ist für 2024 geplant. Pünktlich zu den Olympischen Spielen wird der Turm dann golden schimmern.

### Louvre

Mehr als acht Millionen Besucher:innen bewunderten im Jahr 2023 u.a. die Mona Lisa. Der Louvre ist damit das meistbesuchte Museum der Welt.

### Freiheitsstatue

In Paris befindet sich eine 11,5 Meter hohe Kopie der berühmten amerikanischen Freiheitsstatue! Die kleine Schwester des

### Theater und Oper

Die 208 Pariser Theater bieten zusammen 70.000 Plätze. In der Oper von Paris gibt es jedes Jahr 350 Vorstellungen.

### Kinovielfalt

Jede Woche werden in den 75 Pariser Kinos (376 Kinosäle) mehr als 500 verschiedene Filme gezeigt.

### Shopping

Paris besitzt 4 große Kaufhäuser und ca. 17.500 Boutiquen, die im Jahr an 69 Tagen Ausverkauf haben. Kein Wunder, dass Geld ausgeben in Paris so einfach ist! Übrigens: Das erste große Kaufhaus – Bon Marché – wurde 1852 in Paris errichtet.

New Yorker Wahrzeichens war ein Geschenk der in Paris wohnenden Amerikaner an die Stadt und steht auf einer kleinen Insel in der Seine.

### Sonnenuhr

Am Place de la Concorde richten alle Besucher ihre Augen nach oben, um den berühmten Obélisque zu bewundern. Nur wenige bemerken die riesigen römischen Zahlen, die auf den Boden aufgemalt sind. Und das obwohl diese Ziffern zusammen mit dem Obelisken die größte Sonnenuhr der Welt bilden!

### Bienen

Paris beherbergt 12 Millionen Bienen in 1.500 Bienenstöcken. Heißt: Auf fast einen Einwohner in der Ile de France kommt eine Biene.

### Sportlich

Von 52.078 Starter:innen erreichten beim Paris Marathon 2023 51.100 Teilnehmer:innen das Ziel.

### STOPP!

Die Gefahr, in Paris wegen eines nicht beachteten Stoppschilds einen Strafzettel zu erhalten, ist relativ gering. Es gibt nämlich nur ein einziges Stoppschild in der ganzen Stadt! Dieses Schild befindet sich am Ausgang eines Baumaterialunternehmens in der Nähe der Seine. Ansonsten gilt in Paris rechts vor links.



Stoppschild-Paris



## Privatklinik und 5-Sterne Hotel unter einem Dach

Das St. Wolfgang bildet durch sein einzigartiges Konzept, 5-Sterne-Hotel und First-Class-Medizin unter einem Dach, die ideale Symbiose aus Gesundheit, Erholung und Sport. Unser Haus bietet insgesamt 180 Zimmer, große Praxis- und Behandlungsräume, eine modernst ausgestattete Trainingstherapie sowie eine großzügige Wellness- und Badelandschaft. Seit 20 Jahren begeistert dieses einmalige Konzept Menschen aus nah und fern. Neben Spitzensportlern und prominenten Gästen aus Politik und Unterhaltung schätzen auch viele gesundheitsbewusste Damen und Herren unser Haus.

## Medizin der Spitzenklasse und modernste Diagnostik und Therapie

Dafür stehen im St. Wolfgang hochqualifizierte Teams aus international anerkannten Fachärzten und Therapeuten. Das Asklepios Gesundheitskonzept „Gesund werden, Gesund leben“ wird hier auf ganz besondere Weise spürbar. Neben den Schwerpunkten Innere Medizin & Kardiologie, Orthopädie & Sportmedizin, Urologie sowie Ästhetischer Medizin finden Sie in der Privatklinik St. Wolfgang ein 35-köpfiges Team aus Physiotherapeuten, Krankengymnasten sowie Diplom-Sportlehrern.

**Profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung sowie der weitreichenden Fachkompetenz des gesamten Teams!**



- ➔ **Innere Medizin & Kardiologie, Orthopädie & Sportmedizin, Urologie sowie plastische & ästhetische Chirurgie**
- ➔ **2.000 m<sup>2</sup> große Therapiefläche**
- ➔ **Anschlussheilbehandlungen**
- ➔ **Operative Eingriffe**
- ➔ **Gesundheitschecks**
- ➔ **Gesundheitsprogramme: Heifasten, Prävention ...**

Asklepios Klinik Bad Griesbach GmbH & Cie. OHG,  
Ludwigpromenade 6, 94086 Bad Griesbach – Therme  
Germany, Tel. +49(0)8532 980 0, Fax 980 635,  
E-Mail: [BadGriesbach@asklepios.com](mailto:BadGriesbach@asklepios.com), Internet: [www.stwolfgang.de](http://www.stwolfgang.de)



# ANSPRECHPARTNER AUF AUGENHÖHE



Seit April 2023 ist Olaf Tabor beim DOSB als Vorstandsmitglied für den Leistungssport zuständig. Der promovierte Sportwissenschaftler war in den vergangenen Jahren bereits Teil verschiedener Arbeitsgruppen des DOSB und Mitglied im Beirat Bildung und Olympische Erziehung sowie in der Bildungskommission. Als Chef de Mission wird Olaf Tabor die deutsche Olympiamannschaft, das sogenannte Team D, bei den Olympischen Spielen in Paris anführen.

Im Interview mit dem OSP-Report gibt er Einblicke in seine Aufgaben als Chef de Mission und teilt seine Erwartungen und Hoffnungen für die Olympischen Spiele in Paris.

**Herr Tabor, Sie begleiten das deutsche Team zu den Olympischen Spielen in Paris. Wie dürfen wir uns die Aufgaben eines „Chef de Mission“ vorstellen?**

Darauf kann ich eigentlich noch gar keine Antwort geben, da es für mich das erste Mal ist, dass ich das Team D als Chef de Mission zu Olympischen Spielen begleiten darf. Zwar war ich bereits in unterschiedlichen Funktionen bei mehreren Olympischen Spielen vor Ort, aber eben noch nie als Chef de Mission.

Der große Unterschied zu meinen bisherigen Funktionen ist, dass ich in Paris die Gesamtverantwortung trage. Das beinhaltet sowohl den logistischen und organisatorischen Bereich als auch die Medienarbeit im Vorfeld der Spiele. Während der Spiele bin ich dann der Zuständige für Team D und damit auch erster Ansprechpart-

**"WÄHREND DER OLYMPISCHEN SPIELE BIN ICH ERSTER ANSPRECHPARTNER FÜR DAS IOC."**

ner für das IOC. Ich kümmere mich um alle großen und kleinen Baustellen, die sich vor Ort auftun. Auch die Medienkontakte werden dann vor Ort eine zunehmende Rolle spielen.

**Bereits 2023 waren Sie Chef de Mission des Teams D bei den European Games in Krakau. In wie weit helfen Ihnen die dort gesammelten Erfahrungen für die kommende Aufgabe?**

Ich hatte die Aufgabe 2023 ganz bewusst übernommen, um im kleineren Rahmen in einer ähnlichen Rolle mit vergleichbarer Funktion tätig zu sein. So konnte ich mein Team kennenlernen, das für mich ja zu dieser Zeit auch noch komplett neu war. Zudem konnte ich die Abläufe einer Multisport-Veranstaltung aus dem Inneren des Deutschen Teams heraus kennenlernen.

Aus der gleichen Motivation heraus begleitete ich auch Anfang des Jahres unsere Nachwuchsmannschaft zu den Youth Olympic Games nach Südkorea. Hier konnte ich mir noch ein Bild von einer IOC-organisierten Veranstaltung machen und mit den handelnden Personen, die auch jetzt für die Spiele in Paris Verantwortung tragen, in Kontakt kommen. Ich habe mich also mit meinen vergangenen Einsätzen ganz gezielt auf meine Aufgabe während der Spiele in Paris vorbereitet.

**Wo sehen Sie die größten organisatorischen Herausforderungen für das Team D, aber auch für Sie, jetzt und dann vor Ort in Paris?**

Die organisatorischen Rahmenbedingungen mit den Olympi-



schen Spielen im Nachbarland Frankreich sind für uns eigentlich sehr günstig. Wir befinden uns in der gleichen Zeit- und Klimazone und konnten uns bereits vor Beginn der Spiele mehrfach vor Ort ein Bild von den Sportstätten, dem Olympischen Dorf und allen weiteren Gegebenheiten vor Ort machen.

Allerdings stehen wir dahingehend vor einer größeren Herausforderung, dass sich die Wettkampfstätten nicht alle in bzw. um Paris befinden, sondern teilweise in deutlicher Entfernung zur Hauptstadt. Es werden also auch größere Teile des Teams an

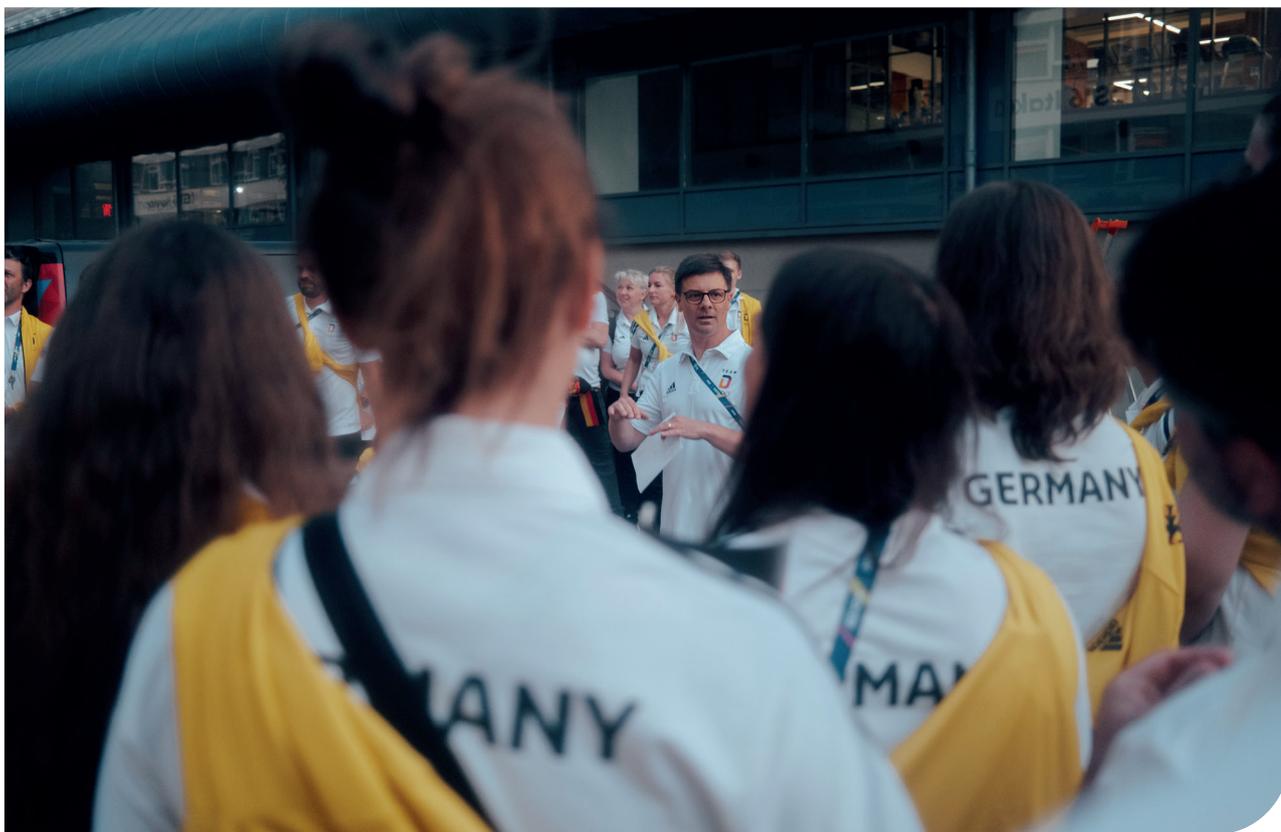
externen Standorten untergebracht sein. Auch für diese Sportler:innen sind eine gute Anbindung, organisatorische Unterstützung und die bestmögliche Betreuung unabdingbar. Dementsprechend müssen Personaleinsatz und Reisezeiten bereits im Vorfeld perfekt geplant werden.

Mein eigenes Ziel ist es, als Chef de Mission bei allen Sportarten bzw. allen externen Standorten mindestens einmal gewesen zu sein. Ob sich das dann auch verwirklichen lässt, bleibt abzuwarten.

"MEIN ZIEL IST ES, BEI ALLEN SPORTARTEN EINMAL GEWESEN ZU SEIN."

**Vor Ihrer Tätigkeit beim DOSB waren sie knapp elf Jahre lang beim DAV beschäftigt, unter anderem auch als Geschäftsführer für die Leistungssport-GmbH. Worin unterscheidet sich für Sie die Arbeit in einem Fachverband zu der im Dachverband?**

Als Hauptgeschäftsführer hatte ich beim DAV hauptsächlich die großen Infrastruktur- bzw. Naturschutzthemen des Verbandes zu verantworten. Meine Arbeit im Leistungs- und Spitzensport hat sich erst entwickelt, als Sportklettern 2016 vorläufig olympisch geworden ist und danach zu einer festen olympischen Disziplin wurde. Bei allen meinen Tätigkeiten im DAV hatte ich eine sehr viel größere Nähe zum Sport, zu den Athlet:innen und Trainer:innen.



Diese unmittelbare Nähe ist beim DOSB so jetzt nicht mehr gegeben. Ich bin hier viel mehr mit organisatorisch-technischen Aufgaben und sportpolitischen Themen betraut. Die direkte Arbeit mit Athlet:innen und Trainer:innen findet jetzt in größeren Abständen bei internationalen Großveranstaltungen statt. Umso mehr freue ich mich, dass ich als Chef de Mission wieder direkt in die Praxis einsteigen kann.

**Der DOSB hat als Ziel für die Spiele in Paris ausgegeben, mindestens den 9. Platz im Medaillenspiegel von den Spielen in Tokio zu verteidigen. Welche Möglichkeiten stehen den Athlet:innen vor Ort zur Verfügung, um sie auf dem Weg hierhin zu unterstützen?**

Bemerkenswert ist die Qualifikationssituation, die wir so lange nicht mehr hatten. Schon jetzt freuen wir uns über viele qualifizierte Mannschaften durch alle Teamsportarten hindurch und viele Normerfüllungen in den Individualsportarten. So wurde die Grundlage dafür gelegt, um sich mit anderen Nationen überhaupt erfolgreich messen zu können.

Mit Blick auf den Medaillenspiegel haben wir natürlich Ziele, machen aber keine Vorgaben. Dass wir uns wieder unter den TOP 10 der besten Nationen platzieren wollen und können, ist mit Blick auf das Leistungsvermögen unserer Athlet:innen absolut realistisch. Allerdings haben wir alle ein hartes Stück Arbeit vor uns, da die uns nachfolgenden Nationen natürlich auch in die Weiterentwicklung investieren.

Vor Ort tun wir alles dafür, dass unsere Athlet:innen die perfekten Rahmenbedingungen vorfinden, um sportliche Höchstleistungen abrufen zu können. Erstmals wird es im Deutschen Haus, das an sich schon ein Stadion sein wird, einen Team D Performance Hub geben, welcher unseren Athlet:innen sportartübergreifend zusätzliche Trainingsmöglichkeiten bietet. Dies könnte am Ende beim Kampf um die Medaillen entscheidend sein.

"MIT BLICK AUF DEN MEDAILLENSPIEGEL HABEN WIR NATÜRLICH ZIELE, MACHEN ABER KEINE VORGABEN."

**Als kompetente Servicedienstleister sind die Olympiastützpunkte im deutschen Leistungssportsystem unverzichtbar. Der OSP Bayern wird in diesem Jahr voraussichtlich so viele Athlet:innen wie noch nie zu den Olympischen Sommerspielen entsenden. Wo sehen Sie perspektivisch die Rolle der Olympiastützpunkte und was würden Sie sich diesbezüglich auch von den OSP wünschen?**

Wir verfügen in Deutschland über ein sehr umfangreiches Support-Netzwerk für den Spitzensport. Die Olympiastützpunkte sind hier ein unverzichtbarer und bundesweit verteilter Player, den verschiedene Sportarten in einzigartiger Weise nutzen. Die OSP sind daher ein ganz wichtiger Bestandteil dessen, was wir in der Leistungssportunterstützung grundsätzlich und besonders in der Vorbereitung auf Olympische Spiele brauchen. Entscheidend ist dabei, mit welcher Qualität und Intensität unterstützt wird, um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen. In dieses Netzwerk müssen wir weiter investieren und Sorge dafür tragen, dass unsere Athlet:innen auch weiterhin diese Unterstützung bekommen.

Die Finanzierung ist im Moment ein großes Thema und auch an vielen Stellen ein Problem. DOSB- und OSP-Verantwortliche sind aktuell mit gezielter Informations- und Lobbyarbeit beschäftigt, um allen politischen Entscheidungsträgern auf Landes- und Bundesebene diese Informationen ganz gezielt zu vermitteln. Es muss das Bewusstsein dafür geschaffen werden, welchen großen Anteil die Trainings- und Vorbereitungsmaßnahmen an der Leistungsentwicklung der Athlet:innen haben. An diesem Thema müssen wir offensichtlich stärker arbeiten, als wir dies in der Vergangenheit getan haben.

**Worauf freuen Sie sich mit Blick auf Paris am meisten? Als Chef de Mission, aber auch ganz persönlich?**

Ich gehe davon aus, dass wir wieder Olympische Spiele haben werden, wie wir sie uns wünschen. Olympische Spiele in einer Stadt, die die optimalen Rahmenbedingungen für ein solches Großevent bietet und eine Kulisse mit vielen ikonischen Zentren in und außerhalb der Stadt. Beachvolleyball unter dem Eiffelturm, Veranstaltungen in den Straßen der Stadt und auf der

Seine. Ich glaube, dass wir großartige Bilder sehen werden von einer einzigartigen Sportveranstaltung, die uns hoffentlich alle begeistern wird. Das soll für mich ganz genauso gelten.

Ich wünsche mir, dass es im Team D kleine und große Überraschungen gibt, dass möglichst viele Athlet:innen ein Ausrufezeichen setzen können und dass die, die als Medaillenanwärter:innen nach Paris fahren, ihre Hoffnungen erfüllt sehen. Wenn die Athlet:innen zufrieden sind, bin ich es ganz sicher auch. Und genau deswegen werde ich auch nicht nur auf den Medaillenspiegel schauen, sondern auch in die Gesichter unserer Athlet:innen.

"ICH WERDE NICHT NUR AUF DEN MEDAILLENSPIEGEL SCHAUEN, SONDERN IN DIE GESICHTER UNSERER ATHLET:INNEN."

**Vorausgesetzt, es läuft alles optimal und das Team D erreicht die gesteckten Ziele: Mit welcher Überschrift betiteln Sie nach den Spielen Ihren ganz persönlichen Medienbericht?**

Eine Überschrift kann ich zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht nennen. Aber den Inhalt. Mein ganz persönlicher Medienbericht würde nicht den Medaillenspiegel oder die Nationenwertung in den Fokus rücken. Für meinen Bericht erhoffe ich mir, dass wir friedliche Spiele ohne Zwischenfälle gesehen haben. Unser Team war deswegen so erfolgreich, weil unsere Athlet:innen innerhalb ihrer Leistungsfähigkeit alles abgerufen haben, was möglich war und von Verletzungen verschont geblieben sind. Wir haben Situationen und Geschichten erlebt, die getreu unserem Motto „JETZT. FÜR IMMER“ auch tatsächlich für immer im Gedächtnis bleiben, auf eine ganz positive Art und Weise. Diese emotionalen Erlebnisse würden einen Großteil meines Medienberichtes ausmachen.

**Lieber Olaf Tabor, wir danken Ihnen für das Gespräch.**

"DAS, WAS DICH UNTERSCHIEDET, FINDEN WIR. DAS BESONDERE"

WEB | BRAND | DESIGN  
DEVELOPMENT



WWW.FP-COMMUNICATIONS.COM

# BAYERISCHE ATHLET:INNEN IN PARIS

## Ricarda Funk

**Geburtstag:** 15.04.1992

**Sportart:** Kanuslalom, Kajak-Cross

**Beruf/Ausbildung:** Sportsoldatin

**Verein:** KSV Bad Kreuznach

**Insta-Profil:** @ricarda\_funk

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Am meisten freue ich mich auf den Moment in der Startbox, wenn ich die Kraft der Tribüne spüre. Der Moment, in dem es darum geht die richtige Balance zwischen Anspannung und Entspannung zu finden.

**Was motiviert dich?**

Ich liebe meinen Sport. Es ist die pure Leidenschaft, die mich jeden Tag aufs Neue antreibt.

**Dein Motto?** Step-by-Step & Eine Schildkröte kämpft nie gegen die Wellen, sie passt ihre Bewegung den Wellen an und nutzt die Kraft des Wassers für sich.



## Niels Giffey

**Geburtstag:** 08.06.1991

**Sportart:** Basketball

**Beruf/Ausbildung:** US College/Profi-Basketballer

**Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @niel5bln



## Lukas Gloßner

**Geburtstag:** 25.03.2000

**Sportart:** Rollstuhlbasketball

**Beruf/Ausbildung:** Student

**Verein:** Thuringia Bulls

**Insta-Profil:** @9lotza

**Beschreibe die Faszination deiner Sportart in drei Worten:** schnell, hart, inklusiv

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Es sind meine ersten Paralympics und dann auch noch direkt vor der Haustüre, sodass Freunde & Familie zuschauen können.

**Was motiviert dich?** Ziele zu erreichen, an meine eigenen Grenzen zu gehen und mich immer weiterzuentwickeln. **Dein Motto?:** Jeden Tag besser werden.

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?** In den nächsten Jahren einer der besten auf meiner Position zu werden und auch eine Führungsrolle zu übernehmen.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Die umfangreiche Paralympics Kleidung und mein Handy für Fotos.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?**

Gibt es eigentlich keine, bin immer offen für Neues und übe gerne andere Sportarten aus.



## Giulia Gwinn

**Geburtstag:** 02.07.1999

**Sportart:** Fußball

**Beruf/Ausbildung:** Profifußballerin

**Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @giuliagwinn

**Deine Sportart in drei Worten?** Vereint die Welt.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Die Olympischen Spiele erstmals als Aktive zu erleben und auf den Austausch mit Sportlerinnen und Sportlern aus anderen Sportarten.

**Was motiviert dich?** Die eigene Entwicklung weiter voranzutreiben und die Chance, einen großen Titel zu gewinnen.

**Dein Motto?** Write your own story.

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?**

Nach den Erfahrungen mit meinen beiden Kreuzbandrissen: gesund zu bleiben – weil es die Grundlage für maximalen sportlichen Erfolg ist, den ich immer und überall anstrebe.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Der Glücksbringer meiner Mama – ein vierblättriges Kleeblatt.

**Wenn du spontan in einer anderen Sportart an den Start gehen müsstest, welche wäre das?** Beachvolleyball.



## Noah Hegge

**Geburtstag:** 15.03.1999

**Sportart:** Kanuslalom **Beruf/Ausbildung:** Sportsoldat

**Verein:** Kanu Schwaben Augsburg **Insta-Profil:** @noah\_hegge

**Deine Sportart in drei Worten?** Wasser, schnell, technisch.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?**

Paris werden meine ersten Olympischen Spiele sein.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Die Atmosphäre, die Begeisterung für den Sport und die Wettkämpfe in der ganzen Stadt.

**Was wird die größte Herausforderung sein?** Neu wird sein, vor so einer Kulisse an den Start zu gehen, aber darauf freu ich mich auch schon.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Meine Beanie ist immer dabei. **Was motiviert dich?** Den besten Sportler aus mir herauszuholen, der ich sein kann. **Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Auf den Beinen bin ich nicht so schnell unterwegs, daher würde Gehen für mich rausfallen.



## Anna Janßen

**Geburtstag:** 28.08.2001

**Sportart:** Schießen

**Beruf/Ausbildung:** Spitzensport Bayerische Polizei

**Verein:** SSG Kevelaer **Insta-Profil:** @\_annajanssen\_



## Camilla Kemp

**Geburtstag:** 30.01.1996

**Sportart:** Surfen

**Verein:** DWV Deutscher Wellenreitverband **Insta-Profil:** @camilla\_kemp

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?** Alles!

Ich habe mir einen Traum erfüllt und freue mich jetzt einfach auf die Reise.

**Was motiviert dich?** Die Herausforderung, eine Welle wie Teahupoo surfen zu dürfen.

**Dein Motto?** Niemals aufgeben! Träume werden wahr.



## Stefan Hengst

**Geburtstag:** 17.03.1994 **Sportart:** Kajak Cross

**Beruf/Ausbildung:** Bayerische Polizei (Polizeiobermeister)

**Verein:** Kanu Ring Hamm **Insta-Profil:** @hengst.stefan



## Merlin Hummel

**Geburtstag:** 01.01.2002 **Sportart:** Leichtathletik / Hammerwurf

**Beruf/Ausbildung:** Bundeswehr Sportsoldat / Student

**Verein:** UAC Kulmbach **Insta-Profil:** @hummelmerlin

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Ich freue mich am meisten auf die unglaubliche Stimmung im Stadion und darauf, einen herausragenden Wettkampf zu erleben. Die Unterstützung der Fans und die Energie des Events werden unvergesslich sein.

**Was motiviert dich?** Mich motiviert der unerschütterliche Drang zum Erfolg. Jeder Wettkampf ist eine neue Herausforderung und die Möglichkeit, mich selbst zu übertreffen und meine Ziele zu erreichen. **Dein Motto?** Immer 100% geben, niemals aufgeben! Egal wie schwer es wird, ich bleibe fokussiert und kämpfe bis zum Ende.



## Elena Lilik

**Geburtstag:** 14.09.1998 **Sportart:** Kanuslalom

**Beruf/Ausbildung:** Sportsoldatin

**Verein:** Kanu Schwaben Augsburg **Insta-Profil:** @mrs\_elenalilik

**Deine Sportart in drei Worten?** Vielseitig, dynamisch, präzise.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?**

Ich habe mich dieses Jahr das erste Mal für die Olympischen Spiele qualifiziert.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Freue mich am meisten auf meine Familie zwischen den vielen Zuschauern und das Tauschen der Nationenpins im Olympischen Dorf.

**Was wird die größte Herausforderung sein?**

Die größte Herausforderung wird wahrscheinlich sich von den vielen Eindrücken nicht erschlagen zu lassen.

**Was darf in deinem Reisekoffer auf keinen Fall fehlen?**

Ein von meiner Mama gehäkeltes Kissen, ein Buch und Kopfhörer.

**Was motiviert dich?** Mich motiviert, die jüngere Generation für meinen Sport aber auch für Bewegung im Allgemeinen begeistern zu können.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Wahrscheinlich jede Sportart, die mit Fuß-/Augenkoordination oder musikalischem Rhythmus zu tun hat.



# WAS IST NEU?



Unabhängig von den sportlichen Wettkämpfen an sich, gibt es zwei große Neuerungen bei den diesjährigen Olympischen Spielen: Geschlechtergleichheit bei den Teilnehmer-Zahlen und eine Eröffnungsfeier abseits eines Stadions. Seit der ersten Teilnahme von 22 weiblichen Athlet:innen von damals insgesamt 997 Teilnehmer:innen um 1900, sind im Jahr 2024 die rund 10500 Athlet:innen erstmals gleich auf beide Geschlechter verteilt. Die Eröffnung der Spiele soll dieses Jahr statt der klassischen Feier in einem Stadion, mit Booten auf der Seine stattfinden; von der Brücke Pont d'Austerlitz bis zum Fuß des Eiffelturms. Von dort gehen die Athlet:innen über die Champs-Élysées zum Place de la Concorde.

## Veränderungen im sportlichen Wettbewerb

Nicht mehr ins Programm aufgenommen wurden nach Tokio Baseball, Softball und Karate. Im Unterschied dazu werden BMX-Freestyle, 3x3-Basketball, Skateboard, Surfen und Sportklettern, als neue Sportarten weiterhin Bestandteil der Spiele sein. Letzteres wird jedoch mit einer Änderung in den Disziplinen stattfinden.

Absoluter Newcomer bei den Spielen 2024 ist Breaking (allgemein bekannt als Breakdance). Zudem gibt es neue Disziplinen im Segeln (Kitesurfen) und Kanu (Kajak Cross). Einige Disziplinen werden verändert, so neben dem Sportklettern auch Boxen, Gehen und Kunstschwimmen.



## Neue Disziplin Breaking

Breaking ist ein Tanzstil, der sich als Teil der Hip-Hop-Kultur in den 1970er Jahren im New Yorker Stadtteil Bronx entwickelte. Die Sportart zeichnet sich durch eine Kombination aus Artistik, Athletik und Kunst aus und setzt sich aus athletischen Bewegungen wie Drehungen, Flips und anderen komplexen Körperbewegungen zusammen.

Die Athlet:innen haben Künstlernamen, die den Überbegriff B-Boys und B-Girls haben, wobei das "B" für "Break" steht und sich gleichzeitig auf die intensiven Beats in der Musik bezieht, zu denen die Bewegungen

passend kombiniert werden. An der Veranstaltung nehmen 16 B-Boys und 16 B-Girls teil, die sich in 1-gegen-1-Runden zu einer, von einem DJ zufällig ausgewählten Musik messen. Bewertet werden die Performances anhand von fünf Kategorien: Musikalität, Vokabular, Originalität, Technik und Ausführung.

## Veränderung der Disziplin im Synchronschwimmen

Eine bahnbrechende Neuerung wird es im Kunstschwimmen geben: Gemischte Teams. Zum ersten Mal in der Olympischen Geschichte können auch männliche Athleten in diesem Sport antreten. Eine weitere Veränderung ist die Kategorie der Frauen Akrobatik. Nach 40 Jahren Synchronschwimmen dürfen 2024 erstmals männliche Teilnehmer in den Kategorien Solo, gemischtes Duett und Teams dabei sein. Pro Mannschaft können zwei männliche Teilnehmer an den Start gehen. Bei den European Games 2023 holte das Team Deutschland die Silbermedaille und hatte mit der Teilnahme von Frithjof Seidel zum ersten Mal einen Mann in der Mannschaft. In Paris 2024 wird der Teamwettbewerb aus drei Teilen bestehen: Die technische und freie Kür, die bereits Teil des Olympischen Programms waren, sowie der neue Wettkampf der Frauenakrobatik. Die Punkte aller drei Bereiche werden addiert und die Summe entscheidet über die Medaillenvergabe.

## Veränderung der Disziplin im Sportklettern

Im Vergleich zu den letzten Olympischen Sommerspielen wird nicht mehr die von Anfang an sehr umstrittene Kombination aus Bouldern, Lead und Speedklettern gewertet. Stattdessen besteht die Disziplin jetzt aus einer Zweier-Kombi aus Bouldern und Lead und einer davon unabhän-

gigen Speed-Wertung. Während im Boulder und Lead Punkte für die überwundene Zonen oder Züge addiert werden, versuchen Speed-Kletterer in Eins-zu-eins-Wettkämpfen so schnell wie möglich eine 15 Meter-Wand hinauf zu klettern. Die Trennung der Disziplinen aufgrund der unterschiedlichen Anforderungen an Kraft und Ausdauer bietet den Athlet:innen die Möglichkeit sich besser zu spezialisieren und entsprechend leistungsstärker zu sein.

### Neue Disziplin beim Segeln

Statt dem bisherigen Windsurfen wird beim Kitesurfen im Foilrace-Format ein Board verwendet, das nicht schwimmt, sondern sich aufgrund der Konstruktion oberhalb der Wasseroberfläche bewegt. Durch die Verwendung eines Hydrofoils, das an der Unterseite des Boards angebracht ist, hebt sich das Board aus dem Wasser. Diese Disziplin sieht daher spektakulär aus und führt auch zu höheren Geschwindigkeiten.

Das IOC entschied sich für ein Regelwerk, bei dem Frauen und Männer in separaten Wettbewerben antreten. Im Unter-

scheid zu Mixed-Wettkämpfen können somit auch kleinere Nationen teilnehmen, die nur einen Fahrer oder Fahrer:in nach Frankreich schicken.

Insgesamt treten 40 Fahrer (20 Männer und 20 Frauen) an, die einen mit Bojen abgesteckten Kurs fahren. Dieser ist in unterschiedliche Abschnitte gegliedert, die es erfordern mit dem Wind, gegen den Wind oder seitlich zum Wind zu fahren. Die Athlet:innen wechseln dafür je nach Kursabschnitt in die optimale Positionierung des Kites oder des Segels, um möglichst hohe Geschwindigkeiten und Effizienz zu erlangen.



eines Tores wird jedoch mit der Disqualifikation geahndet. In einer festgelegten Zone der Strecke müssen alle Athlet:innen eine sogenannte Kajakrolle, eine 360°-Drehung absolvieren, bei der der Kopf unter Wasser taucht. Der Wettkampfmodus erfordert aufgrund der direkten Konkurrenz sehr hohe Reaktionsgeschwindigkeit.

### Veränderung der Disziplin im Boxen

Im Boxsport wurden die Gewichtsklassen bei den Männern und Frauen teilweise verändert und um eine Klasse bei den Männern reduziert, sowie um eine Klasse im Frauenboxen erweitert.

### Veränderung der Disziplin im Gehen

In Paris 2024 wird erstmalig das Marathon-Gehen im Mixed-Team stattfinden und dabei das 50-km-Einzelrennen ablösen. Das 20-km-Einzelmarathon bleibt weiterhin im Programm. Die Marathondistanz von 42,195 km wird in je vier Etappen von rund 10 km aufgeteilt. Ein Team besteht aus einer weiblichen und einem männlichen Starter:in. Die Reihenfolge wechselt während des Laufs auf den Einzeletappen.

### Neue Disziplin im Kanu-Sport

Neben den bisher vier Disziplinen in den Kanu- und Kajak-Wettbewerben der Frauen und Männer, wird in Paris 2024 zum ersten Mal eine neue olympische Kajak-Slalom-Disziplin eingeführt: Kajak-Cross.

Die Athlet:innen treten dabei nicht nur gegen die Zeit, sondern im direkten Wettkampf gegeneinander an. Nachdem durch ein Zeitfahren zunächst eine Rangfolge gebildet wurde, starten die Athlet:innen jeweils zu viert nebeneinander von einer Rampe. Sie dürfen die Tore berühren, das Verpassen



# WIEDERHOLUNGSTÄTER IM UND AUF DEM WASSER

Mit der dreifachen Weltmeisterin, mehrfachen deutschen Meisterin und – Paris 2024 eingeschlossen – dreifachen Teilnehmerin an olympischen Sommerspielen, geht mit Leonie Beck eine Athletin im Freiwasser an den Start, die sich nach jahrelangen Erfolgen in der Weltspitze auf ein weiteres Highlight ihrer erfolgreichen Sportkarriere freut. Während Leonie im Wasser – genauer gesagt in der Seine mitten im Herzen von Paris – um olympisches Edelmetall kämpfen wird, möchte Top-Athlet Valentin Luz den Traum einer Paralympics-Medaille auf dem Wasser, nämlich im Para-Rudern, wahr machen. Valentin Luz kann auf zahlreiche internationale Top-Platzierungen zurückblicken und sicherte sich bei den Paralympischen Spielen 2016 in Rio den vierten Platz im Mixed Vierer.

Welche Vorteile bringt die Erfahrung aus mehreren Olympia-/Paralympics-Teilnahmen für unsere Athlet:innen und wie sieht die direkte Vorbereitung auf den Wettkampfhöhepunkt aus? Diese und weitere spannende Fragen ergründen wir im Gespräch mit den beiden bayerischen Spitzensportler:innen. Nach dem Motto Freiwasser vs. Para-Rudern haben wir die beiden interviewt, zu ihren Träumen und Weg nach Paris befragt und spannende Unterschiede und Gemeinsamkeiten aufgedeckt.

**Leonie, mit Paris 2024 erfüllst du dir den olympischen Traum bereits zum dritten Mal in Folge. Eine Wahnsinns-Leistung von der viele Top Athlet:innen träumen. Was treibt dich täglich an und welche Vision verfolgst Du?**  
Ich möchte in Paris die beste Version meiner selbst sein, dafür gebe ich jeden Tag im Training alles, was ich habe. Zudem freue ich mich unheimlich auf Spiele in Europa. Ich bin mir sicher, Paris wird toll und ich freue mich darauf, Deutschland

auf der größten Bühne zu vertreten, die es gibt!

"ICH MÖCHTE IN PARIS DIE BESTE VERSION MEINER SELBST SEIN."

## **Im Vorfeld der Spiele**

**gab es gerade mit Blick auf Schwimmen in der Seine (Triathlon, Freiwasser) einige Herausforderungen, was Rahmenbedingungen (Sauberkeit des Wassers etc.) angeht. Inwiefern verfolgst du als Athletin diese externen Themen? Wie bereitest du dich auf unterschiedliche Kontexte vor, in denen du performen sollst und Top-Leistung abrufen möchtest (Klima Faktoren, Witterung, usw.)?**

Die Wasserqualität kann ich als Athletin nicht beeinflussen und mich auch schlecht darauf vorbereiten. Auch die Strömung im Fluss lässt sich schwer vorhersagen. Auf die vermutlich etwas kälteren Temperaturen in der Seine bin ich gut vorbereitet. Die haben wir über die letzten Monate immer wieder simuliert und trainiert.

**Paris, die Stadt der Liebe, Croissants und Olympia Medaille? Was verbindest du mit der Stadt und welche Bedeutung hat es für dich, dass die olympischen Spiele so nah wie noch nie zu deiner Heimat (vormals Rio und Tokio) stattfinden?**

Ich war letztes Jahr für das olympische Testevent vor Ort in Paris. Das Event ist dann leider ausgefallen. So hatte ich umso



mehr Zeit, mir die Stadt anzuschauen. Paris ist für mich eine der schönsten Städte der Welt mit so viel Kultur, gutem Essen und tollen Leuten. Der große Vorteil an der Nähe zur Heimat ist, dass meine ganze Familie und viele Freunde vorbeikommen werden. Das gibt mir ganz viel Kraft und ich freue mich schon jetzt darauf, sie dann alle vor Ort zu haben.

"ICH FREUE MICH JETZT SCHON DARAUF, FAMILIE UND FREUNDE IN PARIS VOR ORT ZU HABEN."

**Du gehörst trotz deines noch jungen Alters mit deiner dritten Olympia Teilnahme schon zu den erfahrenen Athlet:innen. Im Vergleich zu vergangenen Olympia Vorbereitungen- welche Erfolgsfaktoren hast du im Training oder deinem Umfeld beibehalten? Was hast du ggf. auch verändert?**

Beibehalten habe ich meinen Ehrgeiz und meinen Willen immer 110% zu geben. Genau das hat mich zu der Sportlerin gemacht, die ich heute bin. Tatsächlich habe ich mich aber nach den Spielen 2021 einer Trainingsgruppe in Italien angeschlossen, um noch öfter im Freiwasser (im Mittelmeer direkt vor der Haustür in Ostia) trainieren zu können. Das ist einer der Erfolgsfaktoren der letzten Jahre. Ich kann mehr



an meiner Orientierung im Wasser arbeiten (eine meiner Schwächen) und auch mehr unter widrigen Bedingungen, die unser Sport ab und zu mit sich bringt.

**Was hast sich vielleicht auch in deinem Mindset im Vergleich zum Olympia-Premiere verändert?**

Bei meinen ersten olympischen Spielen war alles noch sehr neu, sehr beeindruckend mit so vielen Athleten aus verschiedenen Nationen und Sportarten. Bei meiner dritten Olympiateilnahme kann ich mich jetzt gut auf den Sport konzentrieren und gleichzeitig viele tolle Eindrücke sammeln. Somit werde ich die Teilnahme richtig genießen.

"DASS ES EINE GESTEIGERTE ERWARTUNGSHALTUNG GIBT, IST NORMAL."

**Wie gehst du mit (gesteigerten) Erwartungshaltungen von außen um?**

Dass es eine gesteigerte Erwartungshaltung gibt, ist normal nach den letzten Jahren. Ich versuche mir selber keinen Druck zu machen. Ich möchte einfach ein Rennen absolvieren, nachdem ich zufrieden sein kann, weil ich das Beste rausgeholt habe.

**Welchen Tipp hast du für Athlet:innen, die erstmalig an olympischen Spielen bzw. den Paralympics teilnehmen?**

Einfach die Atmosphäre genießen, sich selber nicht zu viel Druck machen und stolz sein, dass man es geschafft hat, dabei zu sein. Von 8 Milliarden Menschen auf der Welt schaffen es 10500 Menschen alle vier Jahre zu den Spielen. Hier zählt definitiv der Spruch „Dabei sein ist Alles“.



**Valentin, Du hast Dich zum zweiten Mal für die Teilnahme an den Paralympics qualifiziert. Herzlichen Glückwunsch! Kam die Qualifikation für dich letztlich überraschend oder würdest du sagen, der Plan ist genauso aufgegangen, wie kalkuliert?**

Grundsätzlich hatte ich schon einen Plan, mich für die diesjährigen Paralympics zu qualifizieren. Ich war mir allerdings nicht hundertprozentig sicher, dass dieser Plan dann auch aufgeht, da ich in den vergangenen beiden Jahren dreimal am Knie operiert worden bin. Da ist es dann keine Selbstverständlichkeit, beim Qualifikationstermin topfit auf der Matte zu stehen.

Noch eine Anmerkung: Zum jetzigen Zeitpunkt bin ich noch nicht offiziell für die Paralympics nominiert worden, sondern

habe bisher „nur“ den Quotenplatz geholt. Allerdings sollte der offiziellen Nominierung Mitte Juli nichts im Wege stehen.

**Hast du diesen Erfolg und Traum eines:r jeden Spitzensportlers:in etwas gefeiert oder bist Du sofort in die direkte Vorbereitung gestartet?**

Den Quotenplatz konnten wir bereits im September 2023 bei der WM in Belgrad erreichen. Das haben wir dann schon ein wenig gefeiert. Nach einem kurzen Urlaub haben wir aber schon zwei Wochen später mit der Vorbereitung begonnen, um dann im Paralympics-Jahr möglichst viele Trainingsstunden in der Tasche zu haben.

**Kannst du uns einmal mitnehmen und uns beschreiben, wie ein Tag in deiner Vorbereitung auf die Paralympics aktuell aussieht?**

Zurzeit bin ich hauptsächlich in Trainingslagern unterwegs. Hier beginnt ein Trainingstag für mich gegen 7.00 Uhr und endet nach zwei bis drei Trainingseinheiten und Physiotherapie abends um 20.00 Uhr. Außer Trainieren, Essen und Schlafen passiert da also nicht viel Anderes.

Wenn ich zuhause bin, bin ich oft an der OSP-Zentrale anzutreffen. Hier nutze ich vor allem das für mich bereitgestellte Ruder-Ergometer, den Krafraum und das Physio-Angebot. Ansonsten trainiere ich an der Regattastrecke in Oberschleißheim, um dort meine Trainingsstunden auf dem Wasser zu sammeln.

**Nehmen du und dein Trainer:innen oder das Support-Team kurz vor Paris noch Änderungen vor? Wenn ja, welche?**

Grundsätzlich versuchen wir, keine großen Änderungen vor Paris mehr vorzunehmen. Vielmehr versuchen wir, das Bewährte beizubehalten und zu festigen. Ich persönlich möchte zusätzlich noch das sportpsychologische Angebot des OSP nutzen, um für die Spiele in Paris dann auch mental top vorbereitet zu sein.

**Bei deinen ersten Paralympics 2016 in Rio konntest Du einen tollen 4. Platz erreichen. Mit welchen Erwartungen und Zielstellungen trittst Du in diesem Jahr die Reise nach Paris an?**

In Rio waren wir schon sehr stolz auf unseren vierten Platz. Viel mehr wäre da auch nicht drin gewesen. In diesem Jahr sieht das ganz anders aus. Mit Blick auf die vorangegangenen Ergebnisse, ist die Zielstellung ganz klar eine Medaille.





**Was hat sich hier, verglichen mit Deiner ersten Teilnahme an den Paralympics 2016, verändert?**

2016 war ich noch ganz neu im „Rudergeschäft“ und war auch lange nicht auf dem technischen und körperlichen Stand, wie ich es heute bin. Momentan bin ich so fit wie noch nie. Das liegt an der wesentlich professionelleren Vorbereitung sowohl auf dem Wasser, als auch im Ausdauer-

und Kraftbereich. Ich trainiere mittlerweile nach personalisierten Trainingsplänen unseres Kraft-Trainers Martin

Zawieja. Auch die ausgebaute Leistungsdiagnostik hat einen wesentlichen Beitrag dazu geleistet, dass ich jetzt so gut vorbereitet bin.

**Mit Oli Zeidler, einem bayerischen Top Athleten und mehrfachen Weltmeister im Rudern, gibt es einen Sportler im Team D, der wie Du bereits zum wiederholten Mal bei den Spielen dabei ist. Inwiefern findet hier ein Austausch statt?**

Eine Besonderheit beim Rudern ist, dass wir paralympische Athlet:innen bei Wettkämpfen gemeinsam mit den olympischen Athlet:innen starten. Alle Wettbewerbe werden also jeweils an einem gemeinsamen Wettkampftag ausgetragen. Dadurch gibt es also auch einen regelmäßigen Kontakt zwischen uns Sportlern:innen. Ich persönlich profitiere sehr davon, mich dann mit Oli z.B. über Trainingsinhalte und das Wettkampfgeschehen auszutauschen.

**Was gibt's Du Athlet:innen, die erstmalig an olympischen Spielen bzw. den Paralympics teilnehmen, mit auf den Weg?**

Ich kann allen Athlet:innen, die zum ersten Mal bei den Spielen sind, mitgeben, den Wettkampf einfach zu genießen. Macht Euch nicht zu viel Druck und ruft einfach das Gelernte und das eigene Können ab. Wenn ihr am Finaltag topfit an den Start geht, wird sich alles andere ergeben.



**DEUTSCHER  
BEHINDERTENSORTVERBAND**

## ENTWEDER – ODER: DIE WASSER-EXPERT:INNEN EDITION

**„Andere kochen auch nur mit Wasser“ oder „mit allen Wassern gewaschen“?**

- **Leonie:** mit allen Wassern gewaschen
- **Valentin:** Andere kochen auch nur mit Wasser

**Fließendes oder „stilles“ Wasser?**

- **Leonie:** stilles Wasser
- **Valentin:** fließendes Wasser

**Lieber auf dem Wasser oder im Wasser?**

- **Leonie:** Definitiv im Wasser
- **Valentin:** natürlich auf dem Wasser

**Wasser mit oder ohne Sprudel?**

- **Leonie:** mit
- **Valentin:** mit

**Wildwasser oder Warmwasser?**

- **Leonie:** Warmwasser
- **Valentin:** Warmwasser

**Wassereis oder Eiswasser?**

- **Leonie:** Ganz klar: Wassereis
- **Valentin:** Weder noch



Notfallambulanz der Asklepios Orthopädische Klinik Lindenlohe gerüstet für den Sport-Sommer

# BEI SPORTVERLETZUNGEN EINE TOP-ADRESSE IM LANDKREIS SCHWANDORF

Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie Dr. Boris Herbst und Ferdinand Schneider stehen bereit



Von Radfahren bis Beach-Volleyball, von Klettern bis Surfen, von Fußball bis Halb-Marathon: Das Frühjahr und der anstehende Sommer locken die Sportler wieder nach draußen, nicht wenige haben nach einem „faulen“ Winter erst jetzt wieder Lust, sich sportlich zu betätigen. Die Kehrseite der Medaille: Es ist auch die Zeit, in der die Zahl der Sportverletzungen zunimmt – „aus den unterschiedlichsten Gründen“, wie Oberarzt Dr. Boris Herbst weiß.

Der erfahrene Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie an der Asklepios Orthopädischen Klinik Lindenlohe weiter: „Manch einer übernimmt sich ohne entsprechende Vorbereitung und riskiert eine Verletzung, Andere stürzen beim Radfahren und ziehen sich Brüche und Prellungen an Handgelenk oder Schlüsselbein zu. Und bevorzugt bei Ballsportarten gibt es Meniskusschäden und Brandverletzungen am Kniegelenk.“ Diese und weitere Verletzungen behandelt Dr. Boris Herbst in der Notfallambulanz der Klinik. Ihm zur Seite steht dabei seit April Ferdinand Schneider, ebenfalls Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie und mit aktiver Volleyball-Vergangenheit.

In den besonderen Fokus der beiden Fachärzte in der Lindenloher Sportorthopädie rücken in den warmen Monaten die Radfahrer, die weithin sicht- und bemerkbar die Straßen und Wege für sich einnehmen. Zu schnell, zu unkonzentriert, zu eng beisammen gefahren – schnell findet eine Fahrradtour mit einem Sturz sein promptes Ende. Dank moderner Helme ist der Kopf zwar meist gut geschützt, dafür gehören Brüche und Prellungen und laut Dr. Boris Herbst vor allem immer wieder die „Schultereckgelenkssprengung“ zu den typischen Verletzungen von Radfahrern. Bei dieser sogenannten Rockwood-Verletzung wird das Gelenk zwischen Schulterblatt und Schlüsselbein aufgrund eines Sturzes auf die Schulter bei anliegendem Arm in Mitleidenschaft gezogen – je nach Schwere der Verletzung wird entweder konservativ therapiert oder ist eine Operation nötig.

## EINE NOTFALLAMBULANZ RUND UM DIE UHR

Konservativ oder OP, dies gilt auch für die allermeisten anderen Sportverletzungen, die in der Notfallambulanz und bei Bedarf anschließend im OP-Saal und auf Station behandelt werden. Auf die Bedeutung der Notfallambulanz verweist Geschäftsführer Felix Sasse. Hier bietet man an sieben Tagen in der Woche prompte Hilfe auf höchstem orthopädischem und unfallchirurgischem Niveau. Zusammen mit dem Team aus weiteren Ärzten und Pflegekräften stellen Dr. Boris Herbst und Ferdinand Schneider nicht nur die Notfallversorgung bei akuten Verletzungen bzw. einem Unfall sicher, sondern leiten sofort auch die weiterführende Therapie ein.

Dabei sei es nicht selten entscheidend, bei der Therapie keine Zeit zu verlieren. „MRT, Risikoanalyse, die Koordination von Belastung oder Entlastung, aber auch, welche Medikamente zielführend sind – all dies gilt es bereits in der Notfallambulanz zu planen“, so Dr. Boris Herbst. Daran schließt sich dann eine genau terminierte Wiedervorstellung des Patienten in der Klinik an, bei der das weitere Vorgehen besprochen wird. Letztendlich sollen alle Sportler möglichst effektiv zurück auf den Weg der Genesung geführt werden, damit der weiteren Sommersaison nichts im Wege steht.



**ASKLEPIOS**  
KLINIK LINDENLOHE

Lindenlohe 18 · 92421 Schwandorf  
Telefon: 09431 888-601  
Mail: [lindenlohe@asklepios.com](mailto:lindenlohe@asklepios.com)  
[www.asklepios.com/lindenlohe](http://www.asklepios.com/lindenlohe)

# BAYERISCHE ATHLET:INNEN IN PARIS

## Valentin Luz

**Geburtstag:** 23.01.1995

**Sportart:** Para Triathlon

**Verein:** Frankfurter Rudergesellschaft Germania 1869

**Insta-Profil:** @valentinalexander\_



## Mona Mayer

**Geburtstag:** 13.09.2001

**Sportart:** 400 m Lauf

**Verein:** LG Telis Finanz Regensburg

**Insta-Profil:** @monamayer01



## Sydney Lohmann

**Geburtstag:** 19.06.2000 **Sportart:** Fußball

**Beruf/Ausbildung:** Profifußballerin **Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @sydneylohmann

**Deine Sportart in drei Worten?** Emotionalität, Zusammenhalt, Einfachheit.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Darauf, den Olympischen Spirit mitzuerleben.

**Was motiviert dich?** Der Spaß und die Freude andere zu begeistern. **Dein Motto?** Garlic on Everything.

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?** Medaille gewinnen.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?** Klara Bühl.

**Wenn du spontan in einer anderen Sportart an den Start gehen müsstest, welche wäre das?** 5-Kampf.



## Alexander Megos

**Geburtstag:** 12.08.1993

**Sportart:** Sportklettern

**Beruf/Ausbildung:** Profisportler

**Verein:** DAV **Insta-Profil:** @alexandermegos

**Beschreibe die Faszination deiner Sportart in drei Worten:**

abwechslungsreich, kräftig, grazil

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?:**

Auf eine coole Woche mit Yannick, Lucia und Schlagi

**Was motiviert dich?:** Der konstante Drang mich zu verbessern und mein Umfeld

**Dein Motto?:** #stylefirst #carrotsforpower

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?**

Die beste nur mögliche Performance rauszuholen.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?**

Die ganzen Sportarten, bei denen man nicht sportlich sein muss ;-)



## Domenika Mayer

**Geburtstag:** 09.10.1990 **Sportart:** Marathon

**Beruf/Ausbildung:** Polizeihauptkommissarin

**Verein:** LG Telisfinanz Regensburg **Insta-Profil:** @domenika.mayer

**Deine Sportart in drei Worten?** Freiheit, durchhalten, Liebe.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Die Freude auf der Ziellinie. **Was wird die größte Herausforderung sein?** Hitze und Aufregung. **Was darf in deinem Reisekoffer auf keinen Fall fehlen?**

Wettkampfschuh und Verpflegung. **Was motiviert dich?** Meine Liebe fürs Laufen.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Bodybuilding.



## Antonia Niedermaier

**Geburtstag:** 25.03.2000

**Sportart:** Radsport Straße

**Verein:** RSV Götting-Bruckmühl e. V.

**Insta-Profil:** @antonianiedermaier



# BAYERISCHE ATHLET:INNEN IN PARIS

## Lisa Müller

**Geburtstag:** 20.09.1992 **Sportart:** Schießen

**Beruf/Ausbildung:** Sportsoldatin **Verein:** SV Berg

**Insta-Profil:** @liisa.mueller\_

**Beschreibe die Faszination deiner Sportart in drei Worten:**

Zusammenspiel von Körper & Geist

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Die Atmosphäre und eigentlich alles, was mich erwarten wird.

**Was motiviert dich?**

Schritt für Schritt meinen Zielen näher zu kommen und sie zu erreichen

**Dein Motto?** Mut zur Lücke!

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?** Mein Bestes geben!

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Meine Schießausrüstung xD

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Fußball



## Lena Oberdorf

**Geburtstag:** 19.12.2001 **Sportart:** Fußball

**Beruf/Ausbildung:** Profifußballerin **Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @lena\_oberdorf

**Deine Sportart in drei Worten?** Gemeinschaft, überraschend, respektvoll.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Auf die Stadien, die Fans und die Gemeinschaft aller Teilnehmer (Sportler & Fans & Staff).

**Was motiviert dich?** Die Chance für meine Familie, Freunde, Club und Land große Dinge

zu erreichen und mich stetig zu verbessern.

**Dein Motto?** Jeden Tag 1% besser!

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?**

Die Zeit zu genießen und bis zum Schluss vor Ort zu sein.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Bild von der Familie, Fußballschuhe.

**Wenn du spontan in einer anderen Sportart an den Start gehen müsstest, welche**

**wäre das?** Beachvolleyball.



## Andreas Obst

**Geburtstag:** 13.07.1996

**Sportart:** Basketball

**Beruf/Ausbildung:** Profi-Basketballspieler

**Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @fruit\_96



## Maria Paulig

**Geburtstag:** 15.10.1994

**Sportart:** Para Triathlon

**Beruf/Ausbildung:** Zahnärztin

**Verein:** Team Icehouse e. V.

**Insta-Profil:** @mariapaulig

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Die Stimmung und die Erfahrung, die Spiele zu erleben.

**Was motiviert dich?**

Ziele motivieren mich und der Gedanke, Grenzen zu verschieben.

**Dein Motto?**

Da gibt es tatsächlich kein Bestimmtes.



## Tobias Potye

**Geburtstag:** 16.03.1995

**Sportart:** Hochsprung

**Verein:** LG Stadtwerke München

**Insta-Profil:** @tobiaspotye



## Christian Reitz

**Geburtstag:** 29.04.1987

**Sportart:** Schnellfeuerpistole

**Beruf/Ausbildung:** Polizeioberkommissar

**Verein:** SV Kriftel

**Insta-Profil:** @christian\_reitz



## Anja Renner

**Geburtstag:** 24.07.1986

**Sportart:** Para Triathlon

**Beruf/Ausbildung:** Dipl.-Ing. Biotechnologie

**Verein:** 1. FCN Nürnberg Schwimmen e. V.

**Insta-Profil:** @anja\_renner\_paratriathlon

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Ich freue mich darauf, die besten Sportler der Welt anzutreffen, verschiedene Sportarten zu sehen, das Olympia-Flair erfahren zu dürfen und natürlich darauf, ein hoffentlich gutes Rennen abzuliefern. Darüber hinaus freue ich mich auf jede Menge Croissants und Pains au Chocolat und Paris erleben zu dürfen.

**Was motiviert dich?**

Meine tägliche Motivation sind hoch gesteckte Ziele, wie z. B. die Paralympics aber auch der Ansporn, mich stetig zu verbessern und meine Grenzen zu verschieben.

**Dein Motto?** „If you don't see the limits, they can't stop you“



## Richard Ringer

**Geburtstag:** 27.02.1989

**Sportart:** Marathon

**Beruf/Ausbildung:** Betriebswirt (Controlling)

**Verein:** LC Rehlingen **Insta-Profil:** @richard.ringer

**Deine Sportart in drei Worten?** attraktiv, vielfältig, objektiv.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Meinen Marathon erfolgreich zu finishen.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?** 2x (Rio & Tokio).

**Was wird die größte Herausforderung sein?** Die 428 Höhenmeter.

**Was darf in deinem Reisekoffer auf keinen Fall fehlen?**

Asics Meta Speed Sky Paris, Salztabletten, Schlafmaske & Ohropax

**Was motiviert dich?** Im Marathon bei Meisterschaften ist alles möglich – keep dreaming!

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?**

Boxen, weil ich sonst auf die Fresse bekommen würde.



## Lea Schüller

**Geburtstag:** 12.11.1997

**Sportart:** Fußball

**Beruf/Ausbildung:** Profifußballerin

**Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @leaschuessler

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Für ein noch größeres Team zu spielen als sonst – Team Deutschland.

**Was motiviert dich?**

Familie, Freund, Fans, mein Team.

**Dein Motto?**

Alles passiert aus einem Grund.

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?**

Ins Olympische Dorf zu kommen (was bedeutet, wir kommen ins Finale) und mit den anderen Deutschen zu feiern.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Glücksbringer von meiner Mama.

**Wenn du spontan in einer anderen Sportart an den Start gehen müsstest, welche wäre das?** Beachvolleyball oder Basketball.



# EIN STARKES DUO MIT STEILER KARRIERE



DEUTSCHER  
BEHINDERTENSPORTVERBAND

Swim, bike, run – und das auch noch im Doppelpack. Bereits nach Kürze sind sie ein eingespieltes Team geworden. Die Rede ist von Para-Triathletin Anja Renner und Guide Maria Paulig. Obwohl der Qualifikationszeitraum für Paris noch gar nicht vorbei ist, ist ihr die Teilnahme nicht mehr zu nehmen: Nach drei Weltcupsiegen, einem vierten Platz bei der WM in Pontevedra (Spanien) und einem fünften Platz bei der EM in Madrid belegt sie Rang zwei im Qualifikationsranking und kann damit nicht mehr aus den Top Neun rausfallen, die nach Paris reisen dürfen. Wie sie zum Triathlon und zueinander gefunden haben und viele weitere spannende Fragen konnten wir im Gespräch mit den beiden Spitzensportlerinnen ergründen.

**Ihr habt das Olympiaticket direkt beim ersten Rennen des Jahres, einem Rennen der World Triathlon Para Series in Australien gelöst. Gratulation! Was waren eure ersten Gedanken, als feststand, ihr seid in Paris dabei?**

**Anja:**

Ich habe mich riesig gefreut und war sehr erleichtert, dass sich die weite Reise nach Australien gelohnt hat und dass wir, obwohl ich mit einer Verletzung angereist bin, das Rennen trotzdem gewinnen konnten. Darüber hinaus war ich auch stolz auf uns, dass wir dies gemeistert haben und dass sich mein Vorhaben, mich innerhalb von wenigen Monaten für die Paralympics zu qualifizieren, aufgegangen ist. Ich bin erst seit Mai 2023 als Paratriathletin aktiv und hatte seitdem eine steile Karriere in diesem Sport.

"ICH HATTE  
EINE STEILE  
KARRIERE  
IN DIESEM  
SPORT!"

**Maria:**

Ich habe mich sehr sehr gefreut, dass sich die Reise ans quasi andere Ende der Welt ausgezahlt hat. Mit einem WTPS-Sieg nach Hause zu fahren und zu wissen, dass wir im Paralympics Ranking nun nicht mehr aus den Quali-Rängen zu verdrängen sind, war das absolute Highlight.

**Anja, könntest du uns deine Krankheit kurz beschreiben, dass sich alle vorstellen können, wie die Einschränkung in deinem Fall konkret aussieht?**

**Anja:**

Im Alter von 25 Jahren erhielt ich die Diagnose Usher-Syndrom, eine Krankheit, die sowohl das Hörvermögen als auch die Sehkraft beeinträchtigt. Von Geburt an hörgeschädigt, begann mein Sehvermögen zusätzlich durch Retinitis pigmentosa (RP) ab dem Alter von ca. 30 Jahren immer mehr zu schwinden. Heute sehe ich nur noch etwa 10 % dessen, was die meisten sehen. Ich habe einen sogenannten Tunnelblick, man kann sich das in etwa so vorstellen, wie wenn man durch sehr enge Klopapierrollen oder einen dicken Strohhalm hindurchschaut.

**Wie habt ihr zueinander gefunden?**

**Maria:**

Ich habe Anja über ihren Trainer kennengelernt, der mich ganz früher kurzzeitig trainierte. Sie war auf der Suche nach einem neuen Guide.



**Das Datum steht bereits fest: am 02. September geht ihr in Paris an den Start. Was steht bis dahin noch an?**

**Anja:**

Ein Weltcuprennen und 1-2 lokale Triathlonrennen.

**Maria:**

Wir starten vermutlich noch bei einem WeltCup und gegebenenfalls einem lokalen Rennen. Abgesehen davon steht viel gemeinsames Training auf dem Plan.

**Wieso ausgerechnet Triathlon? Was fasziniert euch daran?**

**Maria & Anja:**

Ich liebe die Kombination aus drei Sportarten und dass es unglaublich hart sein kann. Zugleich gefällt mir das abwechslungsreiche Training, es wird einem quasi nie langweilig.

"DAS TRAINING WIRD QUASI NIE LANGWEILIG."

**Das Radfahren absolviert ihr auf dem Tandem und beim Laufen seid ihr durch eine Schnur an der Hüfte verbunden. Wie muss man sich den ersten Abschnitt des Triathlons, das Schwimmen vorstellen?**

**Maria:**

Beim Schwimmen verbindet uns ebenfalls eine Schnur, die wir oberhalb des Knies anbringen. In der Regel schwimmt Anja links leicht nach hinten versetzt und ich rechts. Wir

sind permanent miteinander verbunden und Anja spürt, wo ich schwimme. Wenn wir nach rechts um eine Boje schwimmen, gebe ich kein Signal, weil Anja das über die Verbindung wahrnimmt. Eine Wende nach links signalisiere ich ihr, indem ich sie leicht am Kopf antippe. Beim Schwimmausstieg unterstütze ich sie, wenn sie Hilfe braucht – das kommunizieren wir vor dem Rennen.

**Der Triathlon gilt als eine der trainingsintensivsten Sportarten überhaupt. Noch dazu seid ihr im Wettkampf immer im Doppelpack unterwegs und**



**als wäre das nicht genug, wohnt Anja am Tegernsee, während Maria ihren Lebensmittelpunkt in Nürnberg hat. Wie ist das im Training bei euch? Trainiert ihr viel zusammen? Was ändert sich an eurem Training im Hinblick auf die Paralympics?**

**Maria:**

Ich arbeite und wohne von Montag bis Donnerstag in München von daher können wir unter der Woche die Trainings zusammen umsetzen. Wir versuchen meistens, dass wir uns irgendwo in der Mitte treffen. Grundsätzlich trainiert jeder von uns viel alleine, trotzdem liegt uns gerade in der unmittelbaren Vorbereitung für Paris jetzt viel daran, gemeinsame Einheiten zu absolvieren. Dazu zählt beispielsweise, dass wir regelmäßig

im Freiwasser zusammen schwimmen oder auf dem Tandem trainieren.

**Maria, neben deiner spitzensportlichen Top Leistung hast du noch eine zweite interessante Rolle inne (Zahnärztin). Wie kombinierst du diese jeweils für sich herausfordernden Aufgaben miteinander?**

Ich versuche, dass ich mich gut organisiere und die Zeit abseits der Arbeit effektiv nutze. Meistens sieht es so aus, dass ich entweder vor oder nach der Arbeit trainiere und viel an Training auf das Ende der Woche lege. Daneben bleibt wenig Freizeit übrig, aber ich freue mich, dass ich mit Anja diese spannende Möglichkeit habe und die möchte ich nicht missen.

**Erst seit Januar diesen Jahres bist du überhaupt im Bundeskader, Anja. Seitdem genießt du die Betreuung durch den OSP Bayern. Wie hilft dir der Olympiastützpunkt bei der Vorbereitung beziehungsweise in welchen Bereichen erfährst du gezielt Unterstützung?**



**Anja:**

Ich habe erst vor gut einem Jahr überhaupt mit dem Paratriathlon begonnen und es gleich nach den guten Ergebnissen letztes Jahr zusammen mit Maria in den Bundeskader geschafft. Der OSP hilft mir, in dem ich Leistungen wie Physiotherapie, Ernährungsberatung und Sportspsychologie in Anspruch nehme.

**Erst seit Januar diesen Jahres bist du überhaupt im Bundeskader, Anja. Seitdem genießt du die Betreuung durch den OSP Bayern. Wie hilft dir der Olympiastützpunkt bei der Vorbereitung beziehungsweise in welchen Bereichen erfährst du gezielt Unterstützung?**

**Anja:**

Ich habe erst vor gut einem Jahr überhaupt mit dem Paratriathlon begonnen und es gleich nach den guten Ergebnissen letztes Jahr zusammen mit Maria in den Bundeskader geschafft. Der OSP hilft mir, in dem ich Leistungen wie Physiotherapie, Ernährungsberatung und Sportspsychologie in Anspruch nehme.

**Wie ist das bei dir Maria? Profitierst du auch von den Leistungen des OSP? Was stellt für dich die größte Unterstützung dar?**

**Maria:**

Ich gehe seit der Aufnahme in den Bundeskader regelmäßig zur Physiotherapie an den OSP. Das bereichert mich enorm und hilft mir sehr im Bereich der Regeneration und Verletzungsprophylaxe. Außerdem habe ich Zugang zu Trainingsmöglichkeiten, wie beispielsweise der Tartanbahn oder dem Krafraum. Zu wissen, dass wir ständig Ansprechpartner für jegliche Belange haben, tut sehr gut. Für mich als Berufstätige bedeutet das, dass ich mir schon wertvolle Tipps einholen konnte in Sachen Beruf/Spitzensport.

**Der paralympische Sport erfährt schrittweise mehr (mediale) Aufmerksamkeit. Trotzdem ist hier noch Luft nach oben. Wie nehmt ihr als aktive Athlet:innen das wahr? Welche Wünsche habt ihr an die Medien/Öffentlichkeit im Spitzensport, um den Paralympischen Sport mehr Sicht-**

**barkeit zu verleihen? Inwiefern ist Paris ein Katalysator?**

**Maria:**

Meine Laufbahn im paralympischen Sport ist noch sehr jung, aber dennoch habe ich das Gefühl, dass sich selbst in dieser kurzen Zeit viel entwickelt hat. Wir bekommen immer mehr Anfragen, netten Zuspruch und Aufmerksamkeit, was ich sehr positiv finde. Paris als sehr naher und „greifbarer“ Ort spielt da sicher eine große Rolle, allein das paralympische Jahr an sich, fördert dies bestimmt. In manchen Punkten profitieren wir von der gleichen Förderung wie die Elite, in anderen Punkten stehen wir den olympischen Athleten noch nach. Ich hoffe, dass auch über Paris hinaus die Aufmerksamkeit für den paralympischen Sport nicht nachlässt. Ich denke wir als Athleten können viel tun, indem wir einfach offen sind und den Parasport nach außen transportieren. Von Verbandsseite her könnte ich mir vorstellen, dass vielleicht auch Sporttage oder Events für Paraathleten gut wären.

**Bereits im Jahr 2023 habt ihr den Para-Weltcup in Paris für euch entscheiden können? Vielleicht wird Paris ja eure Glücksstadt! Wir drücken auf jeden Fall die Daumen. Wie schätzt ihr eure Chancen ein?**

**Maria:**

Ich glaube wir sind ein starkes Duo, das auf kurzem Weg schon schnell und gut zueinander gefunden hat. Wenn wir die Zeit bis Paris noch gut nutzen können und noch an ein paar Stellschrauben drehen, rechne ich uns gute Chancen auf das Podium aus. Immerhin haben wir auch schon die amtierende Weltmeisterin schlagen können und das motiviert



sehr.

**Was verbindet ihr sonst noch mit der Stadt Paris?**

**Anja:**

Eine meiner ersten Reisen ging im Alter von 16 Jahren nach Paris, ich war dorthin alleine unterwegs und habe in einem Hostel gewohnt. Ich habe eine Freundin besucht, die dort als Au-Pair arbeitete, aber nur abends Zeit hatte. Diese Reise im doch relativ jungen Alter hat sich bei mir eingepreßt, da es für mich damals ein großes Abenteuer war. Damals habe ich alle Sehenswürdigkeiten in kürzester Zeit abgegrast, die Paris zu bieten hatte und täglich ein Pain au Chocolat gegessen. An die ganzen tollen Eindrücke denke ich sehr gerne zurück!

**Maria:**

Ich habe Paris vor dem Testevent nur einmal kurz gesehen und hatte kaum Erinnerungen. Aus diesem Grund verbinde ich mit Paris vor allem die positive Erfahrung des Sieges. Darüber hinaus sind es vor allem französische Klassiker wie Croissants, Baguette oder den französischen Charme.

"WIR SIND EIN STARKES DUO!"



# Individuelle Lösungen für Ihre Knochen- und Gelenkbeschwerden

## Ihre führende Fachklinik für Orthopädie in München

Unsere hochmoderne Fachklinik für Orthopädie ist eine der bedeutendsten orthopädischen Einrichtungen für München und weit über die Region hinaus. Auch international genießen wir einen hervorragenden Ruf. Jährlich betreuen unsere hoch qualifizierten Ärztinnen und Ärzte, Therapeutinnen und Therapeuten und Pflegekräfte rund 85.000 Patientinnen und Patienten aus Deutschland sowie der ganzen Welt. Viele unserer Spezialisten sind international anerkannte Experten und setzen mit ihren Behandlungen medizinische Standards. Dieses Wissen fließt in Ihre Therapie ein.



Wir bieten Ihnen exzellente Medizin in der Diagnostik, der Therapie und der Rehabilitation für alle Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates. Dabei stehen bei uns konservative, d. h. nicht operative Methoden ebenso im Fokus wie operative Eingriffe.

### Unsere Fachbereiche:

- Multimodale Schmerztherapie
- Wirbelsäulenchirurgie
- Knie-, Hüft-, Schulter- und Ellenbogenchirurgie
- Handchirurgie und rekonstruktive plastische Chirurgie
- Fuß- und Sprunggelenkchirurgie
- Kinder- und Neuroorthopädie

**Schön Klinik München Harlaching**  
Harlacher Straße 51 | 81547 München

Zentrale Sprechstunden-Terminvergabe:

T: +49 89 6211-2244

E-Mail: [klinikmuenchenharlaching@schoen-klinik.de](mailto:klinikmuenchenharlaching@schoen-klinik.de)

[www.schoen-klinik.de/muenchen-harlaching](http://www.schoen-klinik.de/muenchen-harlaching)

# BAYERISCHE ATHLET:INNEN IN PARIS

## Lilly Sellak

**Geburtstag:** 23.11.2002

**Sportart:** Rollstuhlbasketball

**Beruf/Ausbildung:** Medizinstudium in Erlangen

**Verein:** RSV Bayreuth **Insta-Profil:** @lilly\_sellak

**Beschreibe die Faszination deiner Sportart in drei Worten:**

inklusiv, intensiv, abwechslungsreich

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Am meisten freue ich mich auf das ganze drum herum, das Olympische Dorf, die anderen Nationen und in einer großen Halle mit über 10000 Menschen spielen zu dürfen

**Was motiviert dich?** Meine Grundmotivation ist der Spaß am Sport, durch den ich mich täglich weiterentwickeln möchte **Dein Motto?** Niemals aufgeben, sondern immer weiterkämpfen! **Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?**

Eine Medaille bei den Paralympics

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Ganz viele Snacks ;)



## Sideris Tasiadis

**Geburtstag:** 07.05.1990 **Sportart:** Kanuslalom

**Beruf/Ausbildung:** Spitzensport der Bayerischen Polizei

**Verein:** Kanu Schwaben Augsburg **Insta-Profil:** @sideris.tasiadis

**Deine Sportart in drei Worten?** Wasser, wild, Stangen.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?**

3 mal, mit der diesjährigen Qualifikation das 4. Mal.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?** Ich freue mich auf die Zuschauer, da bei den letzten Spielen keine erlaubt waren und natürlich auf die Eröffnungsfeier.

**Was wird die größte Herausforderung sein?**

Mit der Drucksituation richtig umzugehen und diese als Motivation zu nutzen.

**Was darf in deinem Reisekoffer auf keinen Fall fehlen?** Mein Glücksbringer und Kissen.

**Was motiviert dich?** Das Bestmögliche aus mir herauszukitzeln.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?**

Ich bin für jede Sportart zu begeistern. Es gibt keine, die ich nicht ausüben würde.



## Charline Schwarz

**Geburtstag:** 15.01.2001 **Sportart:** Bogen

**Beruf/Ausbildung:** Polizeibeamtin (Bundespolizei)

**Verein:** BS Feucht

**Insta-Profil:** @schwarz\_charline



## Michael Teuber

**Geburtstag:** 23.01.1968 **Sportart:** Para Radsport

**Beruf/Ausbildung:** Diplom-Kaufmann / DOSB A-Trainer

**Verein:** BSV München **Insta-Profil:** @michael.teuber

**Beschreibe die Faszination deiner Sportart in drei Worten:**

Perfektion, Geschwindigkeit, Leidenschaft

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen in Paris am meisten?**

Auf Tag X – den Hauptwettkampf Einzelzeitfahren

**Was motiviert dich?** Eigene Limits in jeder Hinsicht testen.

**Dein Motto?** Aus eigener Kraft (Titel meiner Autobiografie)

**Welches persönliche Ziel hast du dir gesteckt?**

Medaille im Einzelzeitfahren

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Da gibt es mindestens 20 sehr wichtige Gegenstände von Material bis Verpflegung.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?**

Schwimmen



## Johannes Tille

**Geburtstag:** 07.05.1997

**Sportart:** Volleyball

**Verein:** Berlin Recycling Volleys

**Insta-Profil:** @johannes.tille



## Josia Topf

**Geburtstag:** 25.04.2003 **Sportart:** Schwimmen

**Beruf/Ausbildung:**

Student der Rechtswissenschaften an der FAU Erlangen, 5. Semester

**Verein:** SSG81 / BPRSV **Insta-Profil:** @jt7252

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Ich freue mich am meisten auf die Atmosphäre und dass diesmal Freunde und Familie dabei sein können.

**Was motiviert dich?** Immer schnellere Zeiten zu schwimmen.

**Dein Motto?** Geht nicht, gibt's nicht!



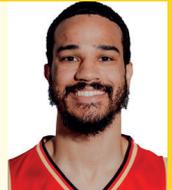
## Nick Weiler-Babb

**Geburtstag:** 12.12.1995 **Sportart:** Basketball

**Beruf/Ausbildung:** US College/Profi-Basketballer

**Verein:** FC Bayern München

**Insta-Profil:** @nickbabb1



## Yannick Wolf

**Geburtstag:** 12.05.2000 **Sportart:** Sprint

**Beruf/Ausbildung:** US College/Profi-Basketballer

**Verein:** LG Stadtwerke München

**Insta-Profil:** @yannickwolf\_



## Maximilian Ulbrich

**Geburtstag:** 27.11.2000

**Sportart:** Gewehr

**Beruf/Ausbildung:** Spitzensport der Bayerischen Polizei

**Verein:** SG Wilzhofen

**Insta-Profil:** @maxi\_ulbrich



## Oliver Zeidler

**Geburtstag:** 24.07.1996 **Sportart:** Rudern

**Beruf/Ausbildung:** Consultant

**Verein:** Frankfurter Rudergesellschaft Germania **Insta-Profil:** @ollizeidler

**Deine Sportart in drei Worten?** Kraft, Ausdauer, Tradition.

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Den Wettkampf und die Atmosphäre von Olympia ohne COVID-Einschränkungen.

**Wie oft hast du schon an Olympischen Spielen teilgenommen?** Einmal (Tokyo).

**Was wird die größte Herausforderung sein?**

Vom Olympischen Dorf pünktlich zur Strecke zu kommen.

**Was darf in deinem Reisegepäck nach Paris auf keinen Fall fehlen?**

Getränke für die Party nach der Regatta.

**Was motiviert dich?** Ich möchte junge Athleten motivieren und für den olympischen Sport begeistern.

**Welche Sportart würdest du niemals ausüben?** Gehen.



## Peter Varjasi

**Geburtstag:** 18.01.2000

**Sportart:** Schwimmen

**Beruf/Ausbildung:** Wirtschaftsingenieur

**Verein:** Turnerbund 1888 Erlangen

**Insta-Profil:** @mrpetervarjasi

**Worauf freust du dich bei den Sommerspielen am meisten?**

Am meisten freue ich mich gegen meine Idole im Schwimmbecken aufzutreten und andere Sportarten anzuschauen.

**Was motiviert dich?** Von klein auf habe ich auf die Olympioniken im Schwimmsport hochgeschaut. Die Menge an Arbeit, Disziplin und Wille, die in den Sport hineinfließt hat mich schon immer fasziniert. Jetzt einer von diesen Sportlern zu sein scheint noch surreal, aber ist es ein Beweis dafür, dass vieles möglich ist, wenn man daran glaubt.

**Dein Motto?** Hard work always pays off.



## Alexander Zverev

**Geburtstag:** 20.07.1997 **Sportart:** Tennis

**Beruf/Ausbildung:** Consultant

**Verein:** Rochusclub Düsseldorf

**Insta-Profil:** @alexzverev123



# EIN TRAUM WIRD REALITÄT

„Katharina Bauer ist die EM-Königin“! Über diese und weitere beeindruckende Schlagzeilen konnte sich unsere OSP Bayern Bogenschützin kürzlich freuen. Mit zwei EM-Titeln und Team-Bronze fuhr sie als erfolgreichste Athletin der Europameisterschaften im Bogenschießen in Essen zurück nach Hause. Nach dieser Glanzleistung darf sie sich jetzt auf die Olympischen Spiele in Paris freuen. Was Kathi die Olympiateilnahme bedeutet und wie ihre Vorbereitung auf die Spiele in Paris aussehen wird, erfahrt ihr im folgenden Abschnitt.

**Du wirst in Paris an den Start gehen, gratuliere! Welche Emotionen hat die Qualifikation für die Spiele in Paris in dir ausgelöst?**

Dass ich an den Spielen teilnehmen darf, ist für mich ein Traum, der jetzt Realität wird. Als ich über die Nominierung informiert wurde, war ich total emotional und sehr, sehr dankbar. Emotional, weil mir die Teilnahme einfach wahnsinnig viel bedeutet und dankbar dafür, dass mich meine Familie, Freunde, mein Trainer und so viele andere tolle Menschen immer unterstützt haben und mich ermutigt haben nie aufzugeben und für meine Träume zu kämpfen.

"FÜR MICH IST ES EIN TRAUM, DER JETZT REALITÄT WIRD."

**Welche Rolle spielt der OSP Bayern in deiner Karriere als Schützin? Welche Leistungen sind für dich besonders relevant?**

Der OSP Bayern hat mir in den letzten Jahren sehr viel geholfen. Im Bogensport ist es wichtig, dass wir das ganze Jahr über auf die olympische Distanz, die 70-Meter-Distanz, trainieren. Das heißt, auch in den kalten Wintermonaten. Natürlich ist das im Winter im Freien in Deutschland fast nicht möglich. Am OSP Bayern habe ich daher ein bis zweimal pro Woche die Möglich-

keit in der Werner-von-Linde-Halle „indoor“ 70-Meter zu schießen. Zusammen mit dem Bundestrainer Oliver Haidn und ein paar Teamkollegen konnte ich dadurch auch über den Winter richtig gut trainieren. Das hat mir sehr geholfen und für den Frühling und die recht „frühe“ EM einen großen Vorteil verschafft. Für diese Möglichkeit bin ich dem OSP sehr dankbar.

"DER OSP BAYERN HAT MIR IN DEN LETZTEN JAHREN SEHR VIEL GEHOLFEN."

**An welchen Stellschrauben werden dein Trainer und du noch mal gezielt drehen, um dich für Paris startklar zu machen?**

Mein Heimatverein wird zusammen mit meiner Familie bei mir zuhause die Wettkampfarena von Paris nachbauen. Dadurch können wir vorab schon den Wettkampf simulieren und ich kann mich auch schon visuell an das Farbschema gewöhnen. Ansonsten stehen noch viele Team-Einheiten mit meinen zwei Mannschaftskolleginnen Charline Schwarz und Michelle Kroppen auf dem Plan.

**Wie sieht der Trainingsalltag einer Bogenschützin aus? Was steht neben dem reinen Schießen noch so auf dem Programm?**

Bogensport ist zeitlich sehr aufwändig. Es geht darum den Bewegungsablauf durch viele Wiederholungen zu verinnerlichen und das am besten bei hoher Qualität und gutem Kraftniveau. Bei einem Schuss ziehe ich ca. 20 kg und das



teilweise 500 mal am Tag. In der Regel schieße ich an 5-6 Tagen pro Woche zwei Einheiten am Tag. Eine Einheit dauert jeweils 3-4 Stunden und normalerweise schieße ich jeweils 100-150 Pfeile.

Als Ergänzung mache ich an fünf Tagen jeweils 60 Minuten Athletik (2x Ausdauer + Core-Training und 2x gerätegestütztes Krafttraining und 1x Reha-Training im Medical Park Chiemsee, um Verletzungen in den Schultern vorzubeugen).

"BEI EINEM SCHUSS ZIEHE ICH CA. 20 KG UND DAS TEILWEISE 500 MAL AM TAG."

Hinzu kommen noch regelmäßige Gespräche mit meiner Sportpsychologin und 1-2x pro Woche Physio.

**Im Bogensport spielt die mentale Komponente eine bedeutende Rolle oder vielleicht sogar die zentrale Rolle, wie schaffst du es vor wichtigen Wettkämpfen die Ruhe zu bewahren und die Nervosität auszuschalten?**

Ich visualisiere die Wettkämpfe vorab und überlege mir gewisse Strategien, die mir in Stresssituationen helfen können.

Ganz viel arbeite ich auch mit ideomotorischem Training. Das heißt, ich arbeite über die Wintermonate meinen Bewegungsablauf, meinen Schuss, bis ins kleinste Detail aus und verinnerliche diesen. Im Sommer kann ich meinen perfekten Schuss dann mit ein paar Schlagworten beschreiben, ihn so

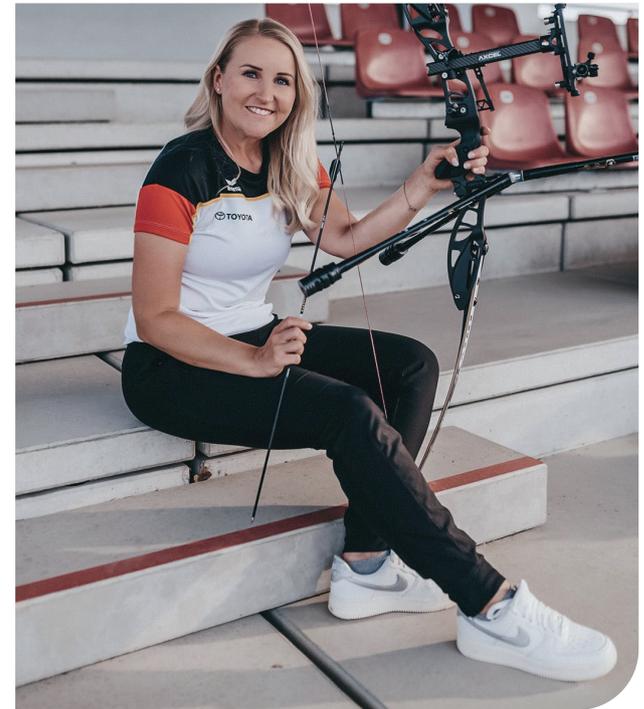


immer wieder abrufen und sehe jede kleinste Bewegung vor meinem inneren Auge. Wenn ich nervös oder gestresst bin, kann ich mich mit diesen Schlagworten immer wieder zum Wesentlichen zurückholen und mich gut fokussieren.

**Du machst ja eine klassische „Duale Karriere“, d. h. du verbindest erfolgreich den Leistungssport mit deiner beruflichen Tätigkeit als Sozialversicherungsangestellte. Wie funktioniert das in der Praxis bzw. wie kommt dir dein Arbeitgeber dabei entgegen? Und was hat dein Arbeitgeber, die DAK, von ihrer Unterstützung für Dich? (z. B. Image, Mitarbeiterin mit tollen Soft Skills (Engagement, Leistungsorientierung, Teamfähigkeit etc.)**

Ich habe bei der DAK Gesundheit grundsätzlich einen Vollzeit-Arbeitsvertrag als Kundenberaterin. Ich erhalte seit 2018 von der DAK Gesundheit zeitliche Abschläge für mein Heimtraining. Mittlerweile bin ich nur noch im Homeoffice tätig, sodass ich die sonst entstehende Fahrtzeit ins Büro einsparen und in Trainingszeit investieren kann. Für längere Abwesenheiten für Trainingslager und Wettkämpfe bekommt die DAK Gesundheit eine Verdienstausschüttung durch die Deutsche Sporthilfe. Das klappt nun schon seit einigen Jahren sehr gut und ist für mich die größte Unterstützung. Nur dank der DAK Gesundheit kann ich den Bogensport so professionell ausüben.

Im Gegenzug dazu habe ich vor ein paar Jahren mit der DAK Gesundheit eine Social Media Kampagne (#BogenKathi) gestartet. Ich habe damals immer einmal pro Woche die Instagram-Seite übernommen und Einblicke in mein Sportlerleben gegeben. Außerdem haben wir eine Videoreihe auf YouTube über Bogensport gedreht. Zusätzlich war ich das Gesicht einiger Image-Filme für z. B. LinkedIn. Letztes Jahr habe ich zum ersten Mal einen Workshop im Namen der DAK Gesundheit über mentales Training für einen regionalen Skiverband veranstaltet. Das wollen wir auch zukünftig anbieten und weiter ausbauen.



**Steh schon fest, bei welchen Wettkämpfen wir dich in Paris erwarten dürfen?**

Ich starte auf jeden Fall im Einzel-Wettbewerb und im Team-Wettbewerb (zwei Teamkolleginnen und ich). Der dritte Wettkampf ist das Mixed-Team. Dort startet dann in der Regel die beste Dame mit dem besten Herrn. Die Besetzung wird normalerweise erst nach dem Einzel-Wettbewerb festgelegt. Daher weiß ich das dann erst kurzfristig vor Ort in Paris.

**Was verbindest du persönlich mit der Stadt Paris? Warst du schon einmal dort?**

„Paris – die Stadt der Liebe“ ;) Ab diesem Jahr verbinde ich damit auf jeden Fall die Liebe zu meinem Sport. Ich war für Wettkämpfe schon einige Male in Paris und finde die Stadt wunderschön und die Menschen sehr freundlich. Deswegen freue ich mich umso mehr auf die Spiele.

# STARK FÜR DEN SPORT

## Ihr Partner für Prävention & Rehabilitation

Seit Jahren vertrauen namhafte Leistungssport- und Olympiakader dem Fachwissen unserer Expertenteams. Die Nachbehandlung und Rehabilitation operierter oder verletzter Spitzensportler wie auch die Prävention und gezielte Wettkampfvorbereitung zählen zu den Kernkompetenzen von Medical Park.

DSV-Wintersportler sind ebenso bei uns zu Gast wie das Team von Borussia Mönchengladbach oder Bogenschützin und deutsche Olympiahoffnung Katharina Bauer.

Unsere Spezialistinnen und Spezialisten der sportmedizinischen Rehabilitation garantieren höchste Behandlungsqualität. Wir bieten eine sportartspezifische Betreuung mit moderner Leistungsdiagnostik, individuell abgestimmten Behandlungen, Trainingssteuerung sowie Ernährungsberatung.



Mehr Informationen finden Sie unter:  
[medicalpark.de](https://www.medicalpark.de)

  
MEDICAL PARK

# PARIS FEELING DAHOAM



Wie schön wäre es, sich nur für einen Tag in die wunderschöne Hauptstadt Frankreichs zu beamen – nach Paris, in die Stadt der Liebe, der kleinen Cafés und Croissants und natürlich Gastgeber der Olympischen und Paralympischen Spiele 2024. Dieses Gefühl findet ihr auch in München. Klemmt euch ein Baguette unter den Arm, packt euch eine französische Playlist auf die Ohren und genießt die Orte, an denen sich München anfühlt wie Frankreich.

## Petit Déjeuner in der „Boulangerie Dompierre“ bestellen

Wenn man den Laden betritt, fühlt man sich, als wäre man in eine kleine französische Boulangerie gestolpert. Fast alle Mitarbeiter sind Franzosen und allein die Pain au Chocolat laden zu einem französischen Frühstück ein. Die „Boulangerie Dompierre“ gibt es circa sieben Mal in München. Auf der Tengstraße fühlt es sich am authentischsten an, da die Münchner aus der Nachbarschaft sich dort am Morgen selbstverständlich ihr Croissant holen. Bon pain – bon jour.



Boulangerie Dompierre Schwabing, Tengstraße 31, 80796 München

## Im Nymphenburger Schlosspark wie der Adel picknicken

Die pompöse Residenz, vom Schloss Versailles inspiriert, erhebt sich über Neuhausen-Nymphenburg. Hier findet ihr französische Eleganz von außen und von innen: Die große Schönheitsgalerie des Kurfürsten Max Emanuel zeigt sechs Porträts von Damen am Hof Ludwigs XIV., gemalt von Pierre Gobert um 1715. Die weiten Parkanlagen rund um das Schloss laden zu einem Picknick mit Mitbringseln aus der französischen Feinkostabteilung ein.



Schloss Nymphenburg, Schloß Nymphenburg 1, 80638 München

## Französischen Käse auf dem Viktualienmarkt kaufen

Am schönsten ist es auf dem Viktualienmarkt am Morgen bei Sonnenschein, wenn die Stadt langsam erwacht und die Marktbesitzer ihre Stände öffnen. Seit über 200 Jahren ist er ein Wahrzeichen Münchens und bietet neben Obst und Gemüse auch Blumenstände und Feinkost. So auch den Käsestand „Thoma Fromages et Vines“. Hier gibt es Käse

wie in einer französischen Fromagerie, aber auch aus dem Umland. Perfekt kombinierbar mit einem frischen Baguette, das ihr am selben Stand noch mitnehmen könnt. Entweder macht ihr es euch dann direkt auf dem Viktualienmarkt gemütlich oder sucht ein nettes Plätzchen, um das Leben wie in Frankreich zu genießen. Und den Käse natürlich!



Thoma Fromages et Vines, Viktualienmarkt 11, 80331 München

## Den Boule-Spieler:innen im Hofgarten zuschauen

Perfekt für einen sonnigen Sonntag: Einen Kaffee zu go holen (am besten im selbst mitgebrachten, umweltfreundlichen Becher) und durch die schöne Anlage des Hofgartens spazieren. Es gibt viele Sitzmöglichkeiten auf Bänken oder den Brunnen zwischen den schön angelegten Wegen und Blumenbeeten. Ein Ruhepol mitten in der Stadt. Was dort so französisch ist? Die Boule-Spieler:innen, die fern von jedem Zeitgefühl, auf den breiten Wegen des Hofgartens ihre Kugeln werfen. Ein Gefühl von Urlaub in der eigenen Stadt.



Hofgarten, Hofgartenstraße 1, 80538 München

### Französische Bücher shoppen in der „Librairie Francaise“

Französische Bücher in einer deutschen Buchhandlung zu suchen hat hiermit ein Ende. Die „Librairie Francaise“ lässt die Herzen aller Bücherfans der romanischen Sprachen höher schlagen. Ist der nächste Frankreich Urlaub geplant? Wer vorher seine Französischkenntnisse noch einmal auffrischen möchte, kann hier die passende Lektüre zur Vorbereitung kaufen.



### Ein Glas Wein und französische Spezialitäten im „Déjà bu?“ bestellen

Um den Tag perfekt französisch ausklingen zu lassen, geht ihr abends auf einen Wein ins „Déjà bu?“, die französische Weinbar zwischen Viktualienmarkt und Gärtnerplatz. Hier bekommt ihr nicht nur tolle Weine von ausgesuchten französischen Winzern, sondern dazu auch allerlei Kleinigkeiten zum Snacken. Auch das Essen kommt ausschließlich von unabhängigen, regionalen Lieferanten aus Frankreich – probieren solltet ihr die Platte mit verschiedenen Wurst- und Käsesorten, sowie Aufstrichen.



Déjà bu? Buttermelcherstraße 2a, 80469 München

### Französische Filme schauen im „Theatiner Filmtheater“

Nicht weit vom Odeonsplatz geht man durch eine Passage, dann durch ein verspiegeltes Foyer und betritt das holzvertäfelte Ein-Leinwand-Kino mit Sitzgalerie an der Seite und roten Kinossesseln. Die 50er-Jahre-Einrichtung verleiht dem Kino ein besonderes Vintage-Flair. Wenn dann der französische Film startet, könnte man sich doch glatt in ein Pariser Kino verirrt haben. Das Kino bietet nicht nur französische Filme, sondern ist auf europäische Filme im Originalton mit Untertiteln spezialisiert und wurde 2018 mit dem Europa



Theatiner Filmtheater, Theatinerstraße 32, 80333 München

Cinema Award für die „beste Programmierung“ ausgezeichnet. Übrigens: Montag und Dienstag ist hier auch Kintag!

Quelle: muenchen.mitvergnuegen.com



# DIE TRAINERFORTBILDUNG IM OLYMPIAPARK

Im Oktober letzten Jahres feierte das Fortbildungsformat für Trainer:innen „Coaches Corner“, mit zwei Veranstaltungen zu den Themen „CC1: Moderne Krafttrainingssteuerung“ und „CC2: Individualisierung im Ausdauersport“ seine gelungene Premiere. Auf Grund der hohen Teilnehmerzahlen und der positiven Resonanz stand schnell fest, dass dieses Format auch 2024 fortgeführt wird.

Das Thema Athletinnen im Sport wird aktuell stark diskutiert. Umfassendes Wissen darüber ist für Athletinnen und ihre Trainer:innen von zentraler Bedeutung, um das Training und die Leistungsfähigkeit zu optimieren. Somit fand am 8. Mai 2024 die dritte Coaches Corner Veranstaltung unter dem Titel „CC3: Athletinnen im Fokus- Zyklus und Leistungssport“ statt. In der „Werner-von-Linde“ Halle, im Herzen des Olympiapark München, konnte der Olympiastützpunkt Bayern ca. 60 interessierte Teilnehmer:innen aus verschiedenen Sportarten begrüßen.

Unsere vier hochkarätigen Referentinnen informierten in der vierstündigen Veranstaltung über den aktuellen Forschungsstand und Auswirkungen auf das tägliche Training. Zum Auftakt der Veranstaltung referierte Gynäkologin Dr. Constanze Niemeyer, gynäkologische Ansprechpartnerin für unsere OSP Bayern Kaderathletinnen, zum Thema Zykluswissen und gynäkologische Gesundheit. Unterstützt wurde sie hierbei von Elisabeth Kirschbaum, Fachgruppenleiterin Hockey und wissenschaftliche Mitarbeiterin in der TG Frau im Leistungssport am IAT Leipzig, die spannende Einblicke aus eigenen Studienergebnissen zur Prävalenz bei deutschen Leistungssportlerinnen lieferte. Anschließend informierte Helena Engel, wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Professur für Bewegung, Ernährung und Gesundheit der TU München, die Teilnehmer:innen über Anforderungen an die Ernährung und zu REDs Symptomatiken.

Nach einer kurzen Pause stellte Prof. Dr. Kirsten Legerlotz, Leiterin AG Movement Biomechanics an der HU Berlin, die aktuelle

Studienlage zum Thema Leistungsfähigkeit und Trainerbarkeit in Abhängigkeit des Zyklus vor. Unverzichtbar ist vor diesem Hintergrund auch das Thema Kommunikation zwischen Athletinnen und Trainer:innen. Hierfür konnten wir zwei erfolgreiche Athletinnen gewinnen: Jenny Harss, ehemalige Eishockeytorhüterin der deutschen Nationalmannschaft und zweifache Olympiateilnehmerin & Leonie Ebert, Florettfechterin und amtierende Europameisterin. Im Interview mit Elisabeth Kirschbaum berichteten beide zu ihren Erfahrungen in der Kommunikation zu frauenspezifischen Themen mit ihren Trainer:innen und stellten sich ganz offen den Fragen der anwesenden Teilnehmer:innen.

Das anschließende Get-Together lieferte die Möglichkeit für zahlreiche Diskussionen und sportartübergreifenden Austausch unter den Teilnehmer:innen und Referentinnen. In entspannter Atmosphäre konnten somit bei Snacks und Getränken neue Kontakte geknüpft und Erfahrungen ausgetauscht werden.

Wir bedanken uns bei allen Referentinnen und Teilnehmer:innen und freuen uns, euch im Oktober wieder bei uns im Olympiapark begrüßen zu dürfen.

## SAVE THE DATE

**16.10.2024**

**CC4:** Schnelligkeit

**23.10.2024**

**CC5:** Schnell- und Explosivkraft



# 100 TAGE BIS PARIS – PERFORMING UNDER PRESSURE!

Unter diesem Motto präsentierte der Olympiastützpunkt Bayern zusammen mit der TU München, dem OSINSTITUT und der Orthopädie am Stiglmaierplatz die dritte Auflage des Olympiastützpunkt Bayern – Sports Medicine Congress OSM am 03. und 04. Mai 2024.

Mit einem Teilnehmerwachstum um mehr als 50% im Vergleich zum Vorjahr erlebten Anfang Mai rund 350 Teilnehmer:innen aus den Bereichen Medizin, Physiotherapie und Trainingswissenschaften einen erstklassigen und abwechslungsreichen Sportmedizinikkongress in einer der prominentesten Sportstätten der Welt – dem Olympiapark München. Über 30 führende Mediziner:innen und Wissenschaftler:innen aus verschiedensten Bereichen, wie zum Beispiel der Neurowissenschaft, der Ernährungswissenschaft und nicht zuletzt der Sportwissenschaft teilten ihre umfangreiche Expertise. Damit trugen sie letztlich zu einem steigenden Bekanntheitsgrad des OSM bei und leisteten infolgedessen einen wichtigen Beitrag zur Versorgungsoptimierung im Deutschen Spitzensport.

Neben vorwiegend theoretischem Input lockerten professionell angeleitete Workshops die beiden Kongresstage auf und ermöglichten ein unmittelbares Erlebnis der vermittelten Inhalte.

Unmittelbar erleben konnten die Teilnehmer:innen auch eine Auswahl unserer OSP Bayern Athlet:innen, die in Kurzinterviews ihre individuellen Sichtweisen und Erfahrungen zur jeweiligen Thematik aus Athletenperspektive teilten und so das Bild komplett machten.

Was wäre ein Sportmedizinikkongress jedoch ohne Sport? Hierfür hatten wir Teams aus den Sportarten Taekwondo und Tischtennis zu Gast, die zusammen mit ihren Trainer:innen informative und anschauliche Shows veranstalteten.

All dies wäre nicht möglich gewesen ohne die hervorragende Unterstützung durch unsere Industriepartner, die sich an vielen Stellen auch durch ein hohes Maß an persönlichem Engagement ausgezeichnet hat! Besonders stolz sind wir hierbei auf die Beständigkeit der Zusammenarbeit und Kontinuität im Austausch. Einige der Partner hatten bereits ihren zweiten oder gar dritten Auftritt beim OSM. Mit ihren teils interaktiven Messeständen rundeten sie die einzigartige Atmosphäre in der Werner-von-Linde-Halle ab.

Erstmals wurden in diesem Jahr zwei Patronate für den Kongress verliehen. Die Deutsche Kniegesellschaft sowie die Gesellschaft für Knorpelregeneration und Gelenkerhalt haben den OSM2024 als fachlich wichtigen Kongress ausgezeichnet.

Vielen Dank an alle Beteiligten, die den Kongress mit Leben gefüllt und zu dem gemacht haben, was er letztlich war – eine Veranstaltung voller Wissen, Begeisterung und Freude!

Das Feedback ist überwältigend und wir freuen uns bereits jetzt auf die nächste Auflage!



## STIMMEN DER AUSSTELLER ZUM OSM

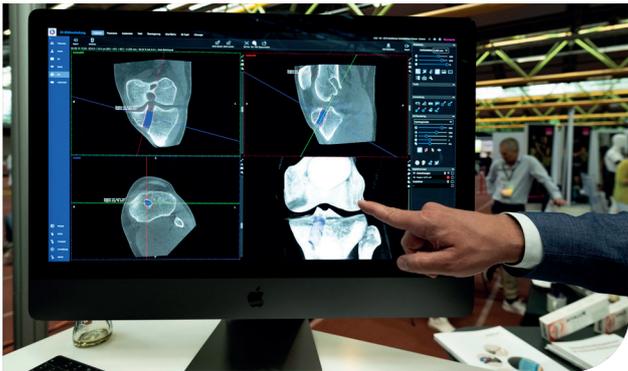
### **Susanne Fuhrländer (Yakult Deutschland GmbH)**

„100 Tage bis Paris – Performing under pressure“ war ein super umgesetztes Motto des diesjährigen OSM-Kongresses. Neben spannenden Vorträgen war es wieder einmal eine sehr gelungene Veranstaltung, die allen Teilnehmenden Spaß gemacht hat und mit ganz viel „Herzblut“ vorbereitet wurde. Ein riesiges Dankeschön geht vor allem an Volker Herrmann und das gesamte Team vom Olympiastützpunkt Bayern für diese herausragende Organisation der beiden Kongresstage! Die Location bot nicht nur eine atemberaubende Kulisse, sondern auch eine einzigartige Atmosphäre. Die Verwandlung der Sportstätte Werner-von-Linde-Halle in eine Ausstellungsfläche inklusive Vortrags-Bühne – einfach perfekt! Dieses lebendige Veranstaltungsformat ermöglichte einen sehr guten interdisziplinären Austausch mit Teilnehmenden und Referierenden aus den Bereichen Sportmedizin, Physiotherapie, Trainingswissenschaften, Ernährungswissenschaften und dem Leistungssport. Es war eine großartige Gelegenheit zum Networking. Wir als Aussteller fühlten uns sehr wohl und freuen uns bereits auf die Teilnahme in 2025.

### **Hardy Weiss (aptissen SA)**

Wir freuen uns sehr über das positive Feedback unserer Kunden und sind stolz darauf, einen Beitrag zu dieser herausragenden Veranstaltung geleistet zu haben. Es war eine wunderbare Gelegenheit, sich mit führenden Experten und innovativen Köpfen der Branche auszutauschen, neue Impulse für die Zukunft zu gewinnen und unser Netzwerk weiter aufbauen zu können. Die Organisation sowie das Ambiente im Olympiapark München waren hervorragend und trugen maßgeblich zu dem gelungenen Verlauf der Veranstaltung bei. Wir danken Ihnen herzlich und freuen uns schon jetzt auf die nächste Ausgabe des Kongresses!

# IMPRESSIONEN



EU-Richtlinie gilt ab 18.10.2024 in Deutschland

# NIS-2 erfordert schärfere Sicherheitsmaßnahmen

Seit 16.01.2023 ist die EU-Richtlinie NIS-2 in Kraft mit dem Ziel, das Gesamtniveau der Cybersicherheit in der EU zu erhöhen. NIS-2 dient dem Schutz kritischer Infrastrukturen (KRITIS), denn deren Ausfall könnte zu erheblichen Versorgungsengpässen führen und die öffentliche Sicherheit gefährden. Ab 18.10.2024 gilt die Richtlinie auch in Deutschland.



## Herr Tübinger, was bedeutet die Umsetzung der NIS-2-Richtlinie?

*Stefan Tübinger:* Von der NIS-2-Richtlinie sind rund 30.000 Unternehmen betroffen, die als sicherheitsrelevant eingestuft sind. Das sind mittelgroße Firmen ab 50 Beschäftigte ebenso wie große. Zu den 18 gewählten Sektoren gehören Energie, Transport / Verkehr, Finanzwesen, Gesundheit, Trink-/Abwasser, Abfallwirtschaft, chemische Produkte oder auch digitale Infrastruktur / Dienste. KRITIS-Firmen müssen künftig Risikomanagementmaßnahmen vorweisen und Meldepflichten bei Cybervorfällen erfüllen.

## Welche Anforderungen sind das konkret?

*Stefan Tübinger:* Die Anforderungen verteilen sich auf verschiedene Bereiche. Als wichtigste Maßnahmen sollten Firmen ein Risikomanagement etablieren und Sicherheitsrichtlinien umsetzen, damit ein Sicherheitsvorfall nicht die Geschäftstätigkeit gefährdet. Strenge Sicherheitskriterien sind ebenso einzuhalten beim Umgang mit IT-Assets, bei Backup und Recovery, Verwundbarkeit, Zutritts-, Zugangs- und Zugriffs-Kontrolle, Kryptografie, in der Zusammenarbeit mit Lieferanten und auch bei Schulungen.

## Was passiert, wenn Firmen die Richtlinie nicht einhalten?

*Stefan Tübinger:* Bei einem Verstoß gegen die NIS-2-Anforderungen sind Geldbußen vorgesehen. Die Höhe hängt davon ab, ob ein Unternehmen zu den essenziellen Sektoren zählt (zwei Prozent des weltweiten Umsatzes) oder zu den wichtigen Sektoren (1,4 Prozent des weltweiten Umsatzes). Führungskräfte müssen dafür sorgen, dass die Sicherheitsmaßnahmen eingehalten und regelmäßig überprüft werden.

## Was kann ein Unternehmen heute schon tun, um NIS-2 einzuhalten?

*Stefan Tübinger:* Es sollte folgende Fragen klären: Verfügt unser Unternehmen über ein etabliertes Risiko- und Business-Continuity-Management? Welche Maßnahmen für Informationssicherheit existieren bei uns? Halten die umgesetzten Richtlinien, Verfahren, Technologien den Forderungen von NIS-2 stand? Welche Lücken bestehen möglicherweise und welche Risiken ergeben sich daraus? Nach dieser Analyse sollte es einen Aktionsplan entwickeln und umsetzen.

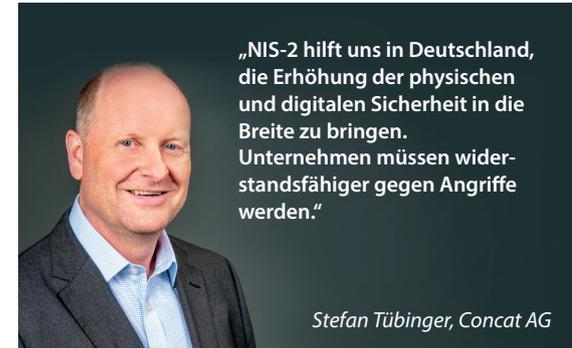
## Wie unterstützt Concat AG die Unternehmen dabei, fit für NIS-2 zu werden?

*Stefan Tübinger:* Wir bieten einen Onsite-Workshop zur Erhöhung der Cybersicherheit. Dabei führen wir vor Ort mithilfe des Kunden eine Bewertung des Ist-Zustands durch, decken Schwachstellen und potenzielle Sicherheitsrisiken auf und gewichten diese mit Ampelfarben. Als Ergebnis erhält der Kunde eine GAP-Analyse mit definierten Maßnahmen, die er ergreifen sollte.

## Was bringt es Unternehmen, einen NIS-2-Workshop durchzuführen?

*Stefan Tübinger:* Es schafft Klarheit bei Fragen: Wo erfüllen wir die Anforderungen bereits? Wo nicht? Welche Maßnahmen sollten wir als nächstes umsetzen? Welche Ressourcen und welches Budget benötigen wir dafür?

Herr Tübinger, vielen Dank für diese Informationen.



„NIS-2 hilft uns in Deutschland, die Erhöhung der physischen und digitalen Sicherheit in die Breite zu bringen. Unternehmen müssen widerstandsfähiger gegen Angriffe werden.“

Stefan Tübinger, Concat AG

## Starke Partner: OSP & Concat AG

Die Concat AG erwarb 2013 die Synergy Systems GmbH, die Stefan Tübinger 2003 gegründet hatte. Er verantwortet den gesamten technischen Bereich der Concat AG. Dieser umfasst Cloud, Managed Services, IT Security und Projekte. Die Concat AG entwickelt Anwendungen und Datenbanken und hostet diese im Rechenzentrum für den OSP.



Concat AG | Konrad-Zuse-Platz 8 | 81829 München  
Tel.: 089 890 80-500 | E-Mail: [info@concat.de](mailto:info@concat.de)

[www.concat.de](http://www.concat.de)

**ALINA BENECKE**

Liebe Athlet:innen des OSP Bayern,

ich bin Alina Benecke und seit Mai als Social Media Managerin beim OSP Bayern, sowie beim Olympiapark München, tätig. Meine Mission ist es, den OSP Bayern auf Social Media umfangreich zu präsentieren.

Vor meinem Start hier war ich bereits als Social Media Managerin bei einem Reiseunternehmen tätig, wo ich mich auf die organische Content-Produktion auf unterschiedlichen Plattformen wie Instagram, Facebook oder TikTok fokussiert habe.

Am OSP arbeite ich an unterschiedlichen Social Media-Formaten, wie Foto-Beiträge oder Videos, die der Community (Leistungs-)Sport in seinen unterschiedlichen Facetten näherbringen. Der momentane Fokus liegt auf den Olympischen Spielen 2024 in Paris. Wer unserem Instagram-Account @ospbayern noch nicht folgt, verpasst was!

Persönlich fühle ich mich seit meiner Kindheit im Tanzsport zuhause. Nachdem ich als Jugendliche im Ballett bereits sehr aktiv war, habe ich das Training jetzt wieder aufgenommen. Außerdem liebe ich es, sowohl im Sommer als auch im Winter in den Bergen aktiv zu sein. Ich bin sehr gespannt auf die Zeit am OSP Bayern und freue mich sehr darauf.

**ANNE BIELMEIER**

Herzliches Servus an alle Athlet:innen des OSP Bayern!

Mein Name ist Anne Bielmeier und ich darf mich seit Mai 2024 zum Team des Olympiastützpunkt Bayern zählen. Dort unterstütze ich als Werksstudentin die Verwaltung. Die Lage der OSP-Zentrale im Olympiapark kann ich wunderbar für mein Sportwissenschaft-Studium an der TU München nutzen.

Aber nicht nur die örtliche, sondern auch kollegiale und praktische Umgebung ist für mich ein großes Privileg. In der Verwaltung bekomme ich Einblick in viele Arbeitsprozesse des gesamten OSP und kann für meinen beruflichen Werdegang viele Kompetenzen erlernen und weiter ausbilden. Der direkte Kontakt zu Euch Athlet:innen hat für mich als Sportwissenschaftlerin in spe einen absoluten Mehrwert und bringt zur Bürokratie der Verwaltung eine wunderbare Abwechslung!

Ich selbst habe früh Blut am Leistungssport geleckt: Vom Biathlon kam ich dabei auf Umwege zum Rudersport, welcher mich für einige Jahre gefordert, gefördert, aber insbesondere sehr erfüllt hat! Aus dieser Erfahrung heraus gebe ich jetzt in der Verwaltung für euch mein Bestes, damit ihr aus euch euer sportliches Bestes herausholt.

Die Vorfreude auf die Zeit beim OSP war groß, doch die „Währendfreude“ gerade ist noch viel größer!

**NINA GUT**

Liebe Athlet:innen des OSP Bayern,

mein Name ist Nina Gut und ich unterstütze seit dem 01.06.2024 das Team des OSP Bayern im Bereich Finanzen und Verwaltung in Form einer Teilzeitstelle. Nebenher studiere ich aktuell noch Sportwissenschaft an der TU München.

In dieser Position werde ich mich vor allem um die Buchhaltung kümmern und administrative Aufgaben übernehmen. Für mich sind in diesem Bereich vor allem Organisation und Struktur wichtige Komponenten, welche ich in meine Tätigkeit einbringen möchte.

Privat bin ich eng mit dem Sport verbunden, da ich seit meiner Kindheit begeisterte Hobbysportlerin bin. Von Klettern bis Skifahren habe ich die unterschiedlichsten Sportarten ausprobiert. Durchgesetzt haben sich schlussendlich das Tanzen und das Ballett.

Die Tätigkeit hier am OSP gibt mir die Gelegenheit mein theoretisches Wissen in die Praxis umzusetzen und Einblicke in verschiedene Themen im Bereich des Leistungssports zu bekommen. Außerdem habe ich die Möglichkeit meine Leidenschaft zum Sport auch in meinen beruflichen Alltag miteinzubinden.

Ich freue mich sehr auf meine bevorstehende Zeit am OSP!



# STARKE ALLIANZEN FÜR DEN SPITZENSPORT

## medi: Weiterhin offizieller medizinischer Partner des OSP Bayern

Im Vorfeld der Olympischen Sommerspiele in Paris erneuerte der Medizinprodukte-Hersteller medi seine Partnerschaft mit dem Olympiastützpunkt Bayern um weitere zwei Jahre und zählt damit bis März 2026 zu den ausgewählten medizinischen Partnern des OSP.

Im Fokus der Partnerschaft stehen die Prävention und Gesundheitsförderung sowie der Erhalt und die Unterstützung der Nachwuchs- und Spitzenathlet:innen. „Eine wichtige Voraussetzung, um ehrgeizige Ziele wie die Teilnahme bei den Olympischen Spielen zu erreichen, ist eine ganzheitliche medizinische Betreuung, gerade nach Krankheit oder Verletzung“, erklärt Daniel Schwanengrug, Produkt Marketing Manager bei medi. „Wir freuen uns darauf, die Zusammenarbeit mit dem OSP Bayern erfolgreich weiterzuführen und so den Profisport in Deutschland zu fördern.“

Volker Herrmann, Leiter des OSP Bayern, ergänzt: „Wichtig ist es, unsere Athlet:innen bestmöglich zu betreuen, von der Diagnostik über die Therapie bis hin zur Rehabilitation. Die Produkte von medi tragen dazu bei, möglichen Verletzungsursachen prophylaktisch entgegenzuwirken bzw. die Leistungs- und Belastungsfähigkeit unserer Sportler:innen schneller wiederherzustellen.“

Ausgestattet werden die Athlet:innen des OSP Bayern mit Bandagen und Orthesen der Firma medi sowie Sportkompressionsprodukten der Marke CEP. Im Training, Wettkampf oder bei der Reha testen die Sportler:innen die Funktion der Hightech-Produkte und geben regelmäßig Rückmeldung zum Produkterlebnis.

Dazu Daniel Schwanengrug: „Unser Anspruch ist es, unsere Produkte und ganzheitlichen Therapiekonzepte kontinuierlich weiterzuentwickeln und an die Bedürfnisse und Wünsche von Anwender:innen anzupassen. Als medizinischer Partner freuen wir uns nun darauf, in wenigen Tagen die Leistungen der deutschen Athlet:innen in Paris zu verfolgen und wünschen allen Teilnehmer:innen viel Erfolg bei den Wettkämpfen. Auf faire, spannende und sichere Olympische Sommerspiele!“



## Medical Park erneuert die Partnerschaft mit dem OSP Bayern

Im Vorfeld der olympischen Sommerspiele in Paris erneuerte der Medical Park seine langjährige Sportpartnerschaft mit dem OSP Bayern. Kern der Kooperation ist die physiotherapeutische Versorgung der Bundeskaderathletinnen und -athleten an den Medical Park Standorten in Oberbayern und Franken.

Seit vielen Jahren ist Medical Park Partner des Spitzensports, insbesondere bei der Rehabilitation verletzter Sportler. Athlet:innen aus verschiedensten olympischen und nicht-olympischen Sportarten vertrauen auf die Expertise der Reha-Experten sowohl in der Saisonvorbereitung als auch bei der Rehabilitation im Anschluss an eine Verletzung. „Wir freuen uns, den bayerischen Athletinnen und Athleten in Fragen der Therapie, Sportmedizin und Rehabilitation wieder zur Seite zu stehen. Gerade im Jahr der Sommerolympiade in Paris eine spannende Herausforderung für unser Therapeutenteam“, sagt Dr. Thomas Wolfram, CEO von Medical Park.

Mit 13 Fachkliniken und fünf ambulanten Reha- und Therapiezentren in Bayern, Berlin, Hessen und Nordrhein-Westfalen ist die renommierte Klinikgruppe Premium-Anbieter für medizinische Rehabilitation und Prävention in Deutschland. Die Versorgung der OSP-Athlet:innen wird künftig an den Medical Park Standorten am Chiemsee, Tegernsee sowie in Franken in Bad Rodach und Nürnberg stattfinden.

„Mit der Verlängerung unserer langjährigen Partnerschaft konnten wir eine wichtige Stütze in der Betreuung unserer bayerischen Athlet:innen sichern. An den vier genannten Standorten der Medical Park SE finden unsere bayerischen Top-Athlet:innen beste Bedingungen in der medizinischen Versorgung sowie der physiotherapeutischen Betreuung vor“, so Volker Herrmann, Stützpunktleiter am OSP Bayern.



Zweckbestimmung: Orthese zur Stabilisierung der Lendenwirbelsäule (LWS) mit Rückenpelotte.



# PUSH YOUR PERFORMANCE

## E+motion®

medi Performance Collection



medi. ich föhl mich besser.



TESTED BY  
TOP ATHLETES



Lumbamed® plus E+motion®  
Sportorthese zur Stabilisierung  
der Lendenwirbelsäule

Die Rückenorthese ermöglicht  
hohe Flexibilität bei optimalem  
Sitz – auch bei hohen Belastungen.

Das Zusammenspiel von Durchblutungsförderung und Muskelentspannung im LWS-Bereich durch die integrierte Vario-Flex-Pelotte kann zur Schmerzlinderung beitragen.

Weitere Informationen unter:  
[www.medi.biz/emotion](http://www.medi.biz/emotion)



# UNSERE SPONSOREN & PARTNER



## IMPRESSUM

**Impressum, Herausgeber:** Olympiastützpunkt Bayern, Spiridon-Louis-Ring 22, 80809 München, Tel: 089/3779974-0, [www.ospbayern.de](http://www.ospbayern.de)

**Redaktion:** OSP Bayern. Volker Herrmann (verantwortlich i.S.d.P., Adresse siehe oben), Iris Zacher, Sebastian Schön, Kristina Reßler, Laura Schneider, Niklas Schreiber, Friederike Krisch, Anna Arlt. Verkaufspreis € 2,50 (€ 10,- Jahresabonnement), Bezug: OSP Bayern, Erscheinungsweise: vierteljährlich

FP Werbeagentur GmbH & Co. KG. Internet: [www.fp-handelsmarketing.de](http://www.fp-handelsmarketing.de), Projektmanagement: Bernhard Vogler, Konzept & Kreation: Alexander Hoffmann

**Fotorechte:** S.1: Picture Alliance, S.2/3: OSP, S.5: BMI/Henning Schacht, Stk. Bayern, S.6/7: Picture Alliance, S.8: Wikipedia, S.10/11: privat, OSP, DFB, DJB, S.12/13: help-tourist.de, S.15/16: DOSB, S. 18/19: OSP, privat, DBS, DFB, DBB, I. Hänsel, Ph. Reichenbach, DKV, S.20/21: Picture Alliance, S.22/23: privat, OSP, S.24/25: privat, Ch. Schwier, A. Bowinkel, S. 26-29: privat, DFB, DAV, DOSB, DFB, DBB, S.30-32: A. Renner, M. Paulig S.34/35: privat, DVB, DOSB, DBB, DLV, OSP Brandenburg, S.36/37: K. Bauer, S.39/40: muenchen.mitvergnuegen.com, S.41: OSP, S.43: OSP, M. Hangen, S.45: privat, OSP, S.46: OSP, medi, Medical Park



ospbayern



Olympiastützpunkt Bayern



[www.ospbayern.de](http://www.ospbayern.de)