

OLYMPIA MAGAZIN

2025

Rund um das Team L.A.

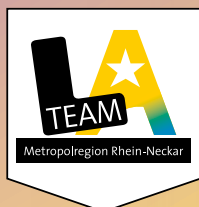
Deaflympics

Karriereübergang
»Mind the Gap!«

Winter-Olympics

Events und Partner

OLYMPIA
STÜTZPUNKT
METROPOLREGION RHEIN-NECKAR



OLYMPIASTÜTZPUNKT METROPOLREGION RHEIN-NECKAR

TRÄGER: LANDESSPORTVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG

Zuwendungsgeber

	 Gründet durch Landeskanzler undgründet durch Beschluss des Deutschen Bundestages	 Baden-Württemberg MINISTERIUM FÜR KULTUS, JUGEND UND SPORT	 Heidelberg	 Karlsruhe	 Stadt Leimen	 MANNHEIM ²
---	--	--	---	--	---	--

Bundesstützpunkte und Spezialsportarten

Dachverbände und Sportpartner

						
---	---	---	---	--	---	---

Kooperationspartner

Partnerbetriebe des Spitzensports

TEAM LOS ANGELES METROPOLREGION RHEIN-NECKAR

Premium-Partner

			
---	---	--	---

IMPRESSUM

OLYMPIAMAGAZIN AUSGABE 2025
Das Kundenmagazin des Olympiastützpunkt
Metropolregion Rhein-Neckar
Athletenförderung e. V. (OSP AF)

Herausgeber: Olympiastützpunkt Metropolregion
Rhein-Neckar Athletenförderung e. V.
V. i. S. d. P. Gert Bartmann
Im Neuenheimer Feld 710, 69120 Heidelberg

Vorstand OSP AF: Gert Bartmann, Daniel Strigel
Träger des OSP: Landessportverband
Baden-Württemberg e. V.,
geschäftsführendes Präsidium: Jürgen Scholz,
Andreas Felchle, Gundolf Fleischer, Gert Rudolph
Präsidium Olympiastützpunkt (OSP):
Gert Rudolph, Michael Hölz, Frank Mantek,
Wolfgang Lachenauer, Gordon Rapp, Uwe
Kaliske, Gert Bartmann, Daniel Strigel

Redaktion: Gert Bartmann, Lisa Hessler,
Antje Louis, Julia Ost, Caren Sonn-Welz,
Martina Tirolf
Autoren: Gert Bartmann, Hanna Granz,
Lisa Hessler, Fanny Rinne, Martina Tirolf
Anzeigen: Lisa Hessler, Gert Bartmann
Druck: Druckpress GmbH
Layout: S2 Creativagentur Caren Sonn-Welz
Erscheinungsdatum: 10.12.2025



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

*es ist eine schöne Gewohnheit: In der Vergangenheit haben wir im OlympiaMagazin über die Arbeit am Olympiastützpunkt Rhein-Neckar berichtet und Geschichten über unsere Leistungssportler*innen erzählt. Auch die beeindruckende Bilanz, die unsere 29 für die Spiele in Paris qualifizierten Athlet*innen erzielen konnten, haben wir vorgestellt.*

*Nach einer kleinen »Verschnaufpause« präsentieren wir nun das erste Heft, in dem wir über den neuen Zyklus berichten – über eine Phase voller Bewegung, Motivation und mit einer klaren Vision: Das Team Los Angeles in unserer Metropolregion steht für den sportlichen Aufbruch mit dem gemeinsamen Ziel Olympische Spiele 2028 in L.A.. Es steht aber auch für den Zusammenhalt, der Spitzenleistung erst möglich macht. Dabei vergessen wir nicht unsere Wintersportler*innen, die paralympischen Athlet*innen, die Deafathlet*innen und das Perspektivteam.*

Der Olympiastützpunkt Rhein-Neckar begleitet individuelle Karrieren und übernimmt Verantwortung. Wir schätzen es, unsere Erfahrungen und unser Wissen auszutauschen und gemeinsame Momente zu teilen. All das gelingt uns durch treue Partner und Förderer an unserer Seite und durch Mitarbeitende, die Kompetenz, Begeisterung für den Sport und Weitblick über den Tellerrand hinaus vereinen.

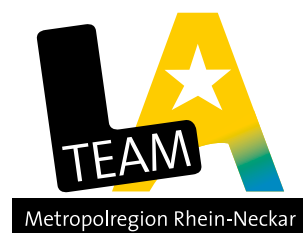
Diese Ausgabe unseres Magazins lädt dazu ein, die Vielfalt des Sports in unserer Region und ihre Persönlichkeiten kennenzulernen sowie das beeindruckende Zusammenspiel starker Partnerschaften zu erleben.

Ich wünsche allen viel Freude beim Lesen, sportlichen Tatendrang und Neugierde beim Verfolgen unserer Reise nach Los Angeles.



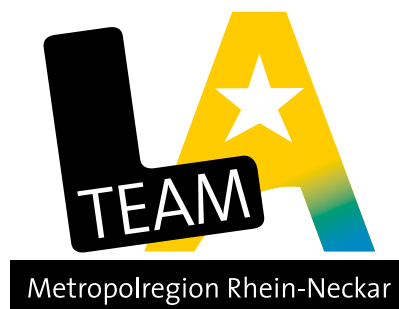
Gert Bartmann

Vorstand OSP Metropolregion Rhein-Neckar
Athletenförderung e. V.



SEITE	INHALT
3	Editorial
4	Unser Auftritt
5	Unser Auftritt: Social Media
6–7	Unser Team L.A.: Förderkonzept
8	An unserer Seite: Premium-Partner und Förderer
9	An unserer Seite: Fitnesspartner Pfitzenmeier
10–11	Unser Sport: Deaflympics
12–13	Aus dem OSP: Karriereübergang »Mind the Gap!«
14–15	Schweiß
16–18	Winter-Olympics: Aus der Region nach Mailand/ Cortina
20	Miteinander: Team L.A. vor Ort
22–23	Unsere Events: Gelebte Partnerschaft
24–25	Ergebnisse
26	Christmas-Grüße

HELLO TEAM L.A.



NEUER LOOK FÜR EINE NEUE ETAPPE



»Unser Ziel: ein sichtbares Zeichen, das uns eint und auf der Reise zu den nächsten Olympischen Spielen begleitet.«

Lisa Hessler, Projektleiterin Team L.A.

Ein Logo ist mehr als ein Zeichen, es soll Ausdruck dessen sein, wer man ist und wofür man steht. Mit dem neuen Emblem für den Zyklus Los Angeles wird dem Weg dorthin ein Gesicht gegeben: klar, kraftvoll und voller Bewegung.

Die Entscheidung für den optischen Auftritt des Teams LA ist gefallen, das neue Logo bereits im Einsatz. Grafische Parallelen zu den vorherigen Logos sind erhalten geblieben, denn eine Wiedererkennung ist erwünscht. Gleichzeitig wurde eine klare visuelle Anlehnung an den Stil gefunden, für den sich die Verantwortlichen der Olympischen Spiele 2028 in Los Angeles entschieden haben.

Ganz im Sinne des Olympia-Logos von Los Angeles »Every A tells a story« steht das »A« im neuen Logo durch die Farbwahl Gelb, Grün und Blau für die regionale Verbundenheit mit der Metropolregion Rhein-Neckar und soll die Geschichte des Teams in den kommenden drei Jahren erzählen. Der hohe Gelbanteil sorgt für eine positive Aufbruchstimmung. Das Element des Sterns im »A« steht für die Vision einer Teilnahme und wird alle auf der Reise nach Los Angeles begleiten. Ergänzt wird der visuelle Auftritt des Teams durch Sunset-Farben, die auf den California-Style anspielen. Durch den hohen Schwarzanteil, ganz im Sinne des offiziellen Olympia-Auftritts, entsteht ein cooler Look, der Power ausstrahlen soll.



Offizielles
Olympia-Logo
mit individuali-
siertem »A«

© LA28.org

Caren Sonn-Welz, die nicht nur Designerin des Logos ist, sondern selbst 1992 in Barcelona bei den Olympischen Spielen in der Disziplin 100 Meter Hürden antrat, erläutert den Hintergrund des Logos: »Unser Logo ist vielseitig einsetzbar. Bei aller Wiedererkennung haben wir den Mut bewiesen, dem Logo des Teams L.A. frischen Wind und regionale Verbundenheit sowie eine neue Dynamik mit coolem California-Style zu verleihen.«

TEAM L.A. AUF SOCIAL MEDIA



51.668

Aufrufe in 4 Wochen,
Stand 26.10.2025

Erreichte Konten

14.308 (+76,4 %)
(31,3 % Follower,
68,7 % Nicht-Follower)

Follower: 1.394

Beiträge: 658



Meist-gelesene Inhalte

Story: 26.09. »Umzug gefeiert«

Aufrufe: 6.829

(22,9 % Follower, 77,1 % Nicht-Follower)

Reel: 25.10. »Wirtschaft meets Politik«

Aufrufe: 4.656

(39,1 % Follower, 60,9 % Nicht-Follower)

Beitrag: 08.09. »Heidelberger Herbst«

Aufrufe: 3.852

(22,6 % Follower, 77,4 % Nicht-Follower)



team_losangeles_mrn



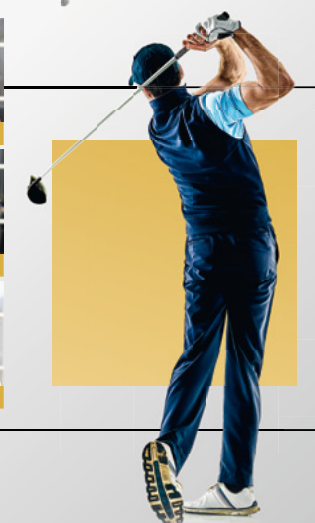
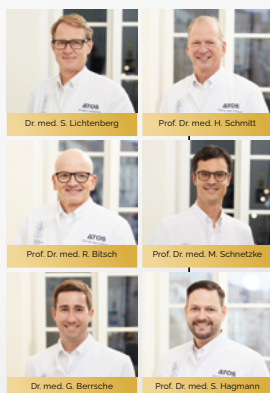
Team Los Angeles Metropolregion
Rhein-Neckar



Follow us!

FÜR JEDES GELENK EIN SPEZIALIST

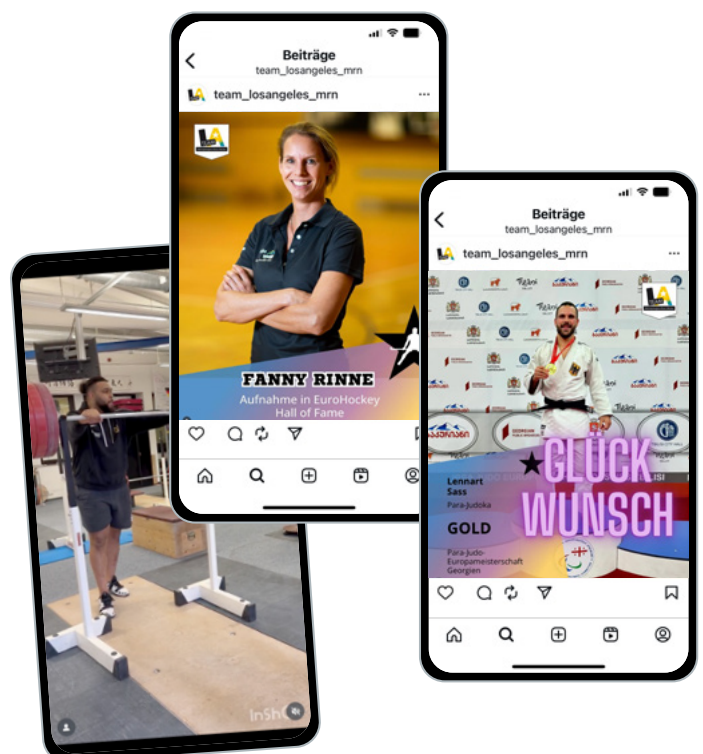
Spezialisierung ist in der Medizin alles. So kann das Deutsche Gelenkzentrum Heidelberg heute für jedes Gelenk einen Experten aufweisen, der mit seiner tiefen Erfahrung ein Garant für Qualität in Diagnostik, Therapie und Operation ist. Denn für uns ist Sicherheit und Verlässlichkeit alles. Wir wissen, was wir tun – und unser Anspruch an uns selbst ist hoch.

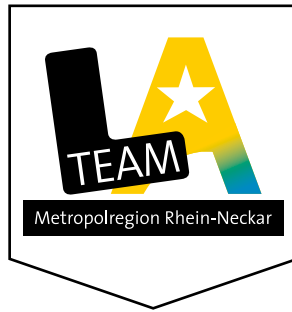


DEUTSCHES
GELENKZENTRUM
HEIDELBERG

ATOS KLINIK
HEIDELBERG

gelenkzentrum@atos.de
www.deutsches-gelenkzentrum.de





LOS ANGELES IM VISIER

VERBESSERTER OLYMPIA-PERSPEKTIVEN DURCH FÖRDERKONZEPT DES TEAM L.A. MRN

Die Olympischen Spiele in Paris sind vielen Menschen noch in guter Erinnerung und waren ein großer Erfolg für die Athlet*innen aus der Metropolregion Rhein-Neckar (MRN), die sich so leistungsstark wie nie zuvor zeigten. Die 30 Starter*innen erreichten insgesamt 27 Platzierungen unter den Top Ten, zwölf kehrten 2024 sogar mit Medaillen in die Region zurück. Das macht Mut, gibt Selbstvertrauen und ist Anreiz für den neuen Zyklus bis zu den nächsten Olympischen und Paralympischen Spielen. Für die Athlet*innen aus der Region bedeutet das: harte Trainingseinheiten, entscheidende Wettkämpfe mit dem permanenten Fokus auf das Ziel: Los Angeles 2028!

Förderkonzept schafft gute Voraussetzungen

Der vom Heidelberger Olympiastützpunkt getragene Verein »Athletenförderung« (OSP AF e.V.) ist die zentrale Anlaufstelle für Spitzensportler*innen der Region und begleitet sie als »Team L.A. MRN« auf ihrem Weg zu den Olympischen Spielen, Paralympics und Deaflympics. Vertreten durch Gert Bartmann und Daniel Strigel sowie unter der operativen Projektleitung von Lisa Hessler bietet der Verein dem Team gezielte Förderung, umfangreiche Betreuung und ein starkes Netzwerk. »Wir wollen, dass unsere Athlet*innen ihr Potenzial voll ausschöpfen können – und gleichzeitig die Region hinter sich wissen«, erklärt Lisa Hessler. »Unser Ziel ist es, sportliche Spitzenleistungen, regionale Identifikation und gesellschaftliches Engagement miteinander zu verbinden. Dafür, dass wir dies umsetzen können, gilt unser Dank unseren Förderern.«

Das Team verfolgt vier zentrale Ziele

1. Sportlich: Das Team L.A. MRN zielt darauf ab, einen möglichst wirksamen Beitrag zu leisten, dass mindestens 30 Athlet*innen für eine olympische Qualifikation persönliche Bestleistungen erreichen, Finalplätze schaffen und Medaillen gewinnen.

2. Regional: Jeder Erfolg erhöht die Wahrnehmung, schafft Identifikation mit der Gesamtregion und lässt Fans mitfiebern.

3. Gesellschaftlich: Die Athlet*innen engagieren sich in sozialen Projekten, vermitteln Motivation und Wertschätzung.

4. Nachhaltig: Zum einen bindet das Perspektivteam frühzeitig Nachwuchstalente und sichert langfristig Spitzenleistungen. Außerdem werden ehemalige Athlet*innen beim Übergang in die Berufswelt begleitet.

Wie kommt man ins Team?

Neue Athlet*innen werden nach klaren Kriterien ins Team aufgenommen: Dazu zählen sportliche Erfolge bei WM/EM oder vorherigen Olympischen Spielen und ein Trainings- oder Lebensmittelpunkt in der Metropolregion Rhein-Neckar. Junge, vielversprechende Talente mit Potenzial für internationale Spitzenleistungen werden in einem Perspektivteam 2032 zusammengefasst. So entsteht ein eng vernetztes, leistungsstarkes und sich gegenseitig unterstützendes Team.

Das Team L.A. unterstützt individuell bei

- Absicherung des Lebensunterhalts für Athlet*innen
- ansonsten nicht finanzierbaren Maßnahmen und Geräten
- Finanzierung innovativer Projekte für Material oder Methodik
- früher Förderung von Perspektiv-Athlet*innen der Region
- nachhaltiger Förderung des Umfelds herausragender Trainingsgruppen
- persönlicher Wertschätzung und Vernetzung aller Athlet*innen als Leistungsträger der Region und bildet ein Gegengewicht zu Abwerbe-Angeboten aus anderen Regionen.



**Material für die
Deaflympics**



ALLEN JOHN
DEAFGOLF

© A. Grüber/Team Paris



**Zuschuss für
Trainingslager**



SIMON BATZ
LEICHTATHLETIK

© picture alliance/von der Laage

FÖRDERBEISPIELE TEAM L.A.

JOSHA SALCHOW
SCHWIMMEN



**Reisekostenzuschuss
für Wettkämpfe und
Trainingskosten**

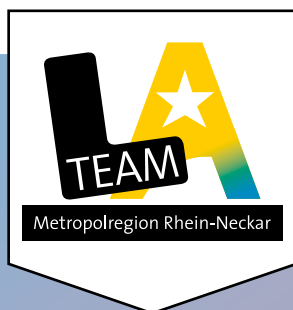
© picture alliance/dpa/M. K. Schaller

MAGOMED SCHACHIDOV
BOXEN



**Erstattung besonderer
sportbezogener
Mietkosten**

© A. Grüber/Team Paris



PARTNER AUS ÜBERZEUGUNG UND LEIDENSCHAFT



RAINER ARENS
VORSTANDSVORSITZENDER
SPARKASSE HEIDELBERG

Premium-Partner

»Wir sind Unterstützer des Teams L.A., weil wir unsere Aufgabe auch darin sehen, junge Sportlerinnen und Sportler auf ihrem Weg zu den Olympischen Spielen zu unterstützen – insbesondere solche aus unserer Metropolregion. Es macht uns stolz, schon seit vielen Jahren als Partner an der Seite des Olympiateams zu sein und mit ihm gemeinsam Erfolge feiern zu dürfen.«



DR. HANS-PETER WILD
INHABER CAPRI-SUN GROUP

Premium-Partner

»Ich bin mit meinem Unternehmen Capri-Sun Partner des Teams L.A., weil ich die Athletinnen und Athleten aus der Metropolregion Rhein-Neckar, die am Olympiastützpunkt leidenschaftlich und erfolgreich ihre Sportart betreiben, fördern möchte. Diese jungen Menschen sind mit ihren Werten, ihrem Durchhaltevermögen und dem Willen, etwas zu bewegen, Vorbilder für uns alle. Das Team L.A. zeigt uns, was möglich ist, wenn regionale Talente an ihre Träume glauben und hart daran arbeiten, ihre Ziele zu erreichen. Dieses Team unterstütze ich sehr gerne auf seinem Weg zu den Olympischen Spielen 2028.«



LARS LAMADÉ
HEAD OF GLOBAL SPONSORSHIP
SAP

Premium-Partner

»Wir sind Partner des Teams L.A., weil wir an die Kraft von Innovation, Engagement und Teamarbeit glauben, im Sport genauso wie in Technologie. Als Unternehmen mit Wurzeln in der Metropolregion Rhein-Neckar unterstützen wir die Athletinnen und Athleten auf ihrem Weg zu den Olympischen Spielen und sind stolz, ihren Einsatz und ihre Leidenschaft begleiten zu dürfen.«



ISABEL HOPP
STIFTERFAMILIE
DIETMAR HOPP STIFTUNG

Förderer

»Wir sind Förderer des Teams L.A., weil wir den Athletinnen und Athleten ermöglichen wollen, sich auf ihre sportlichen Ziele zu konzentrieren und Spitzenleistungen zu erbringen. Die Ergebnisse aus Paris zeigen, dass die zielgerichtete und ergebnisorientierte Förderung maßgeblich dazu beiträgt, sportliche Höchstleistungen zu erbringen.«

TRAINING, REGENERATION, AUSGLEICH

PFITZENMEIER UNTERSTÜTZT ATHLET*INNEN DES OSP

Top-Sport ist nicht nur Fußball – im Gegenteil. Am Olympiastützpunkt (OSP) der Metropolregion Rhein-Neckar (MRN) trainieren viele Athlet*innen in den unterschiedlichsten Sportarten, um sich für die anstehenden Olympischen Spiele im Winter oder Sommer zu qualifizieren und möglichst eine Medaille zu gewinnen.

Training ist nicht gleich Training

Am OSP in Heidelberg erhalten die Athlet*innen Trainingsprogramme und sie werden im mentalen Bereich sowie bei der Karriereplanung unterstützt. Zusätzlich sind die OSP-Partner der Region wichtig. Sie bringen ihre jeweiligen Kenntnisse über die verschiedenen Sportarten ein und erweitern das Angebot für die Top-Sportler*innen.

So bietet das 1978 gegründete und inzwischen mit seinen Studios in der gesamten Metropolregion Rhein-Neckar vertretene Schwetzinger Unternehmen Pfitzenmeier den Athlet*innen ergänzende und individuell angepasste Trainingsmöglichkeiten. In den Clubs und Resorts von Pfitzenmeier können sie einerseits auf großen Trainingsflächen an zahlreichen modernen Geräten unterschiedliche Muskelgruppen stärken. Andererseits finden die Sportler*innen in den Fitness-Zentren auch

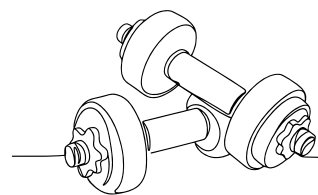
eine gelungene Abwechslung zum täglichen Training – sei es zur Verbesserung der Grundlagen oder zur Prävention in puncto Verletzungsanfälligkeit.

Viele Mitglieder des Team L.A. nutzen aktuell die Geräte, Kurse und Wellnessangebote des OSP-Partners. Darüber hinaus bietet Pfitzenmeier aber auch eine gute Kulisse für Fotos oder Videos, wie sie beispielsweise Para-Judoka Lennart Sass schon genutzt hat.

Ausgleich und Regeneration als wichtige Bausteine

Auch Regeneration muss ein fester Bestandteil in einem ausgewogenen Trainingsplan sein. Für Ausgleich und Regeneration bietet Pfitzenmeier dem Team L.A. ebenfalls beste Möglichkeiten. In seinen außergewöhnlichen Wellness-Bereichen, teilweise ausgestattet mit eigenem Pool, und dank der zahlreichen angebotenen Anwendungen kann jede*r »die Seele baumeln« lassen.

Alle OSP-Partner leisten – wie Pfitzenmeier – einen echten Mehrwert dafür, dass sich das Team L.A. in der Region optimal auf die nächsten Olympischen Spiele vorbereiten kann.



Doppel-Olympiasieger Max Lemke (oben) und Para-Judoka-Europameister Lennart Sass (unten) nutzen gerne das Angebot beim Fitnesspartner Pfitzenmeier.



WIR SIND FITNESS



WERDE EINS MIT UNS.
WWW.PFITZENMEIER.DE



PFITZENMEIER
Fitness since 1978

Zwei Gold-, zwei Silber- und drei Bronzemedailien für MRN-Athleten

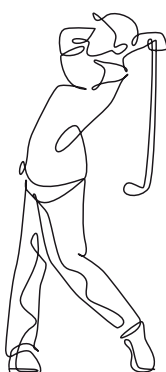
MEDAILLENREGEN BEI DEN 25. DEAFLYMPICS



Golfer Allen John (li.) holte sich zum dritten Mal in Folge den Deaflympics-Titel im Einzel. Über Bronze freute sich sein Teamkollege Nico Guldán

COCHLEA-IMPLANTAT

Ein Cochlea-Implantat hat einen außen getragenen Sprachprozessor und eine Elektrode in der Hörschnecke (Cochlea). Der Sprachprozessor wandelt Geräusche in elektrische Signale um, die über die Elektrode direkt den Hörnerv reizen und so ein besseres Hörvermögen herstellen. Während des Wettkampfs darf diese Hörhilfe jedoch nicht benutzt werden.



In Tokio/Japan haben Ende November die 25. Deaflympics stattgefunden. Wie bei den Olympischen Spielen und den Paralympics finden die Deaflympics alle vier Jahre statt. Sie werden vom International Committee of Sports for the Deaf organisiert. Neun Athlet*innen aus der Metropolregion Rhein-Neckar (MRN) zeigten hervorragende Leistungen.

Startberechtigt bei den Deaflympics sind Athlet*innen mit einem Hörverlust von mindestens 55 Dezibel auf dem besser hörenden Ohr gegenüber Menschen ohne Schädigung, die bis zu minus 10 Dezibel hören können. Auch Menschen mit Cochlea-Implantat dürfen grundsätzlich bei den Deaflympics starten.

Beim 25. Jubiläum beziehungsweise 100-jährigen Bestehen der Deaflympics gingen neun Athlet*innen aus der Metropolregion Rhein-Neckar an den Start. Sie waren von der Organisation der Veranstalter in Tokio wie auch vom Deutschen Gehörlosen-Sportverband e. V. begeistert.

Allen John gelingt sensationeller Hattrick

Die größte Sensation schaffte Profigolfer Allen John, der zum dritten Mal in Folge den Deaflympics-Titel im Einzel gewann. Er schaffte quasi einen Start-Ziel-Sieg und ließ der Konkurrenz bereits nach der ersten Runde keine Chance mehr. »Die Turnierveranstalter haben das sehr gut gemacht. Mit dem Livestream war das ein echtes Highlight für mich«, schwärmte der »Goldmann«, für den der Hattrick das ausgegebene Ziel war. Nico Guldán, der zweite MRN-Starter bei den Golfen, schaffte als Amateur den Sprung aufs Podium. Er erreichte den dritten Platz

und ließ dabei einige Berufsgolfer hinter sich. »Das ist einfach ein tolles Erlebnis, egal ob man eine Medaille mit nach Hause bringt oder nicht. Das will ich auf jeden Fall in vier Jahren nochmals erleben«, freute sich Nico über das Turnier, bei dem er Konkurrent Allen den Sieg gönnte.

Doppelmedaillen-Satz bei Premiere

Beide starteten zudem bei der Mixed-Premiere und sicherten sich mit ihren Partnerinnen in einem Einrunden-Turnier zwei weitere Medaillen: Silber ging an Allen, der von der starken Leistung der siegreichen Kanadier etwas überrascht war, und seine Partnerin Vanessa Girke. Ganz unerwartet durfte Nico sich mit Stefanie Mayer nach einem Stechen mit den Amerikanern auf dem Bronzerang in die Ergebnisliste eintragen.

Vom zauberhaften Golfcourt in der Bay von Tokio bekamen die Handballer nicht viel mit. Bis ins Finale hakten sie Spiel um Spiel mit einem Sieg ab. Dort angelangt, fanden sie in den sehr körperbetont spielenden Kroaten ihren Meister. Doch nach Abpfiff dauerte es nicht lange, bis sich Dominik Götz, Johannes Krivokucca und Felix Werling mit ihrem Team über Silber freuen konnten.



Nach erster Enttäuschung freuten sich die deutschen Deaf-Handballer sichtlich über Silber

Das zweite Gold für die Rhein-Neckar-Region ging an Bowler Simon Wildenhayn. Im Finale besiegte er mit seinem Team die Südkoreaner in einem Traumfinale. Dabei gelang Simon mit seinem letzten Versuch ein Strike, der Deutschland zum 2:0 und damit zur Goldmedaille verhalf.



Simon Wildenhayn (2. v. li.) sicherte seinem Team mit einem Strike im letzten Versuch den Deaflympics-Titel



Cedric Kaufmann (li.) und sein Partner Urs Breitenberger freuen sich über Bronze

Cedric Kaufmann erneut Bronzemedailien-Gewinner

Auf dem Tennisplatz kämpfte sich – wie bereits vor vier Jahren – Cedric Kaufmann in die Endrunde des Doppelturniers. Im Halbfinale mussten Kaufmann und sein Partner Urs Breitenberger gegen die – unter neutraler Flagge startenden – späteren Goldmedaillen-Gewinner Vladislav Abramov und Dmitry Dolzhenkov eine Niederlage hinnehmen. Jedoch gewannen die Beiden das »kleine Finale« und Kaufmann damit nach 2022 erneut die Bronzemedaille.

Im Team der Sportschützen traten mit Sebastian Herrmany und Silke Kim Fischer zwei Athlet*innen an den Schießstand, die in der MRN beheimatet sind. Mit dem vierten Platz im 50-Meter-Kleinkaliber liegend verfehlte Herrmany knapp die Medaille. Fischer verpasste mit der Schnellfeuerpistole knapp das Finale und belegte Rang neun.

»Das ist einfach ein tolles Erlebnis. Das will ich auf jeden Fall in vier Jahren nochmals erleben.«

Nico Guldan, Silbermedaillen-Gewinner im Deaf-Golf

Sehen und Neuroathletiktraining

Lass dich persönlich beraten.

 **Augenarztpraxis Katlun**

Augenheilkunde und Sportmedizin
Grüne Meile 54 • 69115 Heidelberg
Telefon 06221-400627 • www.katlun.net

» MIND THE GAP! «

OSP MRN-WORKSHOP ZUM ÜBERGANG IN EINE NEUE IDENTITÄT

*Manchmal ist es schon länger geplant, manchmal kommt es ganz plötzlich, mal ist es die eigene freie Entscheidung, mal erzwingen es die äußeren Umstände: das sportliche Karriereende. So gut wie nie fällt die Entscheidung leicht, oftmals hat man den Ausstieg aus dem Spitzensport noch nicht einmal in der eigenen Hand. Auf diese Situation will der neue Workshop »Mind the Gap!« des OSP MRN die Athlet*innen vorbereiten und sie in dieser schwierigen Veränderungsphase unterstützen.*

Für Spitzensportler*innen stellt das sportliche Karriereende eine der größten Herausforderungen dar. Es muss die Frage beantwortet werden: Wer bin ich ohne den Sport, was kommt danach? Zwischen dem Stolz auf das Erreichte und der Trauer über den Verlust der gewohnten Routinen steht immer die Unsicherheit über die neue Identität.

Karriereende oder spannender Neuanfang?

Irgendwann ist jede*r Sportler*in mit dem Übergang aus dem Leistungssport in einen neuen Lebensabschnitt konfrontiert. Dass das sportliche Karriereende eine oft unterschätzte und belastende Herausforderung darstellt, wurde in mehreren Studien belegt. (z.B. Qualitative Research in Sport and Exercise, October 2013). Einige Athlet*innen fürchten, den richtigen Zeitpunkt zu verpassen. Sie beenden ihre Sportkarriere früher als erwartet, um in eine neue, nachsportliche Karriere zu investieren. Andere Athlet*innen halten aus einem Mangel an Alternativen länger an ihrer aktiven Sportkarriere fest.

Von der Gruppe profitieren

Mit »Mind the Gap!« bietet der OSP MRN seinen Athlet*innen neben Einzelgesprächen ab sofort auch einen zweitägigen Gruppen-Workshop an, um dieses Kapitel des Sportlerlebens stärker in den Fokus zu rücken, wertschätzend gemeinsam auf die Karrieren zu blicken und Austauschmöglichkeiten unter den Athlet*innen zu schaffen. »Wir möchten einen Raum geben, um offen über die Herausforderungen und Möglichkeiten, über eventuelle Unsicherheiten, über Barrieren und Perspektiven zu sprechen. Dabei

machen wir bewusst, dass der Übergang von der aktiven Phase als Spitzensportler*in in die neue Phase ohne Sport ein Prozess mit negativen und positiven Effekten ist, der seine Zeit braucht und durchaus Jahre dauern kann.«, erläutert Fanny Rinne, eine der beiden Workshop-Leiterinnen.

DAS LEBEN NEU SORTIEREN

Der Karriereübergang hat für die Athlet*innen viele Dimensionen – im Grunde ändert sich fast alles:

• Das Körperliche

Es muss abtrainiert und ein neues körperliches Gleichgewicht entwickelt werden.

• Das Finanzielle

Meist enden die Zahlungen abrupt. Ohne neue berufliche Perspektiven entstehen schnell Engpässe.

• Das Soziale

Da bisherige soziale Strukturen wegbrechen können, müssen Beziehungen und Kontakte mit dem sportlichen Karriereende neu geordnet und entwickelt werden.

• Der Lebensinhalt

Ohne den Sport, der das Leben dominiert hat, entsteht häufig eine gewisse Leere, denn andere Dinge können nicht so einfach den Stellenwert einnehmen, den der Sport hatte.

• Das Selbstbild

Der Platz der Sportler-Identität muss erst einmal ersetzt werden.

• Das Psychische

All' die vorangegangenen Dimensionen haben Einfluss auf die Psyche. Es gilt, mit den Veränderungen umzugehen und das gesamte Leben neu zu sortieren.



Vorbereitung »

SPITZENSport



»Ein tolles Wochenende, um nochmals wertschätzend auf meine sportliche Karriere zurückzublicken und für die anstehenden Herausforderungen gestärkt zu sein. Festzustellen, dass andere ähnliche Gedanken und Schwierigkeiten erleben oder schon bewältigt haben, gibt mir Hoffnung und Inspiration für die nächsten Monate.«

Sarah Brüßler
Olympia-Silbermedaillen-Gewinnerin
2024 im Kanu

Die beiden Workshop-Leiterinnen Fanny Rinne (li.) und Hanna Granz (re.) danken allen Teilnehmer*Innen des ersten »Mind the Gap!«-Jahrgangs 2025 für ihr Vertrauen, ihre Offenheit und ihre Karrieren.

Von der Analyse zum künftigen »Ich«

Der Aufbau des Workshops umfasst alle Facetten des Übergangs vom Spitzensport zum neuen Alltag. Am ersten Tag steht die Analyse der Sportkarriere auf dem Plan. Betrachtet werden die Erfolge, aber auch die Tiefen, die es zu überwinden galt. Die Teilnehmer*innen teilen die eigenen Geschichten mit den eigenen persönlichen Herausforderungen innerhalb der Gruppe. Anschließend wird das Bewusstsein dafür geschärft, wie viele Parallelen in den Karriere-Verläufen bestehen – eine Erkenntnis, die alle miteinander verbindet.

Am zweiten Tag geht es um die »Skills«, die Athlet*innen in ihrem »Sportlerleben« erworben haben, um Werte, die die jeweilige Persönlichkeit ausmachen, und um Ressourcen, die sie zu Spitzensportlern gemacht haben und die sie auch jetzt, in der herausfordernden Phase des Übergangs in die Karriere 2.0, bewusst nutzen können. Abgerundet wird der Workshop mit einem Brief an das zukünftige ICH, den die Teilnehmer*innen an sich selbst schreiben und so Monate später an ihre Gedanken zur Zeit des Workshops erinnert werden.



Bewältigung »»

Entwicklung »»

POST-KARRIERE

ÜBERGANGS-
PHASE

»MIND THE GAP!« 2026

Der Workshop »MIND THE GAP!« findet einmal jährlich im Januar statt. Athlet*innen können sich bei Interesse jederzeit an die **Laufbahnberatung des OSP MRN** wenden.

Der nächste Termin ist der
17.– 18. Januar 2026.

Weitere Infos hier:



SCHWEISS AUF DEM EIS

Unter dicken Schutzpolstern, in höchster Anspannung und mit schnellkräftigem Antritt, um als Erste am Puck zu sein, wird jeder Zweikampf zur schweißtreibenden Prüfung. Hier muss Tabea Botthoff bei ihrem Eishockeyspiel nicht nur Puck und Schläger kontrollieren, sondern auch die Last der Gegenspielerin aushalten. Wir freuen uns auf spektakuläre Zweikämpfe bei den Winterspielen in Mailand-Cortina 2026.







© Tajjat – stock.adobe.com

AUS DER REGION NACH MAILAND/CORTINA

*Nur noch wenige Wochen bis zur Eröffnungsfeier der Winterspiele in Mailand/Cortina am 6. Februar 2026 – und die Metropolregion Rhein-Neckar fiebert mit den Athlet*innen, die am Olympiastützpunkt betreut werden und bis zum 18. Januar auf dem Eis und der Buckelpiste um ihr Olympia-Tickets kämpfen.*

DOPPELBELASTUNG STATT PROFI-LUXUS

Die Eishockeyspielerinnen der **Mad Dogs Mannheim – Tabea Botthof, Lucia und Tara Schmitz sowie Martina Schrick** – haben Mailand/Cortina fest im Blick. Im Herbst zogen alle vier das Trainingspensum nochmals hoch. »Aktuell trainieren wir zusätzlich zu unseren normalen Einheiten noch bei den Jungadlern mit«, berichtet Verteidigerin Martina Schrick, die Jüngste im Quartett. Die Eishockeyspielerinnen sind keine Vollprofis. »Bei uns studieren die meisten oder machen eine Ausbildung oder arbeiten nebenher«, erklärt Tabea Botthof, die ein Medizinstudium an der Universität Heidelberg mit Eishockey auf Top-Niveau verbindet. Tara und Lucia Schmitz gehören zur Sportfördergruppe der Bundeswehr. »Damit können wir den Fokus natürlich besonders auf den Sport legen, das ist schon sehr hilfreich«, meint Tara, die nach ihrem Lehramtsstudium nebenbei auch als Lehrerin an der Sandhofen Realschule unterrichtet.

Ein wichtiger Härte-test war der Deutschland Cup Anfang November, den der Deutsche Eishockey-Bund als Baustein für die Vorbereitung auf 2026 ausgerufen hatte. Lucia und Tara Schmitz sowie Tabea Botthof standen in allen drei Spielen auf dem Eis. Tabea machte mit einem wichtigen Tor gegen die Slowakei noch einmal extra auf sich aufmerksam.

EISHOCKEY SPIELPLAN DAMEN (GRUPPE B)

Angaben ohne Gewähr

DO. 05.02.2026, 12:10 Uhr	Schweden – Deutschland	Milano Rho
SA. 07.02.2026, 12:10 Uhr	Deutschland – Japan	Milano Rho
MO. 09.02.2026, 16:40 Uhr	Deutschland – Frankreich	Milano Rho
DI. 10.02.2026, 16:40 Uhr	Italien – Deutschland	Milano Rho
MO. 16.02.2026 - 16:40 / 21:10 Uhr	Halbfinale	Milano Santagiulia
DO. 19.02.2026 - 14:40 Uhr	Spiel um Bronze	Milano Santagiulia
DO. 19.02.2026 - 19:10 Uhr	Finale	Milano Santagiulia



Tabea Botthof

Lucia Schmitz

Tara Schmitz

Martina Schrick

EISHOCKEY SPIELPLAN HERREN (GRUPPE C)

DO. 12.02.2026, 21:10 Uhr	Deutschland – Dänemark	Angaben ohne Gewähr
SA. 14.02.2026, 12:10 Uhr	Deutschland – Lettland	Milano Rho
SO. 15.02.2026, 21:10 Uhr	USA – Deutschland	Milano Rho
DI. 17.02.2026, 12:10 / 16:40 / 21:10 Uhr	PlayOffs	Milano Santiagiulia
MI. 18.02.2026, 12:10 / 16:40 / 18:10 / 21:10 Uhr	Viertelfinals	Milano Sant. & Rho
FR. 20.02.2026, 16:40 Uhr	Halbfinale	Milano Sant. & Rho
FR. 20.02.2026, 21:10 Uhr	Halbfinale	Milano Santiagiulia
SA. 21.02.2026, 20:40 Uhr	Spiel um Bronze	Milano Santiagiulia
SO. 22.02.2026, 14:10 Uhr	Finale	Milano Santiagiulia

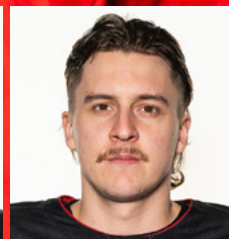
GROSSE KONKURRENZ BEI DEN PROFIS

Gute Argumente in Richtung Olympia lieferten beim Deutschland Cup auch die **Adler-Spieler Maximilian Franzreb, Leon Gawanke, Lukas Kälble, Marc Michaelis, Yannick Proske und Justin Schütz.** Maximilian hielt als Goalie alles, was bei seinem Einsatz gegen die Slowakei auf seinen Kasten zukam. Mit jeweils einem Tor und drei Einsätzen zeigten Lukas und Marc eine starke Leistung.

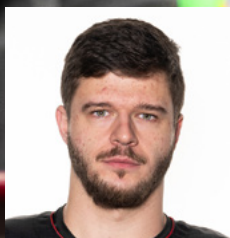
Bundestrainer Harold Kreis schickte zudem ein klares Signal an die Mannheimer Vereinskameraden **Tom Kühnhackl und Alexander Ehl:** »Sie waren verletzungsbedingt nicht beim Deutschland Cup. Das hat aber keine negativen Auswirkungen auf eine mögliche Nominierung für das Olympia-Team«, betonte Kreis auf Nachfrage – und dies, obwohl er mit allen NHL-Stars aus dem Vollen schöpfen kann, was den Druck auf alle Profis nochmals erhöht.



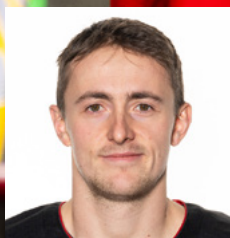
Maximilian Franzreb



Leon Gawanke



Lukas Kälble



Marc Michaelis



Yannick Proske



Justin Schütz



Tom Kühnhackl



Alexander Ehl



© Tajat – stock.adobe.com



© Arndt Falter

BUCKELPISTE ZEITPLAN

Angaben ohne Gewähr

DI. 10.02.2026, 11:15 Uhr	Freestyle Skiing Qualifikation #1 Herren Moguls	Livigno
DI. 10.02.2026, 14:15 Uhr	Freestyle Skiing Qualifikation #1 Damen Moguls	Livigno
MI. 11.02.2026, 11:00 Uhr	Freestyle Skiing Qualifikation #2 Damen Moguls	Livigno
MI. 11.02.2026, 14:15 Uhr	Freestyle Skiing Finale Damen Moguls	Livigno
DO. 12.02.2026, 10:00 Uhr	Freestyle Skiing Qualifikation #2 Herren Moguls	Livigno
DO. 12.02.2026, 12:00 Uhr	Freestyle Skiing Finale Herren Moguls	Livigno
SA. 14.02.2026, 10:30 Uhr	Freestyle Skiing Finale Damen Dual Moguls	Livigno
SO. 15.02.2026, 10:30 Uhr	Freestyle Skiing Finale Herren Dual Moguls	Livigno

BUCKELPISTEN-ASSE AUS WIESLOCH

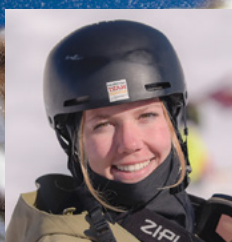
Weniger Ermessensspielraum, aber ebenso viel Druck erleben die Freestyler*innen des Ski-Club Wiesloch. Die Ski-Freestyler*innen **Hanna und Nicolas Weese** sowie **Annika und Linus Merz** müssen klare Normen erfüllen. »Für die nationale Qualifikation brauchen wir zwei Top-15-Ergebnisse oder einmal einen Platz unter den Top Acht im Weltcup«, brachte es die 21-jährige Annika auf den Punkt. Parallel läuft international die Vorgabe, im Gesamt-Weltcup-Ranking unter den besten 30 zu sein, um sich die Quotenplätze zu sichern.

Bis zu ihrem verletzungsbedingten Ausfall im Januar diesen Jahres war Hanna Weese in Topform und fuhr noch im Dezember 2024 bei allen Weltcups ins Finale – also unter die besten 16. Gelingt ihr das im Qualifikationszeitraum bis zum 18. Januar 2026 erneut, wäre das Ticket nach Mailand zum Greifen nah. Bruder Nicolas blickt mit gemischten Gefühlen auf den Weg nach Olympia: »Richtig schwierig ist, dass viele Wettkämpfe abgesagt wurden. Dadurch haben wir weniger Möglichkeiten, die für die Qualifizierung notwendigen Platzierungen zu erreichen.« Beim Testevent in Livigno in diesem Frühjahr belegte er in der Disziplin Dual Moguls Platz 21. Annika Merz wurde 22. im Einzel. Bruder Linus mischt ebenfalls im Moguls-Zirkus mit. Generell sind die Qualifikationschancen für das badische Quartett höher als 2022, da 2026 das Programm um die Duals erweitert wurde.

Der Saisonstart 2025/26 bei den FIS Open ist allen vier Starter*innen am ersten November-Wochenende im österreichischen Hintertux bestens gelungen. Mit einem dritten Platz im Einzel kletterte Hanna sogar aufs Podium. Ihr Bruder Nicolas (4. Platz) und die Trainingspartner*innen Linus (5.) und Annika Merz (7.) rundeten das Ergebnis mit starken Top-Ten-Platzierungen ab. »Wir hatten auf jeden Fall ein erfolgreiches Wochenende und konnten uns als Team gut präsentieren«, freute sich die Medaillengewinnerin. Gleichzeitig sammelten sie wichtige Punkte für die Vergabe der bevorstehenden Weltcup-Startplätze.

DER MANN HINTER DEN SNOWBOARD-STARS

Einer aus der Region hat dagegen schon sein Olympiaticket sicher: **Prof. Michael Hölz**. Seit rund 14 Jahren steht er an der Spitze von Snowboard Germany e.V. und war bereits fünf Mal als Präsident bei Olympischen Winterspielen im Einsatz. »Eigentlich hätte ich schon sechs erlebt, aber die Corona-Spiele in Peking habe ich zugunsten des Teams ausgelassen. Dadurch konnte damals ein Techniker mehr mitreisen«, berichtet Hölz, der in Italien vor allem das Team im Cluster Livigno unterstützen wird, wo auch die Buckelpisten-Disziplinen stattfinden werden. Außerdem will er die Spiele nutzen, um sich mit IOC, FIS, mit anderen Verbandspräsidenten sowie Delegationen aus Politik, Bundeswehr und Polizei zu vernetzen. Für ihn wären die Spiele ein Erfolg, »wenn Deutschland als Wintersportnation in der Nationenwertung wieder einen Platz unter den ersten Drei erreicht«.



Hanna Weese



Nicolas Weese



Annika Merz



Linus Merz



Prof. Michael Hölz



Lohnt sich.

Grünzeugs lieben lohnt sich.

Bis 2030 wird Lidl über alle Länder hinweg den anteiligen Verkauf von pflanzlichen Lebensmitteln* im Vergleich zu 2023 um 20 Prozent steigern.

*Zum Beispiel pflanzliche Proteinquellen, Vollkornprodukte, Obst und Gemüse • **Filial-Angebote:** Lidl Dienstleistung GmbH & Co. KG, Bonfelder Str. 2, 74206 Bad Wimpfen
Namen und Anschrift der regional tätigen Unternehmen unter www.lidl.de/filialsuche oder 030 2200 5500 • Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-ÖKO-006.

DAS TEAM L.A. VOR ORT

Das Team L.A. steht für Leistung, aber auch für Werte wie Gemeinschaft, Verantwortung und Vielfalt. Das wollen wir auch bei Events in der Region zeigen. Denn Sport schafft Begegnungen, die nachhaltig im Gedächtnis bleiben, ob auf dem Wasser, in der Halle, im Stadion oder bei sozialen Projekten.



SPORTLICHER HEIDELBERGER HERBST

Das Team L.A. nahm die Einladung der Stadt Heidelberg, mit einem Stand beim Heidelberger Herbst vertreten zu sein, sehr gerne an. Mit Schwimmerin Lena Ludwig, aktuelle Junioren-Europameisterin und Vize-Weltmeisterin, dem Rugby-Nachwuchsnationalspieler Till Zimmer sowie dem Gewichtheber in der Klasse Schwergewicht Enzo Kuworge waren Ausnahmeathlet*innen für die Heidelberger Bürger*innen zum Greifen nah. »Wir sind gerne Vorbild und freuen uns, wenn wir damit Kindern den Spaß am Sport ebenso vermitteln wie die Freude beim Erreichen von Zielen«, so Lena Ludwig, die seit mehreren Jahren im Sportinternat am Olympiastützpunkt lebt und am Bundesstützpunkt trainiert. Auch für Till Zimmer, der aufgrund einer Verletzung die U18-EM in diesem Jahr leider verpasst hat, war die Stand-Aktion eine willkommene Abwechslung. Gemeinsam mit dem gebürtigen Niederländer Enzo Kuworge, der sich in Leimen auf die kommenden Olympischen Spiele vorbereitet, schrieb er geduldig Autogramme und kam mit den Standbesuchern in Kontakt.



RUDERN GEGEN KREBS

Die Benefiz-Regatta »Rudern gegen Krebs« bringt Menschen aus Sport, Medizin und Gesellschaft zusammen, um Bewegungsprogramme für Krebspatient*innen zu fördern. Paralympics Bronzemedailien-Gewinner Lennart Sass weiß aus eigener Erfahrung, dass Erfolg im Leben nicht alles ist. Nach seinem Sehverlust gab ihm das Judo-Training Halt; gerade deshalb stellt sich Lennart auch bei der Benefiz-Regatta »Rudern gegen Krebs« in den Dienst des Team L.A., um die Charity-Idee zu unterstützen. Gemeinsam mit Schwimm-Olympiateilnehmer Josha Salchow fand



er auf der Bühne die passenden Worte, um die Menschen zum Spenden zu motivieren.



SPORTPAVILLON AM BISMARCKPLATZ

Der Sportpavillon am Bismarckplatz in Heidelberg steht für das, was dem Team L.A. wichtig ist: Sport als Teil der Gesellschaft, als Teil der Stadt, offen für alle, bunt und vielfältig. Hier begegnen sich Spitzenleistung und Breitensport, Fans und Athlet*innen, Neugier und Begeisterung. »Wir zeigen, dass Sport nicht nur auf dem Spielfeld stattfindet, sondern überall dort zum Thema wird, wo Menschen sich bewegen, begegnen und zusammenkommen. Wir freuen uns, als



Olympiastützpunkt der Metropolregion Rhein-Neckar mit dem Team L.A. Teil dieses einzigartigen Projekts zu sein«, so Gert Bartmann, Vorstand OSP Athletenförderung e. V.





www.swhd.de

für dich

› heidelberg
VEREINT

JETZT
HERZENSVEREIN
UNTERSTÜTZEN!



100%
Ökostrom



**Unser Beitrag für deinen Verein,
dein Beitrag für die Umwelt.**

Jetzt Ökostromkunde bei den Stadtwerken
werden und lokalen Lieblingsverein mit
50 Euro unterstützen. Alle Infos gibt's unter
www.swhd.de/heidelberg-vereint

**stadtwerke
heidelberg**

GELEBTE PARTNERSCHAFT

Wo Sport auf Wirtschaft trifft, entstehen neue Perspektiven. Unsere Events sind Plattform für Austausch, Inspiration und Begeisterung. Hier treffen Athlet*innen, Trainer*innen, Funktionäre, Unternehmen und Förderer aufeinander. Sie erleben, was entsteht, wenn Sport über seine Grenzen hinaus Impulse setzt und Erfolg am größten ist, wenn er gemeinsam gestaltet wird.



NACH PARIS IST VOR LOS ANGELES

Mit der Kick-Off-Veranstaltung fiel der offizielle Startschuss für den neuen Olympiazzyklus Team Los Angeles. Gemeinsam mit aktuellen und ehemaligen Athlet*innen, Trainer*innen, Funktionär*innen, Mitarbeiter*innen, Förderern und Medienvertretern wurde der Weg bis 2028 aufgezeigt – mit Etappen wie den Winterspielen, den Deaflympics sowie Europa- und Weltmeisterschaften der olympischen und paralympischen Sportarten. Im Fokus steht der Gemeinschaftsgedanke:

»Der Zyklus lebt von Momenten wie diesen. Die Olympischen Spiele sind der Höhepunkt, aber entscheidend ist die gemeinsame Reise dorthin. Wir werden solche Begegnungen noch häufiger schaffen, die von der aktiven Teilnahme aller leben.«

OSP-Leiter Daniel Strigel

SPARKASSE HEIDELBERG AM EUROPAPLATZ ANGEKOMMEN

Den Umzug hat die Sparkasse Heidelberg gemeistert und mit der zentralen Lage am Europaplatz einen echten Pluspunkt für alle Kund*innen geschaffen. Zur Eröffnung fanden auch viele Kids, Jugendliche und Sportfans den Weg dorthin, die sich die persönliche Begegnung mit den beiden Team L.A. Athleten Gonzalo Peillat (Hockey, 2. v. re.) und David Späth (Handball, 2. v. li.) nicht entgehen lassen wollten.



»Es hat riesigen Spaß gemacht und es ist schön zu sehen, wie vielen Kindern wir nur mit einem persönlichen Autogramm ein Lächeln ins Gesicht zaubern durften.«

Gonzalo Peillat, Hockey-Europameister



AUSZEICHNUNG ALS ELITESCHÜLERIN DES SPORTS

Bei einer feierlichen Veranstaltung wurde Lena Ludwig für ihre herausragenden sportlichen und schulischen Leistungen als Eliteschülerin des Sports 2024 ausgezeichnet. Die talentierte Schwimmerin ist Mitglied im Perspektivteam des Teams L.A. MRN und beeindruckt durch Engagement, Zielstrebigkeit sowie Teamgeist – im Wasser und im Alltag. Gemeinsam mit Vertreter*innen der Schule, dem Olympiastützpunkt Rhein-Neckar und seinem Premium-Partner Sparkasse Heidelberg wurde Lenas Erfolg als Beispiel gelebter dualer Karriere gewürdigt. Diese Ehrung zeigt, wie partnerschaftliche Förderung junge Athlet*innen stärkt und den Weg zu Spitzenleistungen ebnet.





»Das Gehirn ist das zentrale Organ. Wir beantworten Fragen, wie Bewegung im Gehirn entsteht oder, wie mit Gehirntaining die eigene Leistung und Gesundheit beeinflusst und die Akkus wieder vollgeladen werden können.«

Tilla Armstrong, OSP Rhein-Neckar

RETHINK ORGANISATION – OPEX FORUM VERBINDET SPITZENSport UND WIRTSCHAFT

Die 9. Ausgabe des OpEx Forums, veranstaltet durch Conor Troy, stand ganz im Zeichen von Leadership, Change und starken Impulsen aus dem Spitzensport – drei Perspektiven, die in der heutigen Transformationslandschaft enger miteinander verbunden sind als je zuvor. Bei Fachvorträgen, Interaktion und persönlichem Austausch wurden strategische Ziele ebenso diskutiert wie praktische Lösungsansätze. Patrick Groetzki, Spieler und Kapitän des Handball-Bundesligisten Rhein-Neckar Löwen und ehemaliger Athlet des Teams MRN, war als Podiumsgast geladen:



»Eine klare Rollenverteilung, offene Kommunikation und Fehlerkultur sowie die Konzentration auf das gemeinsame Ziel schaffen Vertrauen. Das sind Erfolgsfaktoren, die im Sport wie auch in der Wirtschaft gleichermaßen bedeutend sind.«

Patrick Groetzki, Rhein-Neckar Löwen

CAPRI SUN – MEHR ALS EIN ERFRISCHENDES GETRÄNK



Leistung und Regeneration sind der Schlüssel für nachhaltigen Erfolg – im Sport wie im Berufsleben. Im Gespräch mit den Mitarbeiter*innen von Capri-Sun zeigte sich deutlich, dass zwischen dem Team L.A. und der Vertriebstätigkeit im Unternehmen viele Parallelen festzustellen sind: Themen wie Motivation, Team-Dynamik und Belastungs-Management nehmen in beiden Bereichen eine wichtige Rolle ein. Das eigene Mindset, aber auch die Steuerung durch die Führungskraft tragen dabei wesentlich zur Zielerreichung bei.

»TRAIN YOUR BRAIN« – MIT DER AOK ALS FÖRDERER

Beim Mitarbeiter-Event der AOK Rhein-Neckar-Odenwald drehte sich alles um die Themen Gesundheit und Nachhaltigkeit. Tilla Armstrong, die am OSP Rhein-Neckar im Fachbereich »Neurozentriertes Training und Therapie« arbeitet und schon zahlreichen Athlet*innen zu Höchstleistungen verholfen hat, zeigte Tricks und Kniffe, wie das Gehirn schnell und effektiv angesteuert wird.

srh

SRH Fachschulen

**Ausbildung
gesucht?
Hier beginnt
deine
Mission
Mensch!**

**Du bist noch unentschlossen?
Kein Problem.**

**Bei uns hast Du die Möglichkeit
einen Tag lang in die Ausbildung
deiner Wahl hineinzuschnuppern,
den Unterricht, sowie unsere
Schüler:innen und Dozent:innen
zu erleben!**

**Vereinbare direkt einen
individuellen Termin
zum Schnuppern.**



www.srh-fachschulen.de

RÜCKBLICK

HANDBALL WM

14. Januar bis
2. Februar
Kroatien/Dänemark/
Norwegen
8. Platz
David Späth

HOCKEY HALLEN-WM

3.–9. Februar
Porec/Kroatien
1. Platz
Jakob Brilla,
Ben Hasbach,
Nicolas Proske;
2. Platz
Ines Wanner

LEICHTATHLETIK HALLEN-EM

6.–9. März
Apeldoorn/Niederlande
2. Platz Kugelstoßen
Yemisi Ogunleye;
3. Platz Weitsprung
Malaika Mihambo;
8. Platz Weitsprung
Mikaelle Assani;
9. Platz Stabhochsprung
Oleg Zernikel



© M. Germann

RINGEN U23-EM

8.–14. März
Tirana/Albanien
5. Platz bis 74 kg, Freistil
Manuel Wagin

BOXEN WM

9.–16. März
Niš/Serbien
5. Platz
Leonie Müller;
17. Platz
Magomed
Schachidov

Das Jahr »nach Olympia« ist in der Regel die Phase, in der die Sportler*innen etwas durchatmen können. Trainingsinhalte und Team-Zusammenstellungen werden angepasst, um die Zeit bis zu den nächsten Olympischen Spielen optimal zu nutzen. Für den Nachwuchs ist es hingegen die ideale Gelegenheit, auf sich aufmerksam zu machen und sich frühzeitig in Stellung zu bringen. Umso mehr freut es uns, dass sich bereits in diesem Jahr sowohl etablierte Athlet*innen aus der Region als auch vielversprechende Newcomer*innen in die internationalen Siegerlisten eintragen konnten.

Die Daten wurden bis Redaktionsschluss erfasst.

GEWICHTHEBEN EM

13.–21. April
Chisinau/Moldawien
3. Platz bis 73 kg
Roberto Gutu
5. Platz bis 71 kg
Lisa Marie Schweizer



EISHOCKEY WM

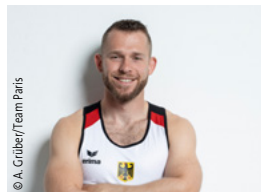
9.–25. Mai
Schweden/Dänemark
9. Platz
Alexander Ehl,
Lukas Kälble,
Marc Michaelis,
Justin Schütz,
Arno Tiefensee

RUDERN WM

29. Mai bis 1. Juni
Plovdiv/Bulgarien
2. Platz Doppelvierer
Lisa Gutfleisch

KANURENNSPORT EM

19.–22. Juni
Racice/Tschechien
1. Platz K2 500 m
Max Lemke;
4. Platz K4 500 m
Max Lemke



© A. Gruber/Team Paris

LEICHTATHLETIK TEAM-EM

26.–29. Juni
Madrid/Spainien
3. Platz
Owen Ansah,
Lucas Ansah-Peprah,
Simon Batz,
Ricarda Lobe,
Malaika Mihambo,
Yemisi Ogunleye

RINGEN EM

7.–13. April
Bratislava/Slowakei
2. Platz bis 97 kg, Greco
Lucas Lazogianis;
3. Platz bis 130 kg, Greco
Jello Krahmer;
5. Platz bis 57 kg, Freistil
Niklas Stechele

PARA-JUDO WM

13.–15. Mai
Astana/Kasachstan
3. Platz J2 bis 90 kg
Daniel Goral

TURNEN EM

26.–31. Mai
Leipzig
2. Platz
Team-Mehrkampf
Janoah Müller,
Silja Stöhr

HANDBALL U21-WM

18.–29. Juni
Polen
5. Platz
Magnus Grupe,
Felix Göttler,
David Moré

KANUWILDWASSER EM

4.–8. Juni
Mezzana/Italien
6. Platz K1
Marcel Blum

SCHWIMMEN JUNIOREN-EM

1.–6. Juli
Šamorín/Slowakei
1. Platz 200 m Brust
Lena Ludwig;
2. Platz 100 m Brust
Lena Ludwig;
2. Platz 4x100m Lagen
Noelle Benkler
Lena Ludwig;
2. Platz 200 m/400 m Lagen
Noelle Benkler;
3. Platz 4x100 m Freistil
Svenja Götting;
5. Platz 200 m Brust
Hannah Schneider

BASKETBALL

U16-EM

5.–13. Juli
La Palma/
Spanien
3. Platz
Carla Koch,
Leonie Pfanzelt,
Leni Schramm-
Bünning

SCHWIMMEN WM

11. Juli bis 3. August
Singapur
8. Platz 400 m Freistil
Maya Werner;
10. Platz 4x100 m
Freistil
Luca Nik Armbruster,
Josha Salchow;
11. Platz 100 m Freistil
Josha Salchow;
27. Platz 100 m
Schmetterling
Luca Nik Armbruster;
29. Platz 100 m
Schmetterling
Josha Salchow

LEICHTATHLETIK U20-EM

7.–10. August
Tampere/Finnland
6. Platz Dreisprung
Peter Osazee

HOCKEY EM

8.–17. August
Mönchengladbach
1. Platz
Raphael Hartkopf,
Teo Hinrichs,
Erik Kleinlein,
Gonzalo Peillat,
Alexander Stadler,
Justus Weigand;
2. Platz
Ines Wanner,
Sonja Zimmer-
mann

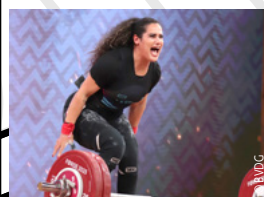


RUDERN WM

21.–28. September
Shanghai/China
3. Platz Doppelvierer
Lisa Gutfleisch

GEWICHTHEBEN WM

2.–11. Oktober
Førde/Norwegen
8. Platz bis 77 kg,
Zweikampf
Yakta Jamali Galeh;
17. Platz bis 77 kg,
Zweikampf
Lara Dancz



RINGEN U23-WM

20.–27. Oktober
Novi Sad/Serbien
3. Platz bis 74 kg,
Freistil
Manuel Wagin;
17. Platz bis 60kg,
Greco
Georgios Scarpello

TURNEN WM

19.–25. Oktober
Jakarta /
Indonesien
21. Platz
Silja Stöhr



KANURENNSPORT U-18 & U23-EM

3.–6. Juli
Pitesti/Rumänien
3. Platz K4 500 m U23
Jette Brucker;
9. Platz C1 1.000 m U23
Tim Bechtold;
7. Platz K4 500 m U18
10. Platz K1 500 m U18
Rebecca Hirsch;
2. Platz K2 1.000 m U23
Hanno Wortmann

FUSSBALL EM

2.–27. Juli
Halbfinalteilnahme
Selina Cerci

RINGEN U20-EM

30. Juni – 6. Juli
Caorle/Italien
1. Platz bis 74 kg, Freistil
Manuel Wagin

HOCKEY U18-EM

13.–19. Juli
Lille/Frankreich
1. Platz
Mathis Koppenhöfer,
Carl von Strantz

KANURENNSPORT U23-WM

23.–27. Juli
Montemor-o-Velho/
Portugal
4. Platz C1 1.000 m
Tim Bechtold;
5. Platz K4 500 m
Jette Brucker

RUDERN U23-WM

23.–27. Juli
Posen/Polen
2. Platz Doppelvierer
Paula Lutz

LEICHTATHLETIK U23-EM

17.–20. Juli
Bergen/Norwegen
6. Platz Dreisprung
Ruth Hildebrand;
15. Platz 100 m
Sina Kammerschmidt;
16. Platz 400 m Hürden
Maximilian Köhler

LEICHTATHLETIK BERLIN-MARATHON

21. September
Berlin
6. Platz, 2:22:17 std
Fabienne Königstein

RINGEN WM

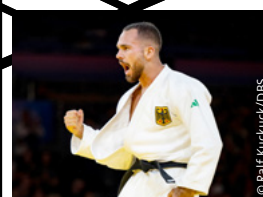
13.–21. September
Zagreb/Kroatien
8. Platz bis 130 kg Greco
Jello Krahmer;
8. Platz bis 97 kg Greco
Lucas Lazogianis

KANURENNSPORT WM

20.–24. August
Mailand/Italien
3. Platz K2 500 m,
4. Platz K4 500 m
Max Lemke

SCHWIMMEN JUNIOREN-WM

19.–24. August
Bukarest/Rumänien
2. Platz 100 m & 200 m Brust
Lena Ludwig;
5. Platz 400 m Lagen
Noelle Benkler



PARA-JUDO EM

18.–20. September
Tiflis/Georgien
1. Platz J1 bis 81 kg;
Lennart Sass
3. Platz J2 bis 90 kg
Daniel Goral

HANDBALL U17-WM

24. Oktober bis
1. November
Casablanca/
Marokko
1. Platz
Can Akkoc,
Levin Droll,
Tim Lohr

LEICHTATHLETIK WM

13.–21. September
Tokio/Japan
2. Platz Weitsprung
Malaika Mihambo;
5. Platz 4x100 m
Owen Ansah,
Lucas Ansah-Pepurah;
6. Platz Kugelstoßen
Yemisi Ogundele;
17. Platz Weitsprung
Simon Batz;
23. Platz Stabhochsprung
Oleg Zernikel;
38. Platz 200 m
Jessica-Bianca Wessolly

GEWICHTHEBEN JUNIOREN- & U23-EM

28. Oktober bis
4. November
Durrës/Albanien
2. Platz bis 58 kg
U23 Annika Pilz;
4. Platz bis 86 kg
U23 Sara Bechter;
8. Platz bis 48 kg
Junioren
Amelie Breuer;
9. Platz bis 69 kg
U23
Nathalie
Rettenberger

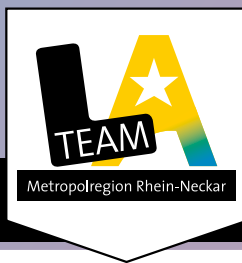
WE WISH YOU A MERRY CHRISTMAS

Mit diesem kleinen persönlichen Weihnachtsgruß unserer Athlet*innen und Mitarbeiter*innen möchten wir allen ein Stück Team-Spirit schenken. Wir sagen zum Jahresende DANKE für Ihr und Euer Interesse, die große Unterstützung und gemeinsame Momente. Wir freuen uns eine weiterhin so gute Zusammenarbeit im nächsten Jahr!



Hier geht's zu den
Weihnachtvideos





TEAM LOS ANGELES METROPOLREGION RHEIN-NECKAR

Premium-Partner



Förderer



Ausrüster, Förderer, gesellschaftliche Partner und Medien-Partner



Eine Region, ein Team, ein Ziel: **Olympia 2028**«

Max Lemke



Mit dem **AOK-Bonusprogramm** überall fürs Fitbleiben belohnt werden: **immer-was-du-brauchst.de**

GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

Jetzt
zu Top-
Leistungen
wechseln!

Immer die
AOK, die du
brauchst.





Kostenlose Nachhilfe mit ubiMaster

**Hol dir jetzt unkomplizierte
Lernunterstützung direkt
nach Hause – an sieben Tagen
die Woche.**

Mit ubiMaster bekommst du Nachhilfe
für alle Schulformen in Mathe, Physik,
Deutsch, Englisch und Chemie.
Qualifizierte Lehrkräfte begleiten dich
per Chat und Video.

**Für alle
mit einem
Zukunfts-
konto**



**Sparkasse
Heidelberg**



Jetzt anmelden!



www.sparkasse-heidelberg.de/ubimaster