

## **Gemeinsam aktiv: Das inklusive Sportfest des Blindenhilfswerks Berlin e.V.**

Am Samstag, den 29. Juni 2024, verwandelte sich die Rothenburgstraße 15 in Berlin-Steglitz über mehrere Stunden in eine lebendige Oase für Sportbegeisterte, Sportinteressierte und Abenteuerlustige. Erstmals veranstaltete das Blindenhilfswerk Berlin e.V. ein „Inklusives Sportfest“ mit dem Schwerpunkt Seheinschränkung. Mit einer Vielzahl an Aktivitäten, sowohl für blinde und sehbehinderte, als auch für sehende Menschen, wurde das Gelände im Bezirk Steglitz zu einem Ort des gemeinsamen Sports. Das sonnige Wetter und die freundliche Atmosphäre schufen den perfekten Rahmen für ein einzigartiges Event.

Bereits beim Betreten des Geländes war vielen Besuchenden die Vorfreude auf die vielen Sportangebote anzumerken und Neugierde in den Gesichtern abzulesen. Erste Informationen und eine kostenlose Augenmaske konnten sich Interessierte gleich am Empfangs- und Info-Stand abholen. Am nahegelegenen Info-Point erhielten Menschen mit einer Seheinschränkung Auskünfte zu den Gegebenheiten und Aktivitäten auf dem Gelände und die Möglichkeit, sich von den zahlreichen Ehrenamtlichen auf dem Gelände begleiten zu lassen.

Am Stand des Landessportbundes Berlin e.V. stellten Interessierte Fragen zum Thema „inklusive Sporttreiben“, während nebenan das Blindenhilfswerk Berlin zu allen Aktivitäten auf dem Fest informierte. Gemeinsam zeigen, dass jeder Mensch - unabhängig seiner individuellen Voraussetzungen und Fähigkeiten selbstbestimmt und gleichberechtigt am Sport teilhaben kann und ihn aktiv mitgestaltet – das war das Motto des Tages.

Auf der Rasenfläche des Festplatzes mit seiner 150 Meter-Laufbahn bot sich für Groß und Klein ein reichhaltiges Sportangebot, das unterschiedlichste Sinne und Fähigkeiten ansprach: Bogenschießen, Showdown, Kistenklettern, Fechten, Yoga, Blindenfußball, Tandem fahren, Tanz, Biathlon-Schießen und physiotherapeutische Anleitungen für Übungen für zuhause – all das konnte kostenlos mit oder ohne Augenmaske ausprobiert werden.

Bogenschießen mag auf den ersten Blick als Sportart erscheinen, die nur von Sehenden ausgeübt werden kann, da das Zielen visuell erfolgt. Doch der Bogensportclub BB-Berlin e.V. bewies mit seinem Engagement und mit viel Einfühlungsvermögen eindrucksvoll das Gegenteil. Mit einem Stativ wurden Teilnehmende hier an die richtige Schussbahn herangeführt. Beim Ziehen der Bogensehne das Gleichgewicht zu halten, war gar nicht so einfach, denn es erforderte Kraft und Koordination. Umso größer war die Freude, wenn dies mit einem Treffer gelang.

Können blinde und sehbehinderte Menschen fechten? Die Antwort gab der Deutsche Fechter-Bund e.V., der mit speziell gepolsterten Sportgeräten erste Grundübungen vermittelte. Karsten Häscher und sein Team zeigten zudem die umfangreiche Sportausrüstung, die beim Fechten benötigt wird. Solch einen echten Säbel anzufassen und eine Maske für das Gesicht zu berühren und zu ertasten, das war schon etwas Besonderes.

Das Showdown-Spiel, eine spannende Tischball-Variante für blinde und sehbehinderte Menschen, war für einige Teilnehmende eine eher unbekanntere Sportart und somit ein weiterer Höhepunkt des Tages. Die Verantwortlichen des Berliner Blinden- und Sehbehindertensportvereins von 1928 e.V. wiesen alle Interessierten mit viel Leidenschaft in das Spiel ein. Die Spielenden traten in einem intensiven Duell gegeneinander an, bei dem es darum ging, den Ball flach unter einer Mittelbande hindurch ins gegnerische Tor zu befördern. Das Klappern des Balls und die konzentrierten Gesichter aller Beteiligten verdeutlichten, wie viel Geschick und Aufmerksamkeit dieses Spiel erfordert.

Gut zu hören waren die Rufe der mit Augenmaske ausgestatteten Fußballspielenden, die auf dem großen Fußballfeld der Brandenburgischen Sportjugend im LSB Brandenburg e. V. so manchen Ball per Zuruf ins Tor kickten. Die beiden Spieler der Blindenfußballmannschaft von Hertha BSC, Martin von Herrmann sowie Lars Stetten, zeigten so manchen Trick und bewiesen, wie dynamisch, spannend und herausfordernd Blindenfußball ist.

Beim Biathlon-Schießen wurde es bei den Teilnehmenden ganz still, weil die Konzentration auf einem Audiosignal lag, das über einen Kopfhörer die Treffergenauigkeit auf dem Ziel signalisierte. Ein gutes Gehör und eine ruhige Hand waren hier gefragt – belohnt wurde dies mit dem Leuchten der kleinen grünen Scheibe bei einem Treffer und dem Strahlen der Beteiligten.

„Es gibt ja auch Tandem fahren“, tönte es begeistert aus dem Mund eines Jungen. Denn auch der Verein Tandem-Hilfen e.V. lud ein, gemeinsam auf einem Rad den Fahrradparcours zu erkunden und das Erlebnis des gemeinsamen Fahrens zu genießen. Für manch einen Besuchenden war es die erste Tandemfahrt oder auch die erste Fahrradfahrt. Die Tandempiloten nahmen jede Herausforderung an, meisterten jede Situation und entfachten in kürzester Zeit eine Begeisterung für das Zweirad.

Kai Dombrowski ließ die Gäste zum Takt der Musik bouncen und zeigte einmal mehr, dass Tanz eine universelle Sprache ist, die Menschen unabhängig ihrer Fähigkeiten verbindet. Alle Tanzbegeisterten ließen sich durch die klaren Anleitungen zum Bewegen animieren – und das bei überaus warmen Temperaturen.

Die Überwindung schwindelerregender Höhen beim Kistenklettern des Lücke-Veranstaltungsservice war vor allem bei den jungen Teilnehmenden sehr beliebt. Einen Kasten auf den anderen zu setzen, das Gleichgewicht zu halten, während man nichts sieht – das war schon eine große Herausforderung. Umso mehr war der Stolz in den vielen Gesichtern zu lesen, wenn dies mit vielen Kisten gelang.

Im Zelt führte die Yogalehrerin Elke Rohmer die Teilnehmenden in die Welt der Entspannung und Achtsamkeit ein. Bei den vielen Sportmöglichkeiten auf dem Gelände war das eine ideale Abwechslung, sich für ein paar Minuten auf sich selbst zu konzentrieren.

Nebenan zeigte Monika Kuhnert vom Blindenhilfswerk Berlin ganz individuell, wie kleine Gymnastikübungen im Alltag zu mehr Wohlbefinden führen können, ob mit oder ohne Einschränkung.

Besondere Aufmerksamkeit zog auch der „Stadtteil der Sinne“ auf dem Gelände des Blindenhilfswerks Berlin e.V. auf sich. Der Parcours simuliert eine urbane Umgebung mit verschiedenen Bodenbelägen, Brücken, Leitlinien und Geräuschen. Die Teilnehmenden erlebten nach einer kurzen Einweisung hautnah, wie es ist, sich ausschließlich anhand akustischer und taktiler Hinweise auf unbekanntem Terrain zurechtzufinden.

Die Mobilitätslehrerin Michaela Franke erläuterte zwischenzeitlich, wie Leitlinien den Alltag für blinde und sehbehinderte Menschen erleichtern und wie der Führstock angewendet wird. Zu S-Bahn-Geräuschen und anderen Sounds im Stadtteil der Sinne informierte Martin Hachmann und untermauerte so, warum der Stadtteil das Thema Seheinschränkung auch auditiv so erfahrbar macht.

Was wäre eine Veranstaltung ohne das Engagement der vielen Ehrenamtlichen und Beteiligten, die für einen reibungslosen Ablauf sorgten und sich der Menschen annahmen, die Unterstützung benötigten. Vielen Dank an alle, die zum Gelingen des Festes beigetragen haben.

Das inklusive Sportfest auf dem Gelände des Blindenhilfswerks Berlin e.V. zog Menschen jeden Alters an – von jungen Abenteuerlustigen bis hin zu älteren Teilnehmenden, die alle gemeinsam Spaß hatten und neue Erfahrungen sammeln konnten. Die vielen

Eindrücke und Erlebnisse dieses Tages ließen sich kaum in Worte fassen. Was jedoch bleibt, ist das starke Gefühl der Gemeinschaft und der Zusammenhalt, den dieses inklusive Sportfest geschaffen hat. Jeder Teilnehmende konnte erleben, wie Barrieren abgebaut und Vorurteile überwunden wurden. Es war ein Fest der Sinne, das nicht nur Sport und Spaß bot, sondern auch Bewusstsein und Verständnis förderte.

Ein rundum gelungenes Event, das eindrucksvoll gezeigt hat: Sport verbindet – unabhängig von den Fähigkeiten einzelner.