

Sporthilfe Magazin

1.2026

Getragen vom Publikum

Heimspiel in Deutschland

Frauenhandball

Mit Anlauf an die Spitze

Hall of Fame

Philipp Lahm: Einer aus der Mitte



Sporthilfe

Darja Varfolomeev
Star der Rhythmischen Sportgymnastik

Mercedes-Benz

Über Geschmack lässt sich streiten. Über Klasse nicht.

Die neue S-Klasse verkörpert den zeitlosen Anspruch der Marke Mercedes-Benz. Die weltweite Ikone unter den Limousinen steht für den Pioniergeist und die Innovationskraft, die den Erfinder des Automobils seit 140 Jahren prägen.

Willkommen zu Hause.



140 YEARS OF
INNOVATION

Liebe Leserinnen und Leser,

als ich mit zwölf Jahren nach Deutschland gekommen bin, konnte ich kein Deutsch und kannte hier nur meine Großeltern, die in Aschaffenburg leben. Vieles war neu: die Sprache, die Schule und das Leben ohne meine Eltern. Was mir in dieser Zeit besonders geholfen hat, war der Sport. Im Training am Bundesstützpunkt in Fellbach-Schmiden habe ich schnell meinen Platz gefunden und mich Schritt für Schritt wie zuhause gefühlt.

Heute bedeutet es mir unglaublich viel, Deutschland bei internationalen Wettkämpfen vertreten zu dürfen – und in diesem Sommer sogar bei der Heim-WM in Frankfurt. Wenn ich daran denke, freue ich mich riesig. Gleichzeitig zeigt es mir auch, wie viel in den vergangenen Jahren passiert ist. Nicht nur für mich persönlich, sondern auch für unsere Sportart. Immer mehr Menschen interessieren sich für die Rhythmische Sportgymnastik, viele junge Mädchen kommen bei Wettkämpfen oder auf der Straße auf mich zu und beginnen sogar selbst mit dem Sport. Das ist etwas ganz Besonderes.

Ich glaube, Sport kann Menschen auf eine besondere Art verbinden. Egal, woher man kommt oder welche Sprache man spricht – auf dem Weg zu einem gemeinsamen Ziel versteht man sich oft auch ohne viele Worte.

Deshalb bin ich sehr dankbar für alle Menschen, die mich auf meinem Weg unterstützt haben: meine Familie, meine Trainerinnen, meine Freunde, meine Sponsoren und auch die Stiftung Deutsche Sporthilfe mit ihren Partnern und Förderern. Ohne diese Unterstützung wäre Vieles nicht möglich gewesen. Danke an alle, die auch zukünftig an meiner Seite stehen und mich sowie alle anderen geförderten Athletinnen und Athleten auf ihrem Weg unterstützen.

Ich wünsche Euch viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe!



Eure Darja



Darja Varfolomeeva krönte sich 2024 in Paris zur Olympiasiegerin im Mehrkampf und ist mehrfache Welt- und Europameisterin in der Rhythmischen Sportgymnastik. Die heute 19-Jährige, Enkelin eines deutschen Großvaters, wurde in Russland mit der deutschen und der russischen Staatsbürgerschaft geboren und zog 2018 nach Deutschland, um sich den Traum von einer Teilnahme bei den Olympischen Spielen zu erfüllen. Sie startet für den TSV Schmiden und wird seit 2019 von der Sporthilfe gefördert. Darja ist aktuell im Top-Team der Stiftung und erhält die Mercedes-Benz Elite-Förderung.

Nationale Förderer



SPORT
EHRENMT

Deutscher Bund
der
Leichtathleten
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Premium Partner



Warm up	3
XXL	6
Zahlen & Fakten	12
Thema	
Heimspiel: Getragen vom Publikum	14
360 Grad	
Frauenhandball: Mit Anlauf an die Spitze	20
Fotogalerie	
Die Winterspiele in Italien	26
Wortwechsel	
Ricarda Funk und Annike Krahn im Gespräch	30
Olympia	
Der Traum von Spielen in Deutschland	36
Mixed-Zone	38
Kurz gefragt	
Acht Top-Athletinnen und -Athleten geben Antwort	44
Kompetenzförderung	
Sporthilfe Elite-Forum	48
Sport & Beruf	
Die unterschätzten Talente des Arbeitsmarkts	50
Sporthilfe Alumni-Club	
Was macht eigentlich... Pascal Roller?	54
Schlaglicht	
Die Brückenbauer	56
Hall of Fame des deutschen Sports	
Philipp Lahm: Einer aus der Mitte	62
Posteingang	64
Finale	66

Impressum

Herausgeber: Stiftung Deutsche Sporthilfe, Hanauer Landstr. 166,
60314 Frankfurt/Main, Telefon 069/67803-0
E-Mail: presse@sporthilfe.de

Sporthilfe-Redaktion: Leonie Berger, Djamila Böhm (verantwortlich),
Heike Schönharting, Yannick Wenig

Organisation und Anzeigenleitung: DIGISALE GmbH, München,
Telefon 0151/56 57 9334, marcus@digisale.org

Konzeption und Gestaltung: TREND Werbung Ernst Blumrodt
www.trend-werbung.de

Autoren: Fabian Müller-Granow (S. 20 ff.), Frank Weingarten (S. 50 ff.)

Titelfoto: Constantin Steinmann/BDX MEDIA

Fotos: dpa picture alliance (sofern nicht anders aufgeführt);
S. 3: privat; S. 12 links: Traumhausverlosung; S. 32: Sporthilfe;
S. 36: Bundesliga Stiftung; S. 40 links: Bettina Walter;
S. 40 rechts: Sporthilfe; S. 42 oben: Sporthilfe; S. 42 unten: SINN;
S. 45 rechts: DGSV; S. 46 Mitte: privat; S. 47 privat;
S. 49 rechts & unten: Sporthilfe; S. 61: Pit Schöler/DGSV; S. 64: privat

Druck: MedienSchiff Bruno, Print- & Medienproduktion Hamburg GmbH,
www.msbruno.de

Mit freundlicher Unterstützung durch

dpa • picture alliance



**Jetzt neu: Das
Sporthilfe Magazin
gibt es ab sofort
auch als E-Paper**



WIR FÖRDERN VORBILDER.

Leistung bewegt unsere Gesellschaft – sie inspiriert, verbindet und schafft Vorbilder.

Wir glauben an Leistung. Als Nationaler Förderer der Sporthilfe begleiten wir Deutschlands beste Athletinnen und Athleten auf ihrem Weg zu sportlichen Spitzenleistungen.

Geschichten von Erfolg und Misserfolg. Wir unterstützen Athletinnen und Athleten dabei, ihre eigene Geschichte zu erzählen und als Vorbilder zu inspirieren.

Weitere Infos:



In Partnerschaft mit:



Zu Lande ...

Die Sporthilfe fördert Athletinnen und Athleten in über 50 Sportarten – im olympischen, paralympischen, deaflympischen und nicht-olympischen sowie im Action-Sport. Dahinter stehen zahlreiche Disziplinen, etwa im Radsport Bahn, Straße, BMX-Rennen, BMX-Freestyle und Mountainbike. Luca Schwarzbauer (links) wird seit über zwölf Jahren gefördert. 2021 gewann der Mountainbiker im italienischen Val di Sole WM-Bronze mit der Staffel, im August peilt er bei den Weltmeisterschaften am selben Ort erneut eine Medaille an.

Die Bildagentur dpa picture alliance unterstützt die Sporthilfe als „Medien-Partner und offizieller Fotopartner“. Damit hat die Sporthilfe Zugriff auf hochwertiges Fotomaterial, um in ihren Medien die Emotionen des Sports sowie die geförderten Athletinnen und Athleten perfekt zu transportieren. Darüber hinaus begleitet das Fotografenteam der dpa-Tochter Events der Sporthilfe und setzt sie professionell in Szene.

Ihr Ansprechpartner:
Michael Schrodtt
Sales Manager, Corporate Clients
schrodtt.michael@dpa.com
+49 69 2716 34275
www.picture-alliance.com

dpa • picture alliance







... zu Wasser ...

Selten ist für das Publikum sichtbar, was sich in Sportarten wie Becken- und Freiwasserschwimmen, Wasserball, Turmspringen oder wie hier im Synchronschwimmen unter Wasser abspielt. Klara Bleyer und Amelie Blumenthal Haz (gefördert seit 2019 bzw. 2024) gewannen im vergangenen Jahr EM-Bronze – die erste deutsche Medaille im Duett seit 1983. Bleyer krönte sich zudem als erste Deutsche zur Europameisterin im „freien Solo“.





... und in der Luft.

Sportklettern gehörte erstmals in Tokio mit einer Kombination aus den Disziplinen Speed, Bouldern und Lead zum olympischen Programm. Für die Spiele in Los Angeles 2028 sind erstmals Medaillen in allen Einzeldisziplinen geplant. Dann will auch Lucia Dörffel (gefördert seit 2018, aktuell im Potenzial-Team) wieder angreifen – im Bouldern und wie hier im Lead. In L.A. wird außerdem das Paraclimbing seine Premiere bei den Paralympischen Spielen feiern.



25

Eine starke Partnerschaft feiert Jubiläum: Seit 25 Jahren steht die Deutsche Bank fest an der Seite der Sporthilfe und der von ihr geförderten Athletinnen und Athleten. Zum Jubiläum der Zusammenarbeit, die Anfang 2001 begann, spendete sie 300.000 Euro an die Sporthilfe, um – ergänzend zum Deutsche Bank Sport-Stipendium – gezielt die Nachwuchs- und Alumni-Förderung zu stärken.



Sporthilfe-Vorstandsmitglied Max Hartung, Eiskunstlauf-Legende Katarina Witt, Rodel-Olympiasiegerin Dajana Eitberger, Dr. Christiane Schenderlein, Staatsministerin für Sport und Ehrenamt, Felix Schrader, Paralympics-Starter im Eishockey (v.l.)

139

Gemeinsam mit Staatsministerin Dr. Christiane Schenderlein stellte die Sporthilfe im April den „Leistungsbericht Winter 2025/2026“ vor: 139 internationale Medaillen gewannen Sporthilfe-geförderte Athletinnen und Athleten in der vergangenen Saison – darunter 43 bei Olympischen und Paralympischen Spielen sowie 71 im Nachwuchsbereich bei Welt- und Europameisterschaften. Von der Sporthilfe wurden sie in diesem Zeitraum mit insgesamt 2,24 Millionen Euro gefördert.

Sporthilfe in Kürze

1.340.000

Eine Spendensumme in Höhe von 1,34 Millionen Euro erzielte die Sporthilfe als Charity-Partner der „Traumhausverlosung“ im Frühjahr 2026. Möglich wurde sie durch den Verkauf von rund 15,5 Millionen Losen. Der Erlös fließt in die Grundförderung des Talent-Teams und kommt damit unmittelbar Nachwuchsathletinnen und -athleten aus olympischen, paralympischen und deatlympischen Sportarten zugute.



Es ist für uns eine große Anerkennung, dass die Sporthilfe-Medaillenprämien erhöht wurden und zusätzlich jetzt auch noch steuerfrei sind. Das ist für alle Athleten eine super Wertschätzung.

Anna-Lena Forster, zweifache Paralympics-siegerin im Ski alpin 2026



6.000

Die Sporthilfe hat einen neuen Förderbaustein zur Kinderbetreuung eingeführt. Mütter und Väter im Potenzial- und Top-Team sowie im Rahmen der #comebackstronger-Förderung können künftig bis zu 6.000 Euro erhalten – etwa für Reise- und Übernachtungskosten von Kindern bis drei Jahren und einer betreuenden Person bei Wettkämpfen oder offiziellen Lehrgängen. So sollen die Athletinnen und Athleten ihre sportliche Karriere auch nach der Familiengründung bestmöglich fortsetzen können.

A close-up, high-contrast photograph of a person's face, focusing on the eye. The person has a beard and is looking directly at the camera. The eye is wearing a contact lens with a tiger print pattern. The skin is textured and appears to be covered in a fine layer of dust or dirt.

SEI EIN CHAMPION



Sporthilfe

tipico

CHAMPION INITIATIVE



Darja Varfolomeev hat bei den Europameisterschaften 2026 in Bulgarien bereits drei Goldmedaillen gewonnen – im Mehrkampf sowie mit Ball und Band.

Wenn das Publikum trägt

Drei Athletinnen, drei Heim-Weltmeisterschaften – und ein Sommer, in dem die Energie der eigenen Fans den Unterschied machen kann.

Wenn Darja Varfolomeev in diesem Sommer in Frankfurt die Wettkampfbühne betritt, ist das mehr als ein weiteres Highlight in einer ohnehin intensiven Saison. Es ist der bislang größte internationale Wettbewerb ihrer Karriere vor heimischem Publikum. Und damit ein Moment, der für die 19-jährige Olympiasiegerin von Paris zwischen Freude, Erwartung und Anspannung liegt. „Vor allem spüre ich große Vorfreude, aber natürlich auch ein bisschen Nervosität“, beschreibt Darja ihre Gefühlslage mit Blick auf die Heim-WM im August, die in der Frankfurter Festhalle stattfindet. Sie kennt die Location gut, nicht zuletzt durch ihren Auftritt beim Ball des Sports der Sporthilfe im Februar diesen Jahres, als sie die Gala-Gäste mit einer eigens für den Abend einstudierten Kür verzauberte. Doch eine Weltmeisterschaft zuhause, wenn alle Augen auf Darja gerichtet und größte Erwartungen mit ihr verbunden sein werden, ist eine nochmal ganz andere, neue Situation. „So einen großen Heimwettkampf habe ich noch nicht erlebt. Ich freue mich riesig darauf, aber ich spüre natürlich auch eine gewisse Anspannung.“

Dreimal Gold bei den Europameisterschaften in Warna (Bulgarien) – im Mehrkampf, mit dem Ball und dem Band – haben Darja in diesem Jahr bereits Rückenwind gegeben. Und doch weiß sie, wie schmal der Grat ist zwischen Motivation und Druck. „Natürlich möchte ich bei jeder Weltmeisterschaft meine beste Leistung abrufen. Aber wenn sie in Deutschland stattfindet, motiviert mich das noch einmal mehr, zu zeigen, was wir trainiert haben. Gleichzeitig mache ich mir selbst viel Druck: Es muss klappen“, sagt sie offen. Die Kunst bestehe darin, diese Spannung nicht als Last zu empfinden, sondern in Energie umzuwandeln. „Ich glaube, ich muss mich darauf konzentrieren, den Moment zu genießen.“

Die Rhythmische Sportgymnastik lebt in besonderer Weise von Atmosphäre, Musik, Bewegung und Ausdruck – alles ist eng mit dem Publikum verwoben. Ob Ruhe oder Applaus, Konzentration oder Begeisterung, die Halle ist immer auch Teil der Performance. Für Deutschlands Top-Favoritin ist genau das ein entscheidender Aspekt: „Das Publikum kann dich tragen“, sagt sie. Gleichzeitig müsse man lernen, die Geräuschkulisse auszublenden, wenn es darauf ankommt.

Darja Varfolomeev wurde 2006 im sibirischen Barnaul geboren. Da sie einen deutschen Großvater hat und auch ihre Mutter, ebenfalls Sportgymnastin, als Jugendliche in Deutschland lebte, besitzt sie seit Geburt sowohl die russische als auch die deutsche Staatsbürgerschaft. Ihr Weg in den deutschen Spitzensport begann im Jahr 2018, als die damals Zwölfjährige nach Deutschland reiste, um ihr Können vor den Bundestrainerinnen vorzustellen, die ihr daraufhin einen Platz im deutschen Team in Aussicht stellten. Die Entscheidung, dauerhaft nach Deutschland zu ziehen, fiel schnell. „Ich wollte meinen Traum verfolgen.“ Dieser hieß Olympia – und wurde 2024 in Paris Wirklichkeit. „Ich hatte immer dieses Gefühl von Olympia in meinem Herzen.“

Dass die Rhythmische Sportgymnastik in Deutschland in den vergangenen Jahren merklich sichtbarer geworden ist, spürt Darja deutlich. „Früher wussten viele gar nicht genau, was Rhythmische Sportgymnastik überhaupt ist. Wenn wir mit unseren Reifen unterwegs waren, hieß es oft: Ah, Hula-Hoop?“, lacht sie. „Heute kennen viel mehr Menschen unsere Sportart – und das ist schön zu sehen. Man merkt jedes Jahr mehr, wie viel bekannter die Rhythmische Sportgymnastik wird. Und ich hoffe, dass die



Ich muss mich darauf
konzentrieren, den Moment
zu genießen.

Darja Varfolomeev

Heim-WM in Frankfurt noch einmal sehr viel zu diesem Trend beitragen wird.“

Als Olympiasiegerin von Paris ist Darja in Deutschland und auch international längst zum Gesicht ihrer Sportart geworden und eine Identifikationsfigur für viele junge Mädchen. „Wenn sie mich sehen, nach einem Foto fragen oder sagen, dass ich ihr Vorbild bin, ist das etwas ganz Besonderes. Früher hatte ich selbst viele Vorbilder – und jetzt selbst eines zu sein, fühlt sich unglaublich an. Auch, dass ich manchmal auf der Straße erkannt werde, ist schon verrückt.“

Dass nun eine Weltmeisterschaft in Deutschland stattfindet, fühlt sich für Darja wie ein weiterer Meilenstein an. „Wenn es irgendwann auch Olympische Spiele in Deutschland gäbe, wäre das natürlich das i-Tüpfelchen.“ Was dann für eine Begeisterung vorherrschen wird, davon kann Darja dieses Jahr im August eine Vorahnung bekommen. Denn die bevorstehende Heim-WM sorgt bereits im Vorfeld für riesige Euphorie. „Viele Tickets für die WM sind schon ausverkauft, besonders für den Mehrkampf und die Finals“, weiß Darja. „Ich bekomme unglaublich viele Nachrichten auf Instagram und anderen Plattformen mit der Frage, ob es nicht noch Karten gäbe. Das zeigt, wie groß das Interesse ist.“

Trotz aller Erwartungen von außen bleibt ihr Blick aber auf das gerichtet, was im Zentrum ihres Sportlerlebens steht: die eigene Leistung. Ihr Ziel für die Heim-WM wird deshalb auch nicht in einer Medaillenfarbe definiert, sondern mit: „Das abrufen, was ich im Training erarbeitet habe.“ Ob sie ein Lieblingsgerät hat? „Eigentlich mag ich alle Disziplinen, weil jede etwas Besonderes hat. Mit dem Reifen kann man zum Beispiel tolle Roll- und Wirbelelemente machen, die mit den Keulen nicht möglich sind. Die wiederum sind spannend, weil man mit zwei Gegenständen gleichzeitig arbeitet. Und das Band ist mit seinen sechs Metern natürlich auch etwas ganz Besonderes. Deshalb habe ich keinen klaren Favoriten.“

Nach der WM, sagt sie, werde sie erst einmal Abstand brauchen. Die Saison lasse kaum echte Pausen zu, erst nach der Weltmeisterschaft entstehe Raum zum Durchatmen. Dann sei auch Zeit für Familie, Reisen – und für Dinge abseits des Sports. „Erst dann kann man wirklich abschalten“, sagt sie. Doch bis dahin richtet sich ihr Blick auf Frankfurt. Auf die Festhalle, auf ihre sorgsam einstudierten Choreografien, auf die Geräte in ihren Händen. Und auf das Heim-Publikum, das sie tragen wird.

Basketball

Wenn im September die Weltmeisterschaft nach Berlin kommt, sieht Frieda Bühner darin eine große Chance für den Frauenbasketball in Deutschland. „Wir wollen die Menschen mit Basketball inspirieren“, sagt die 22-Jährige. Deutschland sei immer noch ein Fußball-Land – und so ein Event genau das Richtige, um die Menschen für den Sport zu begeistern. „Es ist ein Once-in-a-lifetime-Ereignis“, so die Nationalspielerin.

Sportlich startet Deutschland direkt mit einer anspruchsvollen Aufgabe ins Turnier. Zum Auftakt wartet Spanien – ein Gegner, gegen den das deutsche Team bei der Europameisterschaft im vergangenen Jahr verloren hat. „Wir haben mit ihnen noch eine Rechnung offen“, sagt Frieda, sieht in der Herausforderung auch eine Chance: „Ein starker Gegner zum Start kann ein Vorteil sein. Dann ist man direkt drin im Turnier.“ Das erste Ziel ist klar: der Gruppensieg. „Und dann wollen wir eine Medaille.“



Frieda Bühner im
Spiel gegen die
Volksrepublik
Korea beim Qualifikationsturnier für
die Weltmeisterschaft im September.



Das deutsche Team um Frieda Bühner (Trikotnummer 20) beim Qualifikationsturnier für die Weltmeisterschaft im März 2026.

Frieda wird seit 2020 von der Sporthilfe unterstützt, aktuell ist sie im Top-Team und erhält die vom Bund finanzierte Altersvorsorge des Bundeskanzleramts. Hinter ihr liegt eine Entwicklung, die sie bis in „die stärkste Liga der Welt“ geführt hat: in die WNBA, die „Women’s National Basketball Association“, die professionelle Frauenbasketballliga in Nordamerika. Als ihr Name im April diesen Jahres im Draft fällt – dem jährlichen Auswahlverfahren, bei dem WNBA-Teams ihre Nachwuchsspielerinnen verpflichten –, sitzt sie nicht in den USA, sondern in Madrid – gemeinsam mit ihren damaligen Teamkolleginnen und ihrem Freund. „Ich wusste, dass ich gedraftet werde, aber nicht, an welcher Stelle.“ Dann wird es Realität: 17. Pick, Portland. „Beim Anruf meines neuen Clubs habe ich nur geweint – Freudentränen. Es ist so viel Stress abgefallen. Ich wollte das unbedingt.“

In Portland beginnt für Frieda ein neues Kapitel und gleichzeitig trifft sie dort auf ein vertrautes Gesicht aus der Nationalmannschaft: Luisa Geiselsöder. „Sie kennt die Liga bereits, das macht vieles einfacher – und kann auch fürs Zusammenspiel in der National-

mannschaft später von Vorteil sein.“ Aktuell spielen so viele deutsche Spielerinnen in der WNBA wie nie zuvor. Neben Frieda und Luisa auch Leonie Fiebich sowie die Schwestern Nyara und Satou Sabally. Sie alle wurden im Laufe ihrer Karriere von der Sporthilfe unterstützt.



2023 haben wir in einer kleinen Turnhalle in Wolfenbüttel gespielt – jetzt spielen wir in der Uber Arena in Berlin.

Frieda Bühner

Der Frauenbasketball erlebt in den USA einen regelrechten Boom – der zunehmend auch nach Deutschland überschwappt. „Frauenbasketball ist gerade generell im Aufschwung – durch die WNBA und die extrem starken Spielerinnen, die dort spielen.“ Die Aufmerksamkeit wächst, die Bühnen werden größer, die Reichweite steigt. „Je mehr deutsche Spielerinnen in der Liga sind, desto größer wird auch hier das Interesse“, sagt Frieda. „Und natürlich haben auch die Erfolge der Nationalmannschaften dazu beigetragen – vom 3x3-Olympiasieg der Frauen bis zu den Titeln der Männer bei der WM und EM.“ Das würde sich auch in Besucherzahlen niederschlagen: „2023 haben wir die EM-Quali in einer kleinen Turnhalle in Wolfenbüttel gespielt. Jetzt spielen wir in der Uber Arena in Berlin.“

Die Heim-WM ist der nächste große Schritt dieser Entwicklung – sportlich wie emotional. Medieninteresse, Social Media, ausverkaufte Spiele bereits im Vorfeld. „Man merkt, dass viel passiert – und dass die Leute sich wirklich dafür interessieren.“ Auch persönlich spürt sie die neue Sichtbarkeit. In den sozialen Medien tauchte ihr Gesicht zuletzt immer häufiger auf anderen Accounts auf. „Das war ungewohnt – aber auch schön.“

Sportlich geht das deutsche Team selbstbewusst ins Turnier. Die Stärken? „Disziplin, Physis und Größe. Das war schon in den Quali-Runden für die WM deutlich zu sehen“, sagt Frieda. „Wir haben viele offensive ‚Waffen‘ und unser neuer Trainer kann das alles total gut verbinden. Jede weiß, was sie kann und was sie beitragen soll. Wir spielen als Team.“ Mehr Aufmerksamkeit, mehr Vorbilder, mehr Reichweite – und mehr Verantwortung. „Ich wünsche mir, dass sich noch mehr Leute dafür interessieren und den Sport respektieren.“ Und blickt mit einem Lächeln voraus: „Aber ich glaube, Berlin freut sich.“

Para-Dressur

Für Isabell Nowak beginnt jeder Wettkampf nicht erst in der Arena, sondern viel früher – in einem Moment, der nur ihr und ihrem Pferd gehört. Wenn sie Siracusa OLD, ihren „Siri“, vorbereitet, wenn die Massagedecke aufgelegt wird und er sein extra Wellnessprogramm erhält, geht es auch bei ihm in eine Konzentrationsphase. „Wir haben unsere Rituale.“ Ein gemeinsamer Code ist Isabells Atemtechnik. „Wenn ich im Warm-up damit beginne, weiß Siri: Jetzt geht’s los. Und in der Prüfung legt er dann noch eine Schippe drauf.“

Es ist diese Verbindung, die Para-Dressur so besonders macht. „Wir müssen unsere Pferde sensibilisieren, weil wir selbst

Einschränkungen haben. Das geht nur über Beziehung.“ Und diese ist der Grund, warum die 43-jährige Para-Dressurreiterin aus Niedersachsen in diesem Sommer von etwas träumt, das weit über den reinen Wettkampf hinausgeht: Von einer Weltmeisterschaft im eigenen Land, im Reitsport-Mekka Aachen. Ihrem „ganz persönlichen Sommermärchen“, wie sie sagt.

Aachen – das ist Tradition, Mythos, Bühne. „Auf der Stadionwiese herrscht eine ganz besondere Akustik“, schwärmt Isabell. „Da hörst du jedes Raunen, jedes Rauschen, jede Emotion.“ Aachen sei schon immer sehr, sehr besonders, die Atmosphäre, die Organisation, die Kulisse unglaublich beeindruckend. „Das löst ganz besondere Emotionen aus.“ Und in diesem Jahr ist es noch mal mehr: ein Ort, an dem erstmals sechs Pferdesportarten gemeinsam ihre Weltmeisterschaften austragen: Springen, Dressur, Vielseitigkeit, Voltigieren, Fahren und Para-Dressur. „Das ist gelebte Inklusion“, freut sich Isabell. „Wir sind nicht irgendwo abseits, wir sind mittendrin. Auf der gleichen Bühne wie alle anderen. Das ist neu – und das ist riesig.“ Die Weltklasse-Athletin hofft, dass das Publikum sieht, was Para-Dressur ausmacht: Präzision, Gefühl, Partnerschaft. Und Mut. „Viele Menschen wissen immer noch viel zu wenig über den Para-Sport“, sagt sie. „Dabei ist so viel möglich – selbst mit schweren Handicaps. Und Aachen gibt uns endlich die Bühne, die wir brauchen.“



Wir sind nicht irgendwo
abseits, wir sind mittendrin.
Das ist gelebte Inklusion.

Isabell Nowak

Dass Isabell überhaupt reitet, grenzt an ein Wunder. Vor ihrem Unfall war sie Polizeibeamtin in einer Spezialeinheit, sportlich auf höchstem Niveau, Triathletin, Läuferin. Dann der Verkehrsunfall 2007. „Noch am Wochenende zuvor war ich Bestzeit im Halbmarathon gelaufen“, blickt sie auf diesen Wendepunkt in ihrem Leben zurück. „Und am Dienstag drauf konnte ich nicht einmal mehr einhundert Meter gehen.“ Die aufgrund der Verletzung zunächst geplante Versteifung der Halswirbelsäule hätte ihr Leben dauerhaft



Isabell Nowak mit ihrem Pferd Siracusa Old. Ihr großes Ziel: die Heim-Weltmeisterschaft in Aachen.

eingeschränkt. „Ich konnte meinen Kopf nicht mehr halten.“ Doch ihr langjähriger Orthopäde riet ihr zum Reiten – als Therapie, als Chance. Es folgten zwei Jahre Reha. „Die Pferde haben mir meine Kraft wiedergegeben“, sagt sie. Erst Schritt, dann Trab. „Ohne sie wäre ich heute nicht da, wo ich bin.“

Doch anfangs war der Vorschlag, dass sie in den Para-Sport wechseln sollte, zunächst ein Schock – und dann doch eine Befreiung. „Ich wollte eigentlich zurück in den Regelsport. Aber irgendwann habe ich verstanden: Das ist mein Weg. Und er ist gut so.“ Seit 2022 wird die Para-Dressurreiterin von der Sporthilfe unterstützt, aktuell im Top-Team. Zusätzlich erhält sie die Altersvorsorge und den Zuschuss für zentrale Maßnahmen des Bundeskanzleramts. „Der Reitsport ist immens teuer“, sagt sie offen [siehe auch S. 66 dieser Ausgabe; Anm. d. Red.]. „All die monatlichen Kosten für Stall, Training, Turniere. Ohne die Sporthilfe könnte ich meinen Sport in dieser Form nicht ausüben.“

Bei den Paralympischen Spielen in Paris wurde Isabell zweimal Vierte. Bei der vergangenen Europameisterschaft rutschte sie im letzten Moment um 0,02 Punkte vom Bronze- auf den vierten Platz zurück. „Jetzt reicht’s“, sagt sie und lacht. „Bei der Heim-WM will ich eine Medaille.“ Ob mit Siri oder Nachwuchspferd Ellis – die Qualifikation läuft, die Spannung steigt. „Ich wünsche mir ein Sommermärchen. Und ich glaube, dass man mit der Emotion im eigenen Land noch einmal über sich hinauswachsen kann.“

Für Isabell ist die Heim-WM mehr als ein sportliches Ziel. Sie ist ein Meilenstein, der zeigt, wie weit sie inzwischen gekommen ist – „erstmal da sein“ – aber auch, wohin es gehen soll: „Und dann um eine Medaille kämpfen.“ Und wenn sie in Aachen einreitet, wird sie nicht allein sein. Siri oder Ellis werden an ihrer Seite sein. Die Atemtechnik. Die Rituale. Die gemeinsame Verbindung, die sie trägt. Und vielleicht – wenn alles zusammenkommt – auch das Sommermärchen, von dem sie träumt.



Mit Anlauf an die Spitze

Eine neue Generation um U23-Welthandballerin Viola Leuchter hat den deutschen Frauenhandball verändert. Der Erfolg der Nationalmannschaft bei der Heim-WM ist kein Zufall.

Im Dezember 2025 stand Viola Leuchter auf dem Podium der Weltmeisterschaft. Sie hatte gerade mit dem deutschen Handball-Nationalteam Silber gewonnen und war zur besten Nachwuchsspielerinnen gewählt worden. Für die Auszeichnung erhielt sie einen Gutschein des Turniersponsors – 2.500 Euro für den Einkauf bei einem großen Lebensmittel-Discounter.

Die Nationalspielerinnen erzählt die Geschichte heute mit einem Lächeln. In ihrer sportlichen Heimat Odense in Dänemark löst sie den Gutschein seitdem fleißig für Einkäufe ein. Doch hinter der Anekdote steckt mehr als nur eine kuriose Randnotiz. Sie erzählt von einer Sportart, in der Deutschland sportlich längst den Anschluss an die Weltspitze geschafft hat, die wirtschaftlich und strukturell aber noch immer um jeden Entwicklungsschritt kämpft.

Neue Generation prägt das Nationalteam

Viola, inzwischen 22 Jahre alt, ist weit mehr als eine herausragende Spielerin. Die U23-Welthandballerin steht exemplarisch für eine Generation, die unter anderen Voraussetzungen groß geworden ist als viele ihrer Vorgängerinnen. Athletischer ausgebildet, internationaler geprägt, professioneller begleitet.

62
Handballerinnen
werden aktuell von
der Sporthilfe
gefördert

18
erhalten die
Mercedes-Benz
Elite-Förderung

6
Millionen Fans sahen
das WM-Finale
2025

59,9
Prozent
Zuschauer-Zuwachs
verzeichnet die
Frauen-Bundesliga

Schon früh – seit ihrem 17. Lebensjahr – wurde Viola von der Sporthilfe gefördert. Die Unterstützung hilft dabei, Trainingslager, Wettkämpfe und die Herausforderungen des Leistungssports zu bewältigen. Gleichzeitig profitiert sie von Angeboten rund um Persönlichkeitsentwicklung und Duale Karriere. „Die Sporthilfe begleitet einen nicht nur finanziell, sondern auch auf dem Weg neben dem Sport“, sagt die gebürtige Aachenerin. Die Familie kennt sich aus mit Leistungssport: Der jüngere Bruder Julian ist U19-Fußballtorhüter bei Bayer Leverkusen.

Aktuell fördert die Sporthilfe 62 deutsche Handballerinnen, darunter 18 Athletinnen in der Mercedes-Benz Elite-Förderung und zwei Talente in der Nachwuchselite-Förderung. Für viele Spielerinnen sind diese Programme weit mehr als eine finanzielle Hilfe. Sie schaffen Freiräume, die notwendig sind, um auf höchstem Niveau Leistung zu bringen. „Die Unterstützung ist absolut wichtig, gerade für unsere Jüngerinnen“, sagt Nationalmannschaftskapitänin Antje Döll. Sie weiß, wovon sie spricht, wurde sie doch bereits im Jahr 2004 in die Sporthilfe-Förderung aufgenommen und kann damit seit bereits 22 Jahren auf spezifische Sporthilfe-Angebote zurückgreifen.





Mehr als ein Turniererfolg

Dass viele dieser Jüngerinnen schon zu Beginn ihrer Karriere im Nationaltrikot eine Silbermedaille feiern konnten, ist nicht das Ergebnis eines einzigen Turniers. Für Bundestrainer Markus Gaugisch kam der Erfolg nicht überraschend. Die Heim-WM sei kein plötzlicher Durchbruch gewesen, sondern der vorläufige Höhepunkt einer Entwicklung.

Gaugisch, seit 2022 im Amt, verweist dabei auf die Erfolge der Juniorinnenteams und die Breite des aktuellen Kaders. Noch vor wenigen Jahren habe Deutschland nur einzelne Weltklasse-spielerinnen gehabt, heute verfüge die Nationalmannschaft über deutlich mehr internationale Qualität und Erfahrung. „Das letzte Jahr war dann wirklich so eins, wo wir mit jeder Trainingseinheit, mit jedem Tag in vielen Bereichen besser geworden sind“, sagt der Bundestrainer. „Und dieses Vertrauen in die eigene Qualität, das ist immer weitergewachsen.“



Als es losging, haben wir
uns in einen Rausch gespielt.

Viola Leuchter,
U23-Welthandballerin

Im aktuellen Team sei „keine dabei, die sagt: Ich bin schon fertig.“ Und inzwischen drängen bereits die Nächsten nach. Mit Farrelle Njinkou rückte zuletzt die beste Nachwuchsspielerin der Bundesliga ins Nationalteam auf. Die 19-jährige Rückraumspielerin wurde mit der HSG Blomberg-Lippe Deutsche Meisterin und gilt als eines der größten Talente ihres Jahrgangs.

Zum Aufschwung trugen auch strukturelle Veränderungen beim Deutschen Handballbund bei. In den vergangenen Jahren wurden Betreuungs- und Managementstrukturen professionalisiert, Tagegelder und Prämien angeglichen sowie die Förderung von Frauen in Führungspositionen ausgebaut. Für Teammanagerin Anja Althaus – einst selbst Nationalspielerin, mit insgesamt 243 Einsätzen, und in dieser Zeit 16 Jahre von der Sporthilfe unterstützt – sind diese Maßnahmen ein wichtiger Grund dafür, dass die Nationalmannschaft heute auf einem anderen Niveau arbeiten kann als frühere Generationen.

Das neue Selbstverständnis

Wer mit Spielerinnen und Verantwortlichen spricht, stößt immer wieder auf denselben Begriff: das Mindset. Über Jahre galt das Viertelfinale bei großen Turnieren als gläserne Decke des deutschen Frauenhandballs. Immer wieder schied die Nationalmannschaft dort aus. Oft fehlte nicht die Qualität, sondern die Überzeugung.

Die Heim-WM veränderte das. Schon vor dem Turnier hatte Deutschland enge Spiele gegen Frankreich bestritten, Dänemark geschlagen und Siege gegen die Niederlande gefeiert. Innerhalb der Mannschaft entstand erstmals das Gefühl, mit den Besten der Welt auf Augenhöhe zu sein. „Warum soll das nicht reichen?“, erinnert sich

Antje Döll an die Stimmung im Team. „Wir haben gesehen, was wir können.“ Dieser Glaube an die eigene Stärke war neu.

„Das war einfach so ein Gefühl, das wir uns über das ganze Jahr antrainiert haben“, sagt Viola Leuchter. „Und als es dann losging, haben wir uns in einen Rausch gespielt.“ Sie beschreibt den Teamgeist als eine der großen Stärken der Mannschaft. Gerade in engen Spielen sei dieses Miteinander spürbar geworden. Die Nationalmannschaft wirkte bei der Heim-WM nicht nur talentiert, sondern geschlossen. Als Team, das aneinander glaubt – und dadurch in entscheidenden Momenten über sich hinauswachsen kann.

Die Bundesliga als Wachstumsmotor

Mindestens ebenso wichtig war die Entwicklung der Vereine. Vor allem die Spitzenteams der Frauen-Bundesliga haben in den vergangenen Jahren einen Professionalisierungsschub erlebt. Die Vereine investierten in Strukturen, Athletiktraining, medizinische Betreuung und internationale Wettbewerbsfähigkeit. Nationalspielerinnen sammelten dadurch regelmäßig Erfahrungen auf höchstem Niveau. Die Champions League wurde für viele nicht mehr Ausnahme, sondern Alltag.



Wie wir früher trainiert haben und wie heute trainiert wird – das ist schon ein deutlicher Unterschied.

Kapitänin Antje Döll

Antje Döll, mit 37 Jahren die erfahrenste im Nationalteam, hat diesen Wandel über fast zwei Jahrzehnte miterlebt. Schon 2008 wurde sie Weltmeisterin mit der deutschen U20-Mannschaft. „Wie wir früher trainiert haben und wie heute trainiert wird – das ist schon ein deutlicher Unterschied“, sagt die Kapitänin der Nationalmannschaft.

Auch die Liga selbst wächst. In der abgelaufenen Saison 2025/26 kamen insgesamt 191.356 Zuschauerinnen und Zuschauer zu den Spielen der Frauen-Bundesliga. Vor der Pandemie, in der Saison 2018/19, waren es noch 155.621 gewesen. Der Zuschauerschnitt



Heim-WM als Bühne: Mit einer herausragenden Leistung begeistert das Team um Kapitänin Antje Döll und rückt den deutschen Frauenhandball ins verdiente Rampenlicht.



stieg im selben Zeitraum von durchschnittlich 855 auf 1.367 Fans pro Spiel.

Die Heim-WM als Katalysator

Trotz aller Vorarbeit brauchte der Aufschwung aber einen Moment, der ihn sichtbar machte. Diesen lieferte die Heim-WM 2025. Das Finale gegen Norwegen verfolgten fast sechs Millionen Menschen im Fernsehen. Bereits das Halbfinale hatte mehr als drei Millionen Zuschauerinnen und Zuschauer erreicht. Reichweiten, die im deutschen Frauenhandball lange unvorstellbar schienen.

Vor allem aber veränderte das Turnier die Wahrnehmung. Die Nationalspielerinnen wurden zu bekannten Figuren. Kinder fragten nach Autogrammen. Vereine meldeten steigendes Interesse. Der Frauenhandball schaffte den Sprung aus seiner Nische.

Für Teammanagerin Althaus ist genau das die nachhaltigste Wirkung des Turniers. Früher hätten junge Mädchen oft ausschließlich männliche Handballstars als Vorbilder genannt. Heute kennen sie die Spielerinnen der Nationalmannschaft. Der

Frauenhandball hat Gesichter bekommen. Die Bedeutung dieser Entwicklung reiche weit über den Sport hinaus, glaubt Althaus. Sichtbare Spitzensportlerinnen seien immer auch gesellschaftliche Vorbilder.

Der schwierigste Schritt kommt erst noch

Mit der Silbermedaille ist der deutsche Frauenhandball aber nicht am Ziel angekommen. Die eigentliche Herausforderung beginnt jetzt: den Platz in der absoluten Weltspitze dauerhaft zu behaupten. „Da gehört ganz viel dazu“, sagt Bundestrainer Gaugisch. „Und da müssen wir die Spielerinnen finden, die immer mehr wollen, die immer hungrig sind.“

Norwegen, Frankreich und Dänemark, dahinter die Niederlande bleiben die Maßstäbe. Noch immer verfügen sie über bessere Strukturen, höhere Budgets und längere Erfolgstraditionen. Doch erstmals seit vielen Jahren reist Deutschland nun nicht mehr als Außenseiter zu großen Turnieren. Die Mannschaft hat gelernt, dass sie die Besten schlagen kann. Die Nachwuchsteams liefern regelmäßig Talente nach. Die Bundesliga entwickelt sich weiter.

Für die Europameisterschaft im Dezember 2026 hat sich das deutsche Team souverän qualifiziert, keine der sechs Partien endete knapper als mit sieben Toren Vorsprung. Die Erwartungshaltung für das Turnier in fünf Austragungsländern ist natürlich mit den jüngsten Erfolgen gestiegen. Vieles spricht dafür, dass die Entwicklung noch nicht abgeschlossen ist.

Für Viola Leuchter ist WM-Silber daher auch keine Geschichte über das Erreichte. Sondern über das, was noch möglich ist. Kaum etwas beschreibt den Wandel im deutschen Frauenhandball besser als dieser Blick nach vorn.



Für die Weltspitze müssen wir die Spielerinnen finden, die immer mehr wollen, die immer hungrig sind.

Bundestrainer Markus Gaugisch



We help you meet
tomorrow's tech demands
so you can
compete at a speed
that rewrites the rules

Learn more



Mailand Cortina



Die Sporthilfe-geförderten Athletinnen und Athleten haben in der zurückliegenden Wintersportsaison alles gegeben, insbesondere bei den Spielen in Italien gab es großartige, inspirierende Momente. Hinter allen Erfolgen stehen beeindruckende Persönlichkeiten, die mit Leidenschaft, Mut und Teamgeist auftreten. Sie können stolz auf ihre Leistungen sein, zu denen die Sporthilfe herzlich gratuliert. Die besonders erfolgreichen Athletinnen und Athleten werden extra belohnt, mit erhöhten Medaillenprämien, die zudem erstmals steuerfrei sind: Insgesamt 850.000 Euro werden von der Sporthilfe ausgeschüttet – 740.000 Euro an die 36 olympischen und 210.000 Euro an die zwölf paralympischen Medaillengewinnerinnen und -gewinner. Zudem erhalten diese eine Einladung zum Sporthilfe Club der Besten 2026.



Herzliche Gratulation: Johannes Lochner mit Konkurrent Francesco Friedrich



Zweifache Paralympics-Siegerin Anna-Lena Forster



Olympiagold im Ski Cross: Daniela Maier



Alles gegeben: Para-Skilangläufer Lennart Volkert

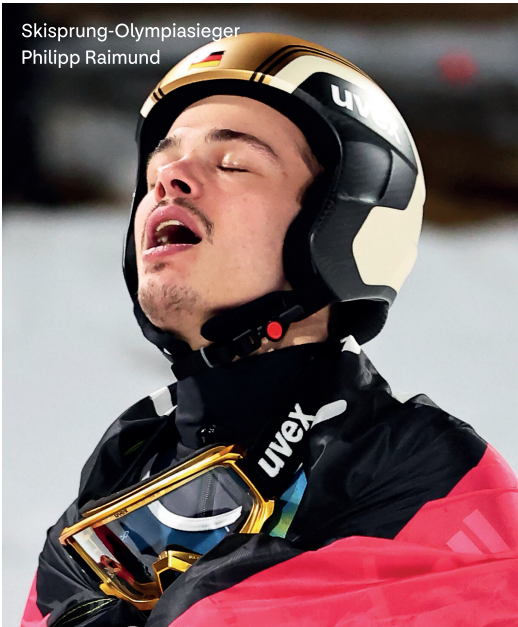


Slopestyle-Snowboarder Noah Vicktor



Minerva Hase und Nikita Volodin

Skisprung-Olympiasieger
Philipp Raimund



Deutsche Staffel im Ziel
im Para-Langlauf



Bob-Pilotin Laura Nolte
mit Anschieberin Deborah Levi



Ski-alpin-Star Emma Aicher



Para-Eishockey-Nationalmannschaft zurück auf dem paralympischen Eis





Geldanlage ist **kein Sprint,** sondern ein Marathon.

Der **DJE - Dividende & Substanz** Fonds investiert in dividendenstarke Aktien.



➤ [dje.de/dividende-substanz](https://www.dje.de/dividende-substanz)

Dies ist eine Marketing-Anzeige. Bitte lesen Sie den Verkaufsprospekt des betreffenden Fonds und das PRIIPs-KID, bevor Sie eine endgültige Anlageentscheidung treffen. Darin sind auch die ausführlichen Informationen zu Chancen und Risiken enthalten. Diese Unterlagen können in deutscher Sprache kostenlos auf www.dje.de unter dem betreffenden Fonds abgerufen werden. Eine Zusammenfassung der Anlegerrechte kann in deutscher Sprache kostenlos in elektronischer Form auf der Webseite unter www.dje.de/de/zusammenfassung-der-anlegerrechte abgerufen werden. Alle hier veröffentlichten Angaben dienen ausschließlich Ihrer Information, können sich jederzeit ändern und stellen keine Anlageberatung oder sonstige Empfehlung dar. Auszeichnungen und langjährige Erfahrung garantieren keinen Anlageerfolg.



Mentale Gesundheit im Leistungssport

» Irgendwann habe ich gemerkt: Ich schaffe das nicht allein

Wie fühlt es sich an, wenn der eigene Körper Höchstleistungen bringt, der Kopf aber an Grenzen stößt? Und wie verändert sich der Blick auf Erfolg, Gesundheit und Selbstfürsorge im Laufe der Karriere? Die Olympiasiegerinnen im Kanu-Slalom und Fußball, Ricarda Funk und Annike Krahn, im Gespräch über Leistungsdruck, mentale Stärke und den Umgang mit Krisen im Hochleistungssport.



Olympiasiegerin, Welt- und Europameisterin – Ihr habt beide sportlich unglaublich viel erreicht. Macht dieser Erfolg vollumfänglich glücklich?

Annike Krahn: Als ich meine Leistungssportkarriere beendet habe, ist mir bewusst geworden, dass das nicht so ist. Klar, die Erfolge bleiben sichtbar, das ist das, was außen wahrgenommen wird. Aber wenn wir über Gesundheit sprechen, muss man ehrlich sagen: Leistungssport ist nicht immer gesundheitsfördernd – weder körperlich noch mental. Da gehört unglaublich viel dazu. Ich hatte Mitspielerinnen mit unfassbarem Talent, die es nicht ganz nach oben geschafft haben, weil sie mental daran gescheitert sind. Auch das gehört zur Wahrheit dazu. Solche Athletinnen werden oft aussortiert. Deshalb muss man sich intensiv mit diesem Thema auseinandersetzen – im Sport, aber genauso in der Arbeitswelt an sich. Ich glaube, das ist letztlich ein gesellschaftliches Thema.

Ihr habt damals mit der Nationalmannschaft nahezu alle Titel gewonnen – war mentale Gesundheit damals schon ein Thema im Team?

Annike: Ich glaube, vor zehn bis 15 Jahren war das noch nicht die Zeit, in der offen darüber gesprochen wurde.

Man hat das nicht so explizit thematisiert. Aber natürlich gehört das in einer Mannschaft immer dazu. Ich sehe ja, wie es meiner Mitspielerin geht, wie sie reagiert, ob es ihr gut oder schlecht geht. Als empathischer Mensch beschäftigt man sich automatisch damit – auch wenn es nicht explizit ausgesprochen wird. Wir haben damals auch mit Sportpsychologen beziehungsweise Mentaltrainern gearbeitet, wobei ich bei diesen Begriffen immer etwas vorsichtig bin, weil es da sehr unterschiedliche Bezeichnungen gab. Persönlich habe ich das gar nicht so intensiv genutzt, aber ich hatte trotzdem das Gefühl, dass es uns als Mannschaft geholfen hat, Ansprechpartner zu haben.

Externe Ansprechpartner?

Annike: Ja, beziehungsweise hatten wir in der Nationalmannschaft jemanden im Betreuersteam dabei. Uns hat es auch geholfen, dass diese Person nicht nur mit den Spielerinnen, sondern auch mit dem Trainerteam gearbeitet hat. Davon haben wir letztlich ebenfalls profitiert. Dadurch wurde es nicht automatisch als Problem gesehen. Man ging da nicht hin, weil mit einem „etwas nicht stimmt“. Oft ist das ja negativ behaftet.



Hier das vollständige Interview mit Ricarda Funk und Annike Krahn anhören.

Das Gespräch wurde im Rahmen des Sporthilfe-Podcasts „Wir gehen weiter“ mit Moderator Simon Horn geführt. Mit dem Podcast bietet die Stiftung ihren geförderten Athletinnen und Athleten eine Plattform für persönliche Geschichten und Einblicke auch abseits des Wettkampfs. Zu Gast waren unter anderem bereits Kunstturn-Weltmeister Lukas Dauser, das Beachvolleyball-Duo Louisa Lippmann und Linda Bock, Johanna Recktenwald, Weltmeisterin im Para-Skilanglauf, sowie Rodel-Olympiasieger Max Langenhan.

Wie eine Schwäche.

Annike: Ganz nach dem Motto: „Ihr geht es nicht gut, deshalb braucht sie Hilfe.“ Aber man kann sich auch gut fühlen und trotzdem Unsicherheiten haben. Die hat jeder Mensch. Und dann hilft es einfach, mit jemandem zu sprechen, der fachlich dafür ausgebildet ist und einen ein Stück weit begleiten kann. Ich habe das grundsätzlich positiv gesehen, auch wenn ich es selbst nicht extrem intensiv genutzt habe. Ich war eher der Wettkampftyp, der den Druck sogar mochte. Aber heute sehe ich natürlich auch in meinem neuen Job und generell in der Arbeitswelt, welche Bedeutung das Thema hat.

Ricarda, die Olympia-Qualifikation 2016 – ein Erlebnis, bei dem du gemerkt hast, dass der Druck zu groß geworden ist und du deine Leistung nicht mehr abrufen konntest. War das deine erste bewusste Auseinandersetzung mit dem Thema mentale Belastung?

Ricarda Funk: Tatsächlich war das 2016 während der Olympia-Qualifikation so. Ich war körperlich fit, aber ich konnte es im entscheidenden Moment einfach nicht zeigen. Natürlich fragt man sich dann: Woran lag es am Ende? Für mich war damals klar, dass Sportpsychologie ein Werkzeug sein könnte, mit dem ich mich intensiver beschäftigen sollte. In diesem Zusammenhang habe ich die Zusammenarbeit mit meinem Sportpsychologen deutlich intensiviert. Rückblickend bin ich überzeugt, dass das ein entscheidender Wendepunkt war – der mich letztlich auch zur Olympiasiegerin gemacht hat.

Das Angebot gab es also schon vorher über den Olympiastützpunkt?

Ricarda: Der Olympiastützpunkt München bietet das an und wir konnten es jederzeit nutzen. Trotzdem gibt es eine gewisse Hemmschwelle, weil man oft denkt, das sei ein Zeichen von Schwäche. Man muss selbst aktiv werden und überhaupt erst verstehen, dass dort etwas passiert, das einem helfen kann. Das Mentale ist unsichtbar. Man kann es nicht greifen. Und genau das macht es so schwer – auch für Außenstehende. Man sieht oft gar nicht, was in einem Menschen vorgeht oder was er eigentlich gerade braucht.

Musstest du oft verbergen, dass es dir eigentlich nicht gut geht?

Ricarda: Im letzten Jahr [nach den Olympischen Spielen in Paris; Anmerkung der Redaktion] ging es mir tatsächlich nicht gut, und ich habe versucht, das zu verstecken, weil ich diese Schwäche nicht zeigen wollte. Aber genau das kostet unglaublich viel Energie. Irgendwann muss das, was man fühlt, raus. Man muss darüber sprechen. Und allein in dem Moment fühlt es sich oft schon ein kleines bisschen besser an.

An wen konntest du dich in solchen Phasen wenden?

Ricarda: Natürlich an Freunde und Familie – die waren immer für mich da. Aber eben auch an meinen Sportpsychologen, mit dem ich schon viele Jahre zusammenarbeite. Irgendwann kam der Punkt, an dem ich

gemerkt habe: Ich schaffe das gerade nicht allein. Also habe ich ihn angerufen und teilweise wöchentlich mit ihm gesprochen.

Das heißt, da ist über Jahre ein großes Vertrauensverhältnis entstanden. Und genau das kann wahrscheinlich nur wachsen, wenn man solche Angebote früh wahrnimmt und überhaupt lernt, dass sie sinnvoll sein können.

Ricarda: Absolut. Vertrauen ist ein ganz, ganz wichtiges Stichwort. Man muss das Gefühl haben, sich öffnen zu dürfen – ohne bewertet zu werden. Das wächst über Jahre. Am Anfang geht es eher um sportliche Themen: Wie gehe ich mit Druck um? Wie stehe ich am Start? Aber je länger die Karriere dauert und je älter man wird, desto mehr kommen andere Themen dazu. Wenn man jahrelang ständig an die Grenze geht – oder sogar darüber hinaus –, merkt man oft gar nicht mehr, was das mit einem macht. Man steckt alles in den Sport und vernachlässigt andere Dinge, die für uns als Menschen genauso wichtig sind. Wir haben nicht nur körperliche Grundbedürfnisse wie Essen, Trinken und Schlafen, sondern auch psychologische Grundbedürfnisse. Und die geraten manchmal in Vergessenheit.

Annike, du bist heute verantwortlich für den Frauen- und Mädchenfußball beim VfL Bochum. Ist es sinnvoll, Athletinnen nicht nur nach körperlichen, sondern auch nach mentalen Fähigkeiten zu bewerten?



Bei Talentsichtung oder Spielerinnenentwicklung sollte nicht nur auf körperliche Aspekte geschaut werden, sondern auch auf mentale.

Annike Krahn

Annike: Ja, absolut. Gleichzeitig muss man ehrlich sagen, dass oft noch die nötigen Strukturen fehlen – wobei wir beim VfL Bochum für einen Frauenfußball-Zweitligisten schon gut aufgestellt sind. Wir arbeiten bereits im Nachwuchsbereich mit einer Sportpsychologin zusammen. Sie ist bei Heimspielen dabei, einmal pro Woche im Training und vor allem Ansprechpartnerin für die Spielerinnen. Sie wachsen heute anders damit auf als noch zu meiner Zeit. Sie sind offener für das Thema, weil mentale Gesundheit gesellschaftlich viel präsenter ist. Wir arbeiten jetzt die zweite Saison mit unserer Sportpsychologin zusammen und die Spielerinnen schätzen das sehr. Sie arbeitet übrigens auch mit den Trainerinnen und Trainern. Dieses unabhängige Feedback ist enorm wichtig.



Ricarda Funk, Jahrgang 1992, krönte ihre bisherige sportliche Karriere mit dem Olympiasieg 2021 in Tokio. Die mehrfache Welt- und Europameisterin im Kanuslalom wird seit 2008 von der Sporthilfe gefördert. Aktuell ist sie Mitglied im Top-Team der Stiftung und erhält die Mercedes-Benz Elite-Förderung.

Annike Krahn, Jahrgang 1985, wurde mit der Fußball-Nationalmannschaft 2016 Olympiasiegerin und gewann mit dem Team die Welt- und Europameisterschaft. Die 137-fache Nationalspielerin wurde von 2002 bis 2019 von der Sporthilfe gefördert, seit 2016 ist sie Mitglied im Sporthilfe Alumni-Club. Heute verantwortet sie beim VfL Bochum den Frauen- und Mädchenfußball.



Weil man sich innerhalb einer Hierarchie bewegt?

Annike: Genau. Deshalb ist es wichtig, zusätzliche Ansprechpartner zu haben. Natürlich ist da noch Luft nach oben. Aber grundsätzlich finde ich, dass man bei Talentsichtung oder Spielerinnenentwicklung nicht nur auf körperliche Aspekte schauen sollte, sondern eben auch auf mentale. Wenn nur nach Fitnesswerten entschieden worden wäre, hätte ich wahrscheinlich nie ein Länderspiel gemacht. Ich glaube, ich habe Vieles durch mentale Stärke und Fleiß erreicht. Deshalb rennt man bei mir mit diesem Thema offene Türen ein. Ich war immer froh, dass Menschen mich auch nach anderen Kriterien bewertet haben.

Welchen Rat würdet ihr jungen Athletinnen und Athleten geben?

Annike: Offen zu sein für mentale Unterstützung. Aber ich bin nicht jemand, der sagt: Jeder muss das machen. Eine Spielerin oder ein Athlet muss sich damit wohlfühlen. Aber man sollte dem Ganzen zumindest eine Chance geben und verstehen, dass es Unterstützung sein kann – gerade in schwierigen Phasen.

Du hast gerade Offenheit angesprochen. Ich glaube auch, dass sich da über die letzten Generationen viel verändert hat. Wie muss sich denn das System weiterentwickeln?

Ricarda: Zunächst einmal ist es gut, dass Athletinnen und Athleten sich trauen, offen darüber zu sprechen. Aber im Leistungssport braucht es vor allem ein Bewusstsein dafür. Und dieses entsteht nur, wenn wir das, was in uns vorgeht, auch irgendwie in Worte fassen können. Ohne dieses Bewusstsein wird sich wenig verändern. Für die mentale Gesundheit im Leistungssport ist das aber unabdingbar.

Gerade weil Sportlerinnen und Sportler oft als Vorbilder für die Gesellschaft gesehen werden. Zu diesen Werten gehört ja auch Selbstfürsorge. Es gibt inzwischen Programme wie den „Matchplan“ der Sporthilfe. Helfen solche Angebote dabei, den Blick über den Sport hinaus zu öffnen?**Der Matchplan**

Der „Sporthilfe Matchplan enabled by JK“ ist ein wichtiger Baustein der Nachaktivenförderung der Sporthilfe in Kooperation mit Jürgen Klopp. Im Rahmen des Projekts werden Athletinnen und Athleten nach ihrer aktiven sportlichen Karriere mithilfe individueller Coachings und Workshops dabei unterstützt, ihre Fähigkeiten, Leidenschaften sowie zukünftigen Ziele zu identifizieren und potenzialgerecht zu nutzen. In Workshops und Dialogformaten geht es um Themen wie mentale Stärke, Führung, Teamarbeit, Kommunikation, Resilienz und individuelle Zielsetzung.



Wenn man im Sport jahrelang an die Grenze geht oder sogar darüber hinaus, merkt man oft gar nicht, was das mit einem macht.

Ricarda Funk

Annike: Für mich ist das immens hilfreich. Der „Matchplan“ hat mir vor allem Raum für Selbstreflexion gegeben. Im Leistungssport ist vieles selbstverständlich: Training, Wettkampf, Leistungslogik. Aber sich bewusst Zeit zu nehmen, Dinge zu verarbeiten und zu reflektieren, passiert oft erst später. Mir ist Vieles tatsächlich erst nach dem Karriereende bewusst geworden – was mir der Leistungssport gegeben hat, aber auch, was er mit mir gemacht hat. Der „Matchplan“ hat mir geholfen, mich in meiner neuen Rolle als Verantwortliche neu zu orientieren und auch zu überlegen, wie man Strukturen künftig gesünder gestalten kann.

Also den Horizont erweitern und sich fragen: Wie bin ich als Mensch eigentlich in diesem System aufgestellt?

Annike: Man ist immer Teil eines Systems. Das merke ich heute in meiner neuen Rolle extrem. Man bewegt sich ständig innerhalb bestimmter Strukturen – genau das, was Ricarda auch beschrieben hat.

Ricarda, wie hat dir die Teilnahme am „Matchplan“ geholfen?

Ricarda: Ich habe mich intensiv mit der Frage beschäftigt: Wer bin ich eigentlich? Also mit dem Thema Identität. Die Teilnahme am „Matchplan“ hat mir Perspektive, Stabilität und Zuversicht gegeben – und vor allem Gemeinschaft und das Gefühl, nicht allein zu sein. Der Austausch mit anderen Athletinnen und Athleten war unglaublich wertvoll. Das hat mich auf meinem Weg zum nächsten Ziel definitiv unterstützt.

Was wäre euer größter Wunsch für die Zukunft beim Thema mentale Gesundheit?

Ricarda: Offenheit und ein Bewusstsein und dass wir uns gegenseitig die Hände reichen.

Annike: Dem habe ich nichts hinzuzufügen.



CHANCEN SCHAFFEN

FÜR SPITZENSport

Sporttalente können Werte- und Leistungsvorbilder für Kinder und Jugendliche sein. Um diese Rolle wahrzunehmen, müssen sie neben ihren sportlichen Fähigkeiten auch an ihrer Persönlichkeit arbeiten. Als Stiftung aus dem Profifußball unterstützen wir sie in beiden Bereichen und geben ihnen die Bühne, damit sie ihre Vorbildfunktion auch leben können.

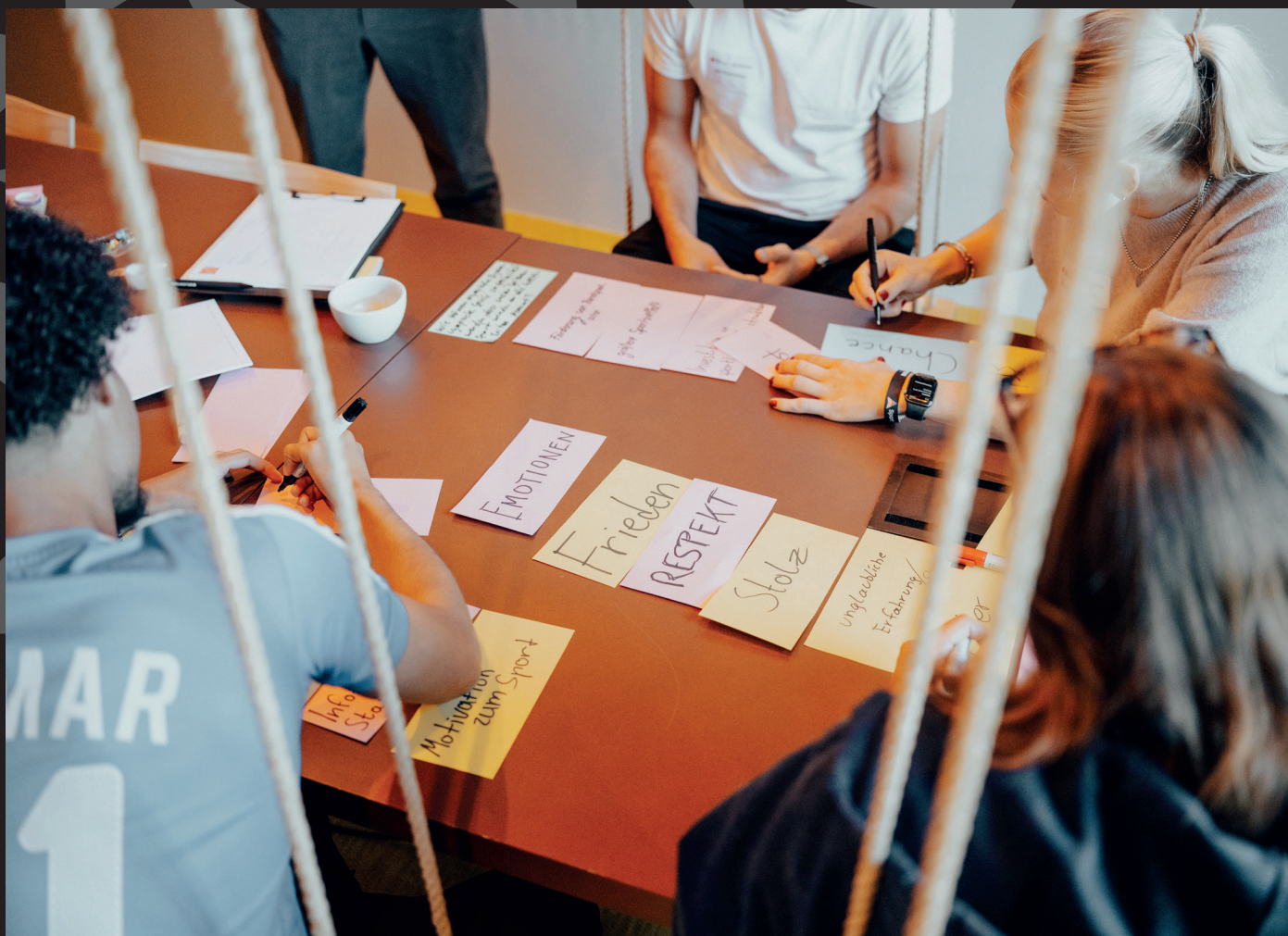
Mehr Informationen unter bundesliga-stiftung.de



**BUNDESLIGA
STIFTUNG**



Sporthilfe



Der Traum von Spielen in Deutschland

Nachwuchsatletinnen und -athleten entwickeln beim Zukunftsworkshop #MeineSpiele ihre Vision von möglichen Spielen in Deutschland – und denken dabei weit über den Sport hinaus.

Noch bevor die ersten Worte über Nachhaltigkeit, Bewerbungsprozesse oder Infrastruktur fallen, liegt etwas in der Luft: Gänsehaut, Vorfreude, ein leises Knistern. Dreizehn Nachwuchsathletinnen und -athleten aus elf olympischen, para- und deaflympischen Sportarten sind zum Zukunftsworkshop #MeineSpiele gemeinsam von Sporthilfe und Bundesliga Stiftung (vormals DFL Stiftung) in Düsseldorf zusammengekommen. Die jungen Talente waren da, um über etwas zu sprechen, das für sie weit mehr ist als ein sportliches Ereignis: Ihre Vision von Olympischen und Paralympischen Spielen in Deutschland.

Für viele von ihnen sind die Spiele das große Lebensziel. Sie stehen für sportliche Höchstleistung, für Träume, für Momente, die man nie vergisst. Für die 18-Jährige Trampolin-Athletin Greta Steinbrenner ist allein die Vorstellung, im eigenen Land bei Olympia anzutreten, „unglaublich“. Und Para-Tischtennispieler Mio Lukas Wagner beschreibt seine Vorstellung von den Paralympics als einen Ort der Vielfalt und des gemeinsamen Weitergehens.

Im Verlauf des Workshops, welcher auf Initiative des Next Gen Jugendbeirats der Bundesliga Stiftung entwickelt wurde, wird deutlich, dass die Spitzensportlerinnen und -sportler von morgen

nicht nur an dem größten Multisportevent der Welt erfolgreich teilnehmen wollen, sondern dieses gerne auch aktiv mitgestalten möchten. Sie wünschen sich Spiele, die niemanden ausschließen. Spiele, in denen olympische, paralympische und deaflympische Wettbewerbe selbstverständlich zusammengehören. Spiele, die zeigen, dass Gleichberechtigung nicht verhandelbar ist, sondern gelebt werden muss – ein sympathisches Zukunftsbild, das weit über Medaillen hinausgeht.

Die Nachwuchstalente träumen von einem Olympischen und Paralympischen Dorf, das nicht nach zwei Wochen verschwindet, sondern bleibt – als Wohnraum, als Begegnungsort, als Symbol dafür, dass große Ereignisse langfristige Spuren hinterlassen können. Von Sportstätten, die nicht nur für Rekorde gebaut werden, sondern für Kinder, Vereine, Familien. Von Mobilität, die klimafreundlich ist und Menschen verbindet, statt sie auszugrenzen. Es ist eine Vision, die Verantwortung übernimmt. Und die zeigt, wie ernst diese Generation Nachhaltigkeit nimmt.

Ein Überblick über die erarbeiteten Ideen der Nachwuchsathletinnen und -athleten im Rahmen des Zukunftsworkshops von Sporthilfe und Bundesliga Stiftung:

Faire und nachhaltige Spiele

- Gleichzeitige Austragung von Olympischen, Paralympischen und Deaflympischen Spielen
- Gleiche Bedingungen für alle Athletinnen und Athleten hinsichtlich Unterkunft, Versorgung und Ähnlichem
- Reduzierung des ökologischen Fußabdrucks durch Recycling und klimafreundliche Mobilität

nachhaltige Infrastruktur

- Fokus auf Renovierung statt Neubau von Sportstätten
- Anpassung von Anlagen für hybride Nutzung (Spitzen- und Breitensport)
- Langfristige Nachnutzung des Olympischen Dorfs z. B. für Jugendfahrten oder als Unterkünfte für Studierende
- Schaffung ganzheitlicher Trainingsstätten

Wertschätzung von Ehrenamt

- Forderung nach echter Anerkennung des Ehrenamts
- Bereitstellung eines eigenen Olympischen Dorfs als Unterkunft
- Kostenlose Verpflegung und Nutzung des ÖPNV
- Hochwertige Einkleidung
- Durchführung eines „Fests des Ehrenamts“ zur öffentlichen Würdigung

inklusive und integrative Spiele

- Gemeinsame Eröffnungs- und Abschlusszeremonie
- Gleiche Prämien für alle Athletinnen und Athleten
- Faire Medienpräsenz für alle Sportarten
- Umfassende Sensibilisierung für Inklusion

Stärkung des Sports

- Mehr Sportstunden in Schulen
- Förderung einer besseren Work-Life-Sport-Balance
- Finanzielle Unterstützung und Stärkung von Randsportarten
- Kostenfreie Mobilität im „Team D“ Dress für mehr Sichtbarkeit

Gesundheitsförderung

- Nutzung der Spiele als Impuls für mehr Gesundheit und Bewegung
- Schaffung von Bewegungsräumen für alle Altersgruppen
- Verknüpfung von Schulsport und Olympia
- Einsatz des Spitzensports als Botschafterinnen und Botschafter für Bewegung und Gesundheit
- Parallel durchgeführte Breitensportwettkämpfe (z.B. an Schulen)
- Endrunden dieser Wettbewerbe im späteren ehemaligen Olympischen Dorf

Historisch

Höchste Partnerschaftsebene der Sporthilfe wächst erstmals auf acht Nationale Förderer



Seit Februar dieses Jahres gehören DEUTZ, Systemanbieter innovativer und nachhaltiger Mobilitäts- und Energielösungen, und Tipico, führender Anbieter von Sportwetten in Deutschland, zum Kreis der Nationalen Förderer der Sporthilfe. Damit erweitert sich die höchste Partnerschaftsebene der Sporthilfe erstmals in der fast 60-jährigen Geschichte der Stiftung auf nunmehr acht Partner. Neben Tipico und DEUTZ gehören Mercedes-Benz, Deutsche Bank, Deutsche Telekom, Deutsche Post, PwC und Generali & DVAG zum Kreis der Unterstützer.

Als Nationaler Förderer der Sporthilfe verfolgt DEUTZ das Ziel, Sport und Wirtschaft stärker miteinander zu verknüpfen. Dazu soll die Durchlässigkeit zwischen beiden Bereichen erhöht werden: DEUTZ will gemeinsam mit weiteren Unternehmen die im Sport erworbenen Kompetenzen als wertvolle Qualifikationen für die (zweite) Karriere in der Wirtschaft deutlich stärker anerkennen. Von dem Engagement in der höchsten Partnerkategorie der Sporthilfe

profitieren Nachwuchsathletinnen und -athleten aus unterschiedlichen Sportarten, die alle bereits für Deutschland in Wettkämpfen starten – also die Weltmeisterinnen und Weltmeister und Olympiasiegerinnen und -sieger von morgen.

Tipico unterstützt mit der „Tipico Champion Initiative“ besonders erfolgreiche und aussichtsreiche Spitzenathletinnen und -athleten mit einer zusätzlichen, individuellen Förderung, damit sie sich sportlich weiterentwickeln und den Schritt in die absolute Weltklasse machen können. Ziel des bisher einzigartigen „Tipico Champion Fonds“ ist es, einen sichtbaren und ganzheitlichen Leistungsfortschritt zu erreichen, der durch die beantragte Förderungsmaßnahme entsteht und nachgewiesen werden kann. Dabei können sich Athletinnen und Athleten für Unterstützung in den Bereichen Training und Performance, Materialkosten, körperliche und mentale Gesundheit und Regeneration sowie Ernährung bewerben.

Starkes Signal

PwC verlängert frühzeitig bis 2030

Die Stiftung Deutsche Sporthilfe und PwC Deutschland setzen ihre erfolgreiche Zusammenarbeit fort: Der Nationale Förderer verlängert sein Engagement vorzeitig bis 2030 und bekräftigt damit eine Partnerschaft, die seit 15 Jahren auf Vertrauen, gemeinsamen Werten und nachhaltiger Verantwortung im olympischen und paralympischen Spitzensport basiert. PwC unterstützt als Nationaler Förderer die Elite-Förderung der Sporthilfe und trägt maßgeblich dazu bei, dass Athletinnen und Athleten mit realistischen Medaillenchancen optimale Rahmenbedingungen für ihre sportliche und berufliche Entwicklung erhalten. Die vorzeitige Verlängerung – noch vor Ablauf des aktuellen Vertrags Ende 2026 – ist ein starkes Signal für die Bedeutung des Spitzensports und die gemeinsame Vision, Chancengerechtigkeit und inklusive Strukturen weiter zu stärken.


Sporthilfe

Nationaler Förderer



Neue Partnerschaft

Peaksphere.com neuer Service-Partner

Die Sporthilfe ergänzt ihr Portfolio mit einem weiteren Servicepartner zugunsten der rund 4.000 Sporthilfe-geförderten Athletinnen und Athleten: Peaksphere. Über die Plattform der beiden Gründer Dr. Christian Julius und Tobias Jung, der als ehemaliger Ruderer einst selbst von der Sporthilfe unterstützt wurde, erhalten Sportbegeisterte künftig direkten Zugang zu Spitzenathletinnen und -athleten – in individuellen 1:1-Video-Sessions oder über abonnierbare, kuratierte Inhalte. Für die Athletinnen und Athleten eröffnet die Zusammenarbeit eine zusätzliche, flexible Einnahmemöglichkeit auf Basis ihrer Expertise – ohne Trainings- und Wettkampfprioritäten zu verschieben.

Sehkraft

Klare Sicht auf Höchstleistung

Seit 2017 unterstützt sehkraft als Servicepartner der Sporthilfe geförderte Athletinnen und Athleten mit modernster Augenmedizin und innovativen Verfahren zur Sehkorrektur mit Standorten in Köln, Berlin und Wien. Einer der Athleten, der von dieser Partnerschaft profitiert, ist der zweifache Olympiasieger im Viererbob, Candy Bauer. „Gerade in der Ausbildung zum Polizeimeisteranwärter hatte ich bei verschiedensten Tätigkeiten Probleme mit Brille oder Kontaktlinsen“, berichtet Candy. „Dabei ist gutes Sehen sowohl im Polizeialltag als auch im Bobsport enorm wichtig.“ Besonders im Viererbob komme es auf absolute Präzision an. „Wir können das Auge an 22.000 Punkten der Hornhaut auf die 100stel Dioptrie genau korrigieren und zusätzlich das Kontrastsehen verbessern. Unser Ziel ist es, Athletinnen und Athleten mit modernster Technologie die bestmögliche Sehqualität und damit ein Stück zusätzliche Freiheit im Alltag und Wettkampf zu ermöglichen“, erklärt Matthias Maus, Inhaber von sehkraft und LASIK-Spezialist. Und bereits am Tag nach dem Eingriff zeigte die Nachuntersuchung ein beeindruckendes Ergebnis bei Candy Bauer: 160 Prozent Sehleistung. „Die neue Sehkraft gibt mir ein Stück Lebensqualität zurück, das ich in den vergangenen Jahren vermisst habe.“



Zweifacher Olympiasieger
im Viererbob Candy Bauer



Briefmarkenserie „Für den Sport“ 2026

Miteinander Spuren hinterlassen

Die Briefmarkenserie „Für den Sport“ würdigt in diesem Jahr mit Motiven Skispringen, Para-Snowboard und Eishockey drei Sportarten, die bei den Winterspielen in Italien begeistert haben. Die Präsentation der Marken fand im „Quartier Zukunft“ der Deutschen Bank in Berlin im Beisein von Dr. Christiane Schenderlein, Staatsministerin für Sport und Ehrenamt, statt. Die Marken werden vom Bundesministerium der Finanzen herausgegeben und sind online sowie in ausgewählten Filialen der Deutschen Post, Nationaler Förderer der Sporthilfe, erhältlich. Wie alle Sonderpostwertzeichen aus der Serie „Für den Sport“ sind die Marken mit einem Zuschlag von 40 Cent, 45 Cent und 55 Cent auf das eigentliche Porto versehen. Die daraus erzielten Erlöse kommen der Sporthilfe zur Förderung der besten deutschen Nachwuchs- und Spitzen-athletinnen und -athleten zugute.

Our House

Actionsport hautnah erleben

Beim Sporthilfe Hautnah-Event Actionsport tauchten sportbegeisterte Unterstützerinnen und Unterstützer der Sporthilfe gemeinsam mit den geförderten Athleten Paul Thölen, Amir Kaiser und Jan Hoffmann in die Welt von Parkour, BMX und Skateboarding ein. Eine moderierte Talkrunde sowie ein gemeinsames Essen boten darüber hinaus spannende Einblicke hinter die Kulissen: Die Athleten berichteten von ihrem Weg in den Leistungssport und den besonderen Herausforderungen in der Actionsport-Szene.

Als Team-Pate im Actionsport besteht die Möglichkeit, Athletinnen und Athleten wie Amir unmittelbar zu unterstützen. Dadurch wird ihnen ermöglicht, ihren Sport auf höchstem Niveau auszuüben und gleichzeitig als Vorbilder andere Menschen zu inspirieren. Mit einer jährlichen Spende ab 1.000 Euro oder monatlich ab 85 Euro kann ein wichtiger Beitrag geleistet und dieses besondere Engagement aktiv unterstützt werden.



Jetzt Team-Pate
Actionsport werden!



0 €

**Anzahlung /
Schlussrate**

Lukas Dauser

Ehemaliger Weltmeister und Spitzen-
sportler im deutschen Kunstturnen

Das ASS Auto Abo für alle Athleten.

EINSTEIGEN. LOSFAHREN. LÄUFT.

Eine feste mtl. Rate inklusive Versicherung,
Steuern, Wartung und Zulassung.



Sporthilfe

Service-Partner

DEIN AUTO. DEIN ABO.
Athletic Sport Sponsoring





Erlebnis Kuratorium

Gute Sache im Sinne der Spitzensportförderung

Die Besten fördern. Träume ermöglichen.

Das Sporthilfe-Kuratorium vereint sportbegeisterte Persönlichkeiten aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft, die sich mit großer Überzeugung für die Sporthilfe engagieren – finanziell wie auch ideell. Es ist ein Kreis von Unterstützerinnen und Unterstützern, die mit ihrem Beitrag die Förderung der besten deutschen Athletinnen und Athleten ganz konkret möglich machen. Mit über 300 Mitgliedern ist das Kuratorium ein zentrales Fundament der Stiftung.

Was das Kuratorium besonders macht, ist die emotionale Nähe zum Sport: das gemeinsame Mitfiebern, Mitfreuen und Mitfeiern. Die Mitglieder erleben Deutschlands beste Athletinnen und Athleten im Wettkampf und begegnen ihnen auch persönlich – etwa beim Ball des Sports, beim Sporthilfe Club der Besten oder bei den KuratoriumsClubs. Diese bieten in ausgewählten Locations den Rahmen für Austausch untereinander und mit geförderten Athletinnen und Athleten. Unabhängig vom Anlass verbindet die Mitglieder neben ihrer Begeisterung für den Sport vor allem ihr gesellschaftliches Engagement und der Anspruch, Spitzenleistung zu ermöglichen.

Für die Sporthilfe als private Förderinitiative leisten die Mitglieder des Kuratoriums einen wichtigen Beitrag und stellen in Summe jährlich mehr als 2 Mio. Euro für die Förderung bereit. Die Sporthilfe freut sich daher im ersten Halbjahr 2026 über folgende Neumitglieder im Kuratorium: Christof Bechtel, Stephan Becker, Matteo Bertolucci, Richard Borek jr., Dr. Corinna Coors, Christoph Debus, Johannes Fritz, Steffen Gräff, Beatrice Guillaume-Grabisch, Dirk Häblich, Hannah Hubert, Christian Janas, Fabian Kienbaum, Claus-Dietrich Lahrs, Jan Magatzki, Jean Meyer, Prof. Heinz-Werner Nienstedt, Alix Puhl, Stefan Schneider, Thomas Schweyen, Klaus-Peter Thaler, Armin von Falkenhayn, Karsten Wöckener und Patrick Woydt.



Eine Mitgliedschaft im Kuratorium ist ab einer Jahresspende von 7.500 Euro möglich. Für weitere Informationen einfach den QR-Code scannen.



SINN-Spezialuhren

Für Leistung, Fairplay und Miteinander: Das exklusive Modell 144 St Sa Sporthilfe

Mit dem Modell 144 St Sa Sporthilfe präsentiert SINN-Spezialuhren gemeinsam mit der Sporthilfe eine auf 300 Stück limitierte Uhr, die technische Kontinuität, markenprägende Historie und gesellschaftliches Engagement in sich vereint. So finden sich die Werte der Stiftung „Leistung. Fairplay. Miteinander.“ dezent im innenliegenden Ring wieder, während das Logo in Form der Sporthilfe-Pyramide direkt unter der

Datumsanzeige platziert ist. Ein erheblicher Anteil des Verkaufspreises unterstützt direkt die Athletenförderung.



Zugunsten des deutschen Spitzensports



Genossenschaftliche FinanzGruppe
Volksbanken Raiffeisenbanken

GEMEINSAM KRAFT



Leistungsfähigkeit bedeutet für uns,
**Herausforderungen in Chancen zu
verwandeln.**

Das japanische Handwerk Kintsugi verbindet Bruchstücke mit Gold und schafft so etwas Einzigartiges und Besseres. Dies ist



für uns Inspiration: Gemeinsam mit unseren Kunden entwickeln wir individuelle Lösungen, die zukunftsichere Strukturen ermöglichen. Erfahren Sie, wie wir Leistungsfähigkeit sichern unter firmenkunden.dzbank.de



DZ BANK

Die Initiativbank

Karl Geiger

Der Skispringer aus dem bayerischen Skiort Oberstdorf krönte sich 2020 im slowenischen Planica zum Skiflug-Weltmeister und feierte damit den größten Erfolg seiner bisherigen Laufbahn. Darüber hinaus gewann er einmal Olympia-Silber und zweimal –Bronze sowie fünf Titel mit dem Team bei Nordischen Ski-Weltmeisterschaften. Seit 2012 wird Karl von der Sporthilfe unterstützt, aktuell im Top-Team. Im Gespräch verrät er, dass

... es ein unbeschreibliches Gefühl ist, wenn ihn der Wind packt und weit nach unten trägt.

... er versucht, immer den kommenden Sprung „zu fühlen“, wenn er oben auf dem Balken sitzt.

... „analytische Präzision und Fokussierung auf den Punkt“ die großen Stärken sind, die ihn auszeichnen.

... „nichts anderes, sondern mehr vom selben“ der beste Rat ist, den er je erhalten hat.

... er keine Angst, aber größten Respekt vor dem Unbekannten hat.

... er gerne die Fähigkeit hätte, sich mehr auf sein Bauchgefühl verlassen zu können.

... es viel leichter gesagt als getan ist, nach guten Sprüngen die funktionierenden Routinen beizubehalten und zu automatisieren.



Kurz gefragt

**... und
geantwortet!**

**Für meine Zukunft wünsche
ich mir ...**

**Wenn ich keinen Leistungs-
sport machen würde, dann ...**

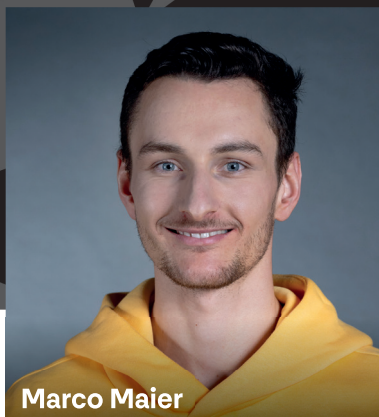
Ich habe Angst vor ...

**Diese Persönlichkeit würde
ich gerne einmal treffen ...**

**Für den perfekten Start in
den Tag brauche ich ...**

Das bringt mich zum Lachen ...

**Meinem „jüngeren Ich“ würde
ich gerne mitgeben, dass ...**



Marco Maier

**Dreimaliger Paralympics-Zweiter
Top-Team & PwC Para-Elite-Förderung
Sporthilfe-gefördert seit 2015**



... Gesundheit und Erfolg im Sport
sowie nach meiner Karriere.

... hätte ich versucht,
zur Berufsfeuerwehr zu gehen.

... Niederlagen.

... Lando Norris, weil mich
die Leistung beeindruckt,
die Formel-1-Fahrer bei den
Geschwindigkeiten zeigen.

... Kaffee.

... lustige Videos.

... es sich immer lohnt, an seine Ziele
zu glauben.



Heike Albrecht-Schröder

**Viermalige Deaflympicssiegerin
Top-Team & BK-Amt-Altersvorsorge
Sporthilfe-gefördert seit 2005**



... verletzungsfrei zu bleiben und
dass der Gehörlosensport endlich
die Aufmerksamkeit bekommt,
die er verdient.

... wäre ich eine Durchschnitts-
spielerin im Tennis – und ich hätte
wahrscheinlich ganz viele Hunde.

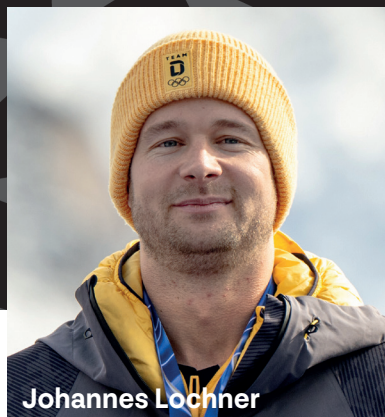
... Magen-Darm-Infekten – das
Schlimmste, was es gibt!

... Roger Federer. Für mich ist er
nach wie vor der eleganteste Spieler,
der immer bodenständig
geblieben ist.

... einen ruhigen Moment mit einem
guten Kaffee.

... spontane, ehrliche Momente
mit meinen Freunden – ich mag es,
sie zu veräppeln.

... nicht alles sofort perfekt sein muss
und Rückschläge dazugehören –
genau daran wächst man am
meisten.



Johannes Lochner

**Zweifacher Olympiasieger
Top-Team, Mercedes-Benz
Elite-Förderung, PwC ElitePlus-Förderung &
BK Amt-Altersvorsorge
Sporthilfe-gefördert seit 2014**



... ein geregeltes Leben mit Alltag.

... wäre ich Elektrotechniker.

... Planlosigkeit.

... Barack Obama, weil er für mich eine
brutal inspirierende Person ist.

... viel Koffein.

... meine Freunde.

... er alles so machen soll, wie ich es
gemacht habe. Dann wird er in seinem
Leben viel Spaß haben.



Solène Guisard

**Europameisterin 2024
Talent-Team & Ausbildungszuschuss
Sporthilfe-gefördert seit 2021**



... dass ich immer alles mit
Leidenschaft mache.

... wäre ich gerne Sängerin
geworden – leider kann ich aber
gar nicht gut singen.

... fehlender Zeit und davor,
keine Zeit für die Dinge zu haben,
auf die ich Lust habe.

... Christopher Nolan, weil ich
seine Filme liebe und sie sehr
psychologisch sind.

... einen frischen Orangensaft.

... wenn andere Menschen laut lachen.

... sie sich nicht so viele Sorgen
machen muss und sie einfach ihre
Träume verfolgen soll.



Annika Zeyen-Giles

**Zweifache Paralympicssiegerin
Top-Team & PwC Para-Elite-Förderung
Sporthilfe-gefördert seit 2003**



... das „Mama-Sein“ und den Sport
gut miteinander kombinieren zu
können.

... würde ich meinen Ehrgeiz
wahrscheinlich im beruflichen
Umfeld ausleben und nebenher
trotzdem viel Sport machen.

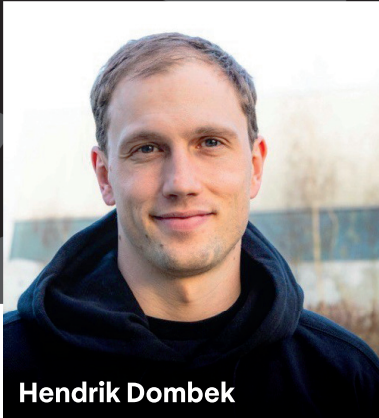
... Spinnen.

... Michelle Obama, weil sie ein
Vorbild dafür ist, wie man mit Einfluss
Verantwortung übernimmt und
andere stärkt.

... ein gutes Frühstück.

... sehr viel. Ich lache einfach gerne.

... man auch mit Steinen,
die einem in den Weg gelegt werden,
etwas Schönes bauen kann.



Hendrik Dombek

WM-Fünfter
Potenzial-Team
Sporthilfe-gefördert seit 2013



... das Geschick, die richtigen Entscheidungen zu treffen – sowohl sportlich als auch privat.

... hätte ich mein Studium schon fertig.

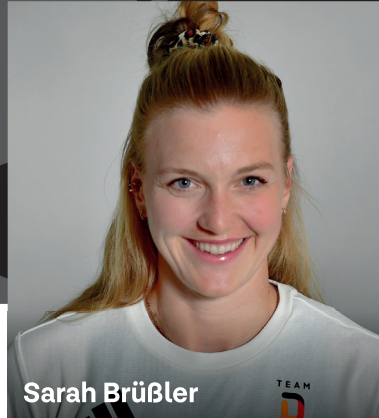
... großen Höhen und vor allem vorm Turmspringen.

... Friedrich Merz, weil ich mit vielem nicht übereinstimme, was er sagt. Das wäre sicher ein spannendes Gespräch.

... Sport.

... wenn mir selbst ein Missgeschick passiert.

... man nicht alles so verkopft sehen muss.



Sarah Brüzler

Olympia-Silber 2024
Alumni-Team
Sporthilfe-gefördert seit 2016



... dass ich etwas finde, das mir genauso viel Spaß macht, wie der Sport.

... wäre ich Architektin geworden.

... fast gar nichts.

... Barack Obama, weil ich ihn unglaublich faszinierend finde und er so viel Wissen hat.

... Sonne und Zeit.

... das Leben.

... sich alles irgendwann auszahlt.

Kurz gefragt

... und geantwortet!

Für meine Zukunft wünsche ich mir ...

Wenn ich keinen Leistungssport machen würde, dann ...

Ich habe Angst vor ...

Diese Persönlichkeit würde ich gerne einmal treffen ...

Für den perfekten Start in den Tag brauche ich ...

Das bringt mich zum Lachen ...

Meinem „jüngeren Ich“ würde ich gerne mitgeben, dass ...

Olympiasieger im Umbruch

Impulse, Orientierung, Austausch: Johannes Lochner, Georg Fleischhauer und Jörn Wenzel nutzen das Sporthilfe Elite-Forum, um sich für die nächsten Schritte neu aufzustellen.

Drei Olympiasieger, ein gemeinsamer Triumph – und doch völlig unterschiedliche Wege: Johannes „Hansi“ Lochner, Georg Fleischhauer und Jörn Wenzel haben in Mailand Cortina gemeinsam Gold im Viererbob gewonnen. Trotz dieses Erfolgs befinden sich die drei Athleten an ganz unterschiedlichen Punkten ihrer Laufbahn. Während „Hansi“ bereits vor den Spielen sein Karriereende angekündigt hatte, setzen Jörn und Georg ihren sportlichen Weg fort – allerdings mit unterschiedlichen Zielen: Georg startet weiter als Anschieber in einem neuen Team, während Jörn umschult und künftig als Pilot durch den Eiskanal rast. Trotz dieser Unterschiede eint sie eines: Sie alle suchten Impulse, Orientierung und Austausch – und nutzten das Sporthilfe Elite-Forum bewusst zur individuellen Weiterbildung.

Eine Karriere im Leistungssport ist intensiv, fordernd und – gemessen an einem „klassischen“ Berufsleben – oft vergleichsweise kurz. Umso wichtiger ist es der Sporthilfe, die von ihr geförderten Athletinnen und Athleten nicht nur sportlich, sondern auch persönlich und beruflich zu begleiten. Genau hier setzt die Kompetenzförderung der Stiftung an: Sie schafft Räume für Entwicklung, ermöglicht Perspektivwechsel, stärkt Netzwerke und bietet so einen Mehrwert während der aktiven Karriere und weit darüber hinaus.

Beim 58. Sporthilfe Elite-Forum kamen 19 Athletinnen und Athleten in München zusammen und erlebten ein vielseitiges Programm aus kontroversen Diskussionen, inspirierenden Begegnungen und sportlichen Highlights. „Ich habe von diesen Tagen so viel mitnehmen können, was mich in meiner persönlichen und sportlichen Laufbahn in den kommenden Jahren sehr voranbringen kann“, sagt Jörn. Für ihn war das Timing besonders wertvoll: „Gerade da ich jetzt umsteige zum Piloten und sich ohnehin viel

ändert, war es sehr wichtig, die Chance zu nutzen.“ Georg kennt die besondere Atmosphäre des Formats bereits – er war 2017 schon einmal dabei. „Jetzt nach Olympia, wo der Druck und Stress auch mal weg war, wollte ich das gerne noch mal erleben.“

Zusammen mit seinen Teamkollegen ergab sich so eine besondere Konstellation: „Das hat sich dann angeboten im Team zusammen mit Hansi und Jörn. Am Ende war’s auch wieder super interessant mit den verschiedenen Menschen, die man kennengelernt hat. Und vor allen Dingen hat man sich mit Themen auseinandergesetzt, die einem für die Karriere nach der Karriere helfen – aber eben auch schon während der sportlichen Karriere.“

Themen wie Selbstmanagement, Kommunikation, Karriereplanung und Selbstvermarktung oder die Begleitung von Athletinnen und Athleten mit Gründerambitionen im Rahmen der Sporthilfe Founder Academy gehören genauso dazu, wie die Frage, wie sich sportliche Erfahrungen in andere Lebensbereiche und in die Nachaktivenkarriere übertragen lassen. Die Sporthilfe ermöglicht den Athletinnen und Athleten, „sich schon frühzeitig mit gewissen Themen zu beschäftigen – beispielsweise mit dem Thema Selbstvermarktung“, so Georg.

Das Sporthilfe Elite-Forum steht exemplarisch für die ganzheitliche Förderung der Sporthilfe. Es geht nicht nur um einzelne Programmpunkte oder Veranstaltungen, sondern um ein nachhaltiges Konzept, das Athletinnen und Athleten in ihrer gesamten Persönlichkeit stärkt – ermöglicht durch das Engagement der Nationalen Förderer PwC Deutschland und Mercedes-Benz. Ob am Anfang der sportlichen Karriere, auf dem Höhepunkt oder im Übergang in einen neuen Lebens- oder Karriereabschnitt: Die Auseinandersetzung mit den eigenen Fähigkeiten und Perspektiven bleibt entscheidend.



Goldfahrt im Eiskanal
von Mailand Cortina:
Pilot Johannes Lochner
mit seinen Antriebs-
Georg Fleischhauer,
Jörn Wenzel und
Thorsten Margis



Dinner und Talk beim 58. Sporthilfe Elite-Form
im Münchner Ausbildungsrestaurant Roecklplatz



Auf dem Court beim FC Bayern Basketball (v.L.):
Georg Fleischhauer, Jörn Wenzel und Johannes Lochner



Interessierte Athletinnen und Athleten in München



Erst 14 Monate vor den Winterspielen in Mailand Cortina hatte Kathrin Marchand vom Rudern in den Wintersport gewechselt



Die unterschätzten Talente des Arbeitsmarkts

In diesem Gastbeitrag erläutert Dr. Frank Weingarten, was Spitzensportlerinnen und -sportler zu den unterschätzten Talenten des Arbeitsmarkts macht – und warum Unternehmen genauer hinschauen sollten.

Als Kathrin Marchand bei den Paralympics in Mailand Cortina im Para-Skilanglauf Sprint auf Platz vier landet, ist das Ergebnis mehr als eine sportliche Leistung. Es ist der Beweis dafür, wie konsequent sich Spitzensportlerinnen und -sportler in neue Herausforderungen hineinarbeiten können – selbst dann, wenn der Weg dorthin alles andere als geradlinig ist. Erst 14 Monate zuvor hatte Kathrin vom Rudern in den Wintersport gewechselt – bereits ihr zweiter großer Neuanfang. Zuvor war sie im olympischen Sport erfolgreich unterwegs, bis sie 2021 einen Schlaganfall erlitt. Sie ist damit die erste Frau, die sowohl bei Olympischen Sommerspielen als auch bei Paralympischen Sommer- und Winterspielen an den Start ging. Die 35-Jährige wurde bislang insgesamt 15 Jahre von der Sporthilfe unterstützt, gehört heute zum Top-Team und erhält die vom Bund finanzierte Altersvorsorge.

Ihre Geschichte zeigt eindrucksvoll, welche Fähigkeiten Athletinnen und Athleten entwickeln: Hohe Leistungsorientierung, Fokussierung und Erfolgswillen. Kompetenzen, die in der Wirtschaft dringend gebraucht werden – aber im Arbeitsmarkt noch immer unterschätzt bleiben.

Während sportliche Karrieren oft früh enden, suchen Unternehmen händeringend nach Fachkräften mit Resilienz, Leistungsbereitschaft und Zielorientierung. Genau diese Eigenschaften entwickeln Spitzensportlerinnen und -sportler über Jahre hinweg und bilden

damit ein bislang weitgehend ungenutztes Potenzial für den Arbeitsmarkt. Spitzensportlerinnen und -sportler sind es gewohnt, unter Druck zu performen, sich kontinuierlich zu verbessern und ambitionierte Ziele zu verfolgen. Diese Erfahrungen prägen stabile Persönlichkeitsmerkmale, die im beruflichen Kontext von hohem Wert sind. Studien zur Persönlichkeitsforschung im Leistungssport zeigen, dass Eigenschaften wie Gewissenhaftigkeit, Fokus und eine dynamische Balance zwischen Leistungsstreben und Kooperation zu den zentralen Zukunftskompetenzen zählen. Die Leistungsfähigkeit von Athletinnen und Athleten zeigt sich bereits während ihrer aktiven Karriere:

Trotz erheblicher zeitlicher Belastungen schließen rund zehn Prozent der Spitzensportlerinnen und -sportler die Schule mit einem Notendurchschnitt bis 1,5 ab, weitere knapp 20 Prozent mit 2,0 oder besser. Diese Zahlen verdeutlichen, dass Disziplin, Zielorientierung und Selbstmanagement nicht nur sportliche, sondern auch akademische und berufliche Erfolge fördern. Empirische Untersuchungen belegen zudem, dass sich sportliche Höchstleistung langfristig ökonomisch auszahlt. Ehemalige Spitzensportlerinnen und -sportler erzielen signifikant höhere monatliche Nettoeinkommen als vergleichbare Nicht-Sportlerinnen bzw. -Sportler, selbst bei gleichem Bildungsniveau und ähnlicher Berufserfahrung. Besonders Teamsportlerinnen und -sportler profitieren von ihren ausgeprägten sozialen und kommunikativen Kompetenzen. Diese





Ergebnisse zeigen, dass sich die im Leistungssport erworbenen Fähigkeiten erfolgreich in beruflichen Erfolg übersetzen lassen, jedoch im Recruiting bislang selten berücksichtigt werden.

Trotz des offensichtlichen Potenzials bleiben Spitzensportlerinnen und -sportler auf dem Arbeitsmarkt häufig unentdeckt. Die Ursache ist eine doppelte Lücke: Auf Seiten der Sportlerinnen und Sportler fehlt häufig die Fähigkeit, die eigenen sportlich geprägten Kompetenzen bewusst zu identifizieren und in den Kontext des Geschäftslebens zu übersetzen, sei es für Lebensläufe, Bewerbungsgespräche oder strategische Karriereentscheidungen. Auf Seiten der Unternehmen mangelt es an einer klaren Logik, um das Potenzial von Spitzensportlerinnen und -Sportlern jenseits symbolischer Zuschreibungen („Disziplin“, „Biss“) konkret zu erkennen und zu nutzen.

Diese strukturellen Defizite verhindern eine effektive Integration und Wertschöpfung. Um das Potenzial von Spitzensportlerinnen und -sportlern zu erschließen, braucht es ein systematisches Vorgehen auf beiden Seiten.

Athletinnen und Athleten sollten lernen, ihre Stärken sichtbar zu machen:

- Sportliche Erfahrungen bewusst reflektieren
- Kompetenzen in berufliche Sprache übersetzen
- Sich strategisch positionieren

Unternehmen wiederum sollten Athletinnen und Athleten als eigenes Talentsegment begreifen:

- Kompetenzbasierte Auswahlverfahren nutzen
- Mentoring- und Onboarding-Programme anbieten
- Sportliche Kompetenzen als Wettbewerbsvorteil verstehen

Kathrins Geschichte zeigt, was Selbstverantwortung und Unabhängigkeit bedeuten. „Der bewusste Wechsel vom Ruder-Vierer zum Wintersport war auch vom Wunsch getrieben, die eigene Leistungsfähigkeit selbstbestimmter einzubringen“, sagt sie rückblickend – und das Ergebnis eigenverantwortlich zu gestalten. Wer in der Lage ist, sich unter Extrembedingungen mit einer klaren

Leitlinie selbst zu steuern und neue Wege zu gehen, bringt das Fundament mit, um später auch Teams erfolgreich zu führen.

Jürgen Eggers, Personalleiter beim Bauunternehmen GOLDBECK, begleitet seit 2019 das gemeinsame Mentorenprogramm der Sporthilfe und der Werte-Stiftung. Dort hat er Athletinnen und Athleten als unprätentiöse, leistungsorientierte und sehr teamfähige Persönlichkeiten erlebt, deren persönliche Kompetenzen im Unternehmenskontext auffallen. Gerade deshalb sieht der Personalleiter eine enge Verbindung zu den GOLDBECK-Werten „Menschlichkeit, Vertrauen, Verantwortung, Leistung, Pioniergeist“. Diese spiegeln genau das wider, was Spitzensport prägt: Belastbarkeit, Eigenverantwortung, Teamorientierung und der Wille, sich kontinuierlich weiterzuentwickeln.

Entscheidend ist aus Unternehmenssicht jedoch die Übersetzung. Nicht die sportliche Biografie allein erzeugt berufliche Relevanz, sondern die Fähigkeit, daraus konkrete Stärken abzuleiten. Sportlerinnen und Sportler sollten diese persönlichen Skills in Bewerbungen und Gesprächen selbstbewusst sichtbar machen und nicht zu bescheiden auftreten. So wird aus sportlicher Erfahrung ein nachvollziehbarer Mehrwert für Unternehmen.

Genau an dieser Stelle setzt die Sporthilfe an. Mit Programmen zur Kompetenzförderung wie dem Matchplan, Mentorenprogramm oder dem Unternehmensnetzwerk schafft die Stiftung genau die Brücke, die vielen Athletinnen und Athleten fehlt: Sie lernen, ihre sportlichen Stärken zu benennen, zu übersetzen und im Berufsleben wirksam einzusetzen. So wird aus Leistung auf der Bahn, im Boot oder auf dem Feld echte Karrierekompetenz.

Über den Autor:

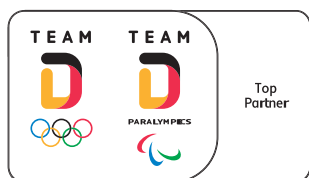
Dr. Frank Weingarten ist Managing Partner der HEADAHEAD GmbH und berät seit 25 Jahren Organisationen bei der Besetzung von Top-Führungspositionen im Öffentlichen und Non-Profit Sektor (Verbände, Vereine, Stiftungen) sowie bei Familienunternehmen und im Mittelstand.



Es geht um große Ziele.

Und darum, dass sich jemand gesellschaftlich engagiert.

Als größte nichtstaatliche Sportförderin in Deutschland unterstützen wir große und kleine Projekte. Wir übernehmen damit Verantwortung und schaffen nachhaltige Werte vor Ort.



Weil's um mehr als Geld geht.





Was macht eigentlich...? Pascal Roller

Der ehemalige Basketballprofi und heutige Marketing- und Kommunikationsexperte bei PwC Deutschland spricht über mentale Stärke, Teamwork, den Umgang mit Druck und die aktuelle Entwicklung des Basketballs in Deutschland.

Seit 2023 ist PwC Deutschland Nationaler Förderer der Sporthilfe, Du bist der fachliche Ansprechpartner für das Engagement. Was zeichnet die langjährige Partnerschaft zwischen PwC und Sporthilfe aus?

Aus meiner Sicht zeichnet die Partnerschaft vor allem ihre gewachsene, vertrauensvolle und inzwischen auch freundschaftliche Zusammenarbeit aus. Wir sehen viele Gemeinsamkeiten zwischen der Arbeitsweise von Spitzensportlerinnen und -sportlern und unserem eigenen Anspruch als leistungsorientiertes Unternehmen, zum Beispiel etwa im Teamwork, im Umgang mit Druck und in der Zielorientierung. Über die Jahre haben sich daraus immer mehr Synergien ergeben. Dass wir die Partnerschaft Anfang des Jahres frühzeitig verlängert haben, unterstreicht, wie wertvoll und nachhaltig wir diese Zusammenarbeit einschätzen.

Was können Unternehmen konkret von Spitzensportlerinnen und -sportlern lernen?

Oft arbeiten Athletinnen und Athleten jahrelang genau auf einen einzigen Augenblick hin, beispielsweise bei den Olympischen und Paralympischen Spielen, und dabei gibt es zentrale Erfolgsfaktoren: mentale Stärke, Fokus, der souveräne Umgang mit Druck, klare Zielsetzungen, Selbstvertrauen und – vor allem im Teamsport – ein gutes Rollenverständnis sowie funktionierende Zusammenarbeit. Hier sehen wir viele Parallelen zum ‚normalen‘ Arbeitsalltag. Genauso wichtig ist aber auch der Ausgleich: Neben Leistung und Druck braucht es bewusst Phasen der Regeneration, um Energie zu tanken und zu reflektieren. Dieses Zusammenspiel aus Anspannung und Erholung ist sowohl im Sport als auch im Unternehmen entscheidend.

Im September findet die Damenbasketball-WM in Deutschland statt. Wie schätzt Du die Chance für das deutsche Team ein?

Die Ausgangslage ist gut. Das Team hat sich kontinuierlich entwickelt und bringt viel Potenzial mit. Inwieweit sich das am Ende in konkreten Platzierungen widerspiegelt, lässt sich aus meiner Sicht aber schwer vorhersagen. Die generelle Entwicklung des Frauenbasketballs in Deutschland habe ich in den letzten Jahren mit großer Freude verfolgt. Der Erfolg im 3x3 bei den Olympischen Spielen in Paris war natürlich ein echtes Highlight. Man merkt deutlich: Die jüngsten Erfolge haben

dem Frauenbasketball viel Aufmerksamkeit gebracht. Das zeigt sich zum Beispiel auch durch steigende Mitgliederzahlen in Vereinen.

Wie hat sich die Wahrnehmung des Basketballs in Deutschland verändert – auch im Vergleich zu Deiner Zeit als Nationalspieler?

Grundsätzlich ist die Entwicklung im deutschen Basketball aktuell kaum zu toppen – Welt- und Europameistertitel im Herrenbereich sind phänomenal und haben eine enorme Strahlkraft. Die mediale Aufmerksamkeit ist spürbar gestiegen, auch rund um die Bundesliga. Das macht es für deutsche Spieler auch attraktiver in der heimischen Liga zu bleiben und steigert die Identifikation der Fans. Insgesamt hat sich viel bewegt: Erfolge im Männer- und Frauenbereich, mehr Sichtbarkeit, bessere Übertragungsangebote und zahlreiche neue Zugänge wie Podcasts oder Social Media. Das Umfeld nutzt die aktuellen Trends sehr gut. Trotzdem würde ich nicht von einem endgültigen Durchbruch sprechen. Dafür habe ich zu viele Höhen und Tiefen miterlebt. Vielmehr ist es eine sehr positive Entwicklung, die zeigt, welches Potenzial der Basketball in Deutschland hat.

Du bist seit 2003 Mitglied im Sporthilfe Alumni-Club. Was macht dieses Ehemaligen-Netzwerk für Dich besonders?

Gerade der Austausch mit Menschen, die einen ähnlichen sportlichen Hintergrund haben, ist enorm wertvoll – sei es in Bezug auf Training und Leistungssport oder auch auf den Übergang ins Berufsleben und Themen rund um die Sportbranche. Für mich ist das ein starkes Netzwerk, das ich bisher zwar nicht intensiv nutzen musste, bei dem ich aber sicher bin, dass immer Unterstützung da wäre. Umgekehrt helfe ich natürlich auch gerne, wenn ich kann. Ein großer Mehrwert liegt auch darin, über den eigenen sportlichen Tellerrand hinauszuschauen.

Das komplette
Interview gibt's
im E-Paper



Ihre führenden Kliniken für Gelenkersatz und Sporttraumatologie.



ARCUS KLINIKEN

Die ARCUS Kliniken sind auf Gelenkersatz und Sporttraumatologie spezialisiert. Deutschlandweit werden die meisten Knie-, Hüft- und Schultergelenke erfolgreich mit höchster Patientenzufriedenheit und besten Ergebnissen ersetzt. In der Sporttraumatologie behandeln erfahrene Spezialisten Verletzungen von Freizeit- und Profisportlern für eine schnelle Rückkehr zur vollen Mobilität.



Die Brückenbauer

Strukturen hinterfragen, Kritik äußern, vermitteln: Athletensprecherinnen und -sprecher bewegen sich zwischen den Interessen der Sportlerinnen und Sportler und denen der Verbände. Drei Persönlichkeiten, drei unterschiedliche Perspektiven – und eine gemeinsame Überzeugung: Wer etwas verändern will, muss seine Stimme erheben.

Hendrik Dombek

Ende vergangenen Jahres wurden in einer ARD-Doku mutmaßliche Missstände in der Deutschen Eisschnelllauf- und Shorttrack-Gemeinschaft (DESG) offengelegt: Vorwürfe von Misswirtschaft, intransparentem Führungsverhalten, Vertrauensverlust. Kurz darauf wird Olympiastarter Fridtjof Petzold für alle Wettkämpfe gesperrt und verliert seinen Bundeskaderstatus – weil er öffentlich Kritik geäußert hatte, die die DESG als verbandschädigend einstufte. Plötzlich steht ein Verband im Fokus, der lange vor allem intern mit sich selbst beschäftigt war. Genau in diesem Umfeld arbeitet Hendrik Dombek als Athletensprecher.

„Eigentlich hat sich durch die öffentliche Debatte nichts an meiner Arbeit verändert“, sagt Hendrik, der von 2023 bis Juni 2026 das Amt des Athletensprechers bei der DESG übernommen hatte. Er versuchte weiterhin, konsequent die Themen der Athletinnen und Athleten in den Mittelpunkt zu stellen – unabhängig davon, was medial diskutiert werde. „Der größte Unterschied war, dass viel mehr Öffentlichkeit auf uns lag.“

Gleichzeitig habe der 29-Jährige den Standpunkt der Athletenschaft auch nach außen weitergegeben. Viele Athletinnen und Athleten seien überzeugt, dass Kritik – ob angebracht oder nicht – niemals den Kaderstatus oder das Startrecht kosten dürfe. „Ein Verband muss das aushalten und gemeinsam mit uns Lösungen finden.“ Die Sperre habe die Stimmung spürbar verändert: Athletinnen und Athleten hätten gesehen, „wenn ich etwas zum falschen Zeitpunkt sage, muss ich Angst vor Konsequenzen haben“. Genau das dürfe nicht passieren. Kritik müsse möglich bleiben – intern wie extern. Als tägliche Reibung zwischen Athletensicht und Verbandslogik. Seine Grundeinstellung ist klar: Entscheidungen würden besser, wenn sie nicht nur erklärt, sondern gemeinsam mit Athletinnen und Athleten reflektiert würden.

Diese Haltung prägt auch die anderen Rollen, die er parallel ausfüllt. Hendrik ist nicht nur aktiver Leistungssportler und Athletensprecher der DESG, sondern auch Präsidiumsmitglied bei Athleten Deutschland. „Ich versuche in jeder meiner Rollen, das Bestmögliche für die Athletinnen und Athleten herauszuholen“, sagt er. Gleichzeitig sieht er genau in dieser Vielschichtigkeit auch eine spannende Aufgabe: unterschiedliche Perspektiven, Zuständigkeiten und Erwartungen miteinander zu verbinden. „Besonders die Arbeit in der Athletenkommission des DOSB und meine Rolle im Aufsichtsrat der Sporthilfe bringen noch einmal neue Blickwinkel mit sich.“ Vor allem die Kontroll- und Aufsichtsfunktionen seien für ihn Neuland. „Da immer die richtige Perspektive einzunehmen, ist ein Lernprozess. Mir ist wichtig, diese Verantwortung kompetent und mit dem nötigen Fingerspitzengefühl auszufüllen.“

Auf den ersten Blick wirkt die ARD-Doku wie ein Konflikt zwischen Athletinnen bzw. Athleten und Verband. Bei genauerem Hinsehen offenbart sich aber noch mehr: Ein System, das nur funktioniert, wenn Kritik nicht sanktioniert, sondern gehört wird. Und genau hier sieht Hendrik eine Chance. „Das neue Sportfördergesetz ist für mich die historische Möglichkeit, Athletinnen und Athleten endlich wirklich mitzudenken – und mit ihnen zu sprechen, nicht über sie. Gute Verbandsführung bedeutet auch: Überprüfbare Vorgaben für Good Governance und Athleten-Beteiligung.“ Der laufende Prozess zeige, wie unterschiedlich Sport in Deutschland gesehen werde: von Verbänden, vom DOSB, von der Politik. „Aber genau deshalb ist es so wichtig, uns jetzt abzusichern – finanziell, strukturell, was Safe Sport und Good Governance angeht.“ Vielleicht ist das die eigentliche Lehre aus den vergangenen Monaten: Nicht die Frage, ob Athletinnen und Athleten reden dürfen, ist entscheidend. Sondern ob das System bereit ist zuzuhören und sie wirklich miteinbeziehen – bevor es wieder eskaliert.



Maximilian Thorwirth

Für den Leichtathleten ist klar: „Nur meckern und nichts machen ist ein bisschen schwach.“ Der Mittelstreckenläufer sagt das nicht wie ein programmatisches Statement, eher wie eine Selbstverständlichkeit. Und doch steckt in diesem Satz viel von dem, was seine Rolle aktuell ausmacht: Athlet, Sprecher, Vermittler – und jemand, der sich entschieden hat, nicht nur zu laufen, sondern mitzureden.

Maximilian nimmt einen Platz ein zwischen Trainingsalltag, Verbandsarbeit und öffentlicher Stimme. Zwischen Verständnis für Strukturen und dem Drang, sie zu verändern. Zwischen Athlet und Funktionär auf Zeit. Dass er überhaupt in diese Rolle schlüpfte, war kein Karriereplan. Eher eine Mischung aus Interesse, Unruhe und dem Gefühl, nicht nur zuschauen zu wollen. Vorgeschlagen von anderen Leichtathletinnen und -athleten, gewählt, erst Stellvertreter – inzwischen Athletensprecher der deutschen Leichtathletik. „Ich war immer jemand, der sich getraut hat, seine Meinung zu sagen.“

Diese Bereitschaft zur Positionierung ist auch außerhalb des Verbandes sichtbar: Auf Social Media, im eigenen Podcast, in Interviews. Der 31-Jährige ist jemand, der den Laufsport nicht nur läuft, sondern kommentiert. Und das kann Reibung erzeugen – nach außen wie nach innen. Denn die Frage, die sich durch sein Rollenverständnis zieht, ist komplizierter, als sie klingt: Wie laut darf ein Athlet sein, der gleichzeitig das System mitvertritt?



Ich war immer jemand,
der sich getraut hat,
seine Meinung zu sagen.

Maximilian Thorwirth

Maximilian kennt beide Seiten. Die Perspektive der Athletinnen und Athleten, die schnelle Antworten wollen. Und die der Verbände, in denen Entscheidungen selten zeitnah fallen, dafür oft komplex sind. „Es gibt selten die eine Wahrheit“, sagt er. Und genau diese Erkenntnis habe seine Sicht auf das System verändert. Früher habe vieles klarer gewirkt. Heute sei er vorsichtiger mit schnellen Urteilen – auch, weil er die Mechanik innerhalb der Verbände besser versteht. Gleichzeitig betont er, dass Verständnis nicht mit Zustimmung verwechselt werden dürfe. „Es gibt trotzdem Dinge, die nicht schnell genug gehen.“

Mit der Leichtathletik vertritt Maximilian eine riesige Sportart, die gleichzeitig sehr divers ist. Zwischen Lauf-, Wurf- und Sprungdisziplinen treffen unterschiedliche Interessen, Trainingsrealitäten und Bedürfnisse aufeinander. Eine besondere Herausforderung, denn wie fängt man aus so einer heterogenen Gruppe die Meinung ein? Organisiert wird das vor allem über eine WhatsApp-Gruppe und viele persönliche Gespräche.

Gleichzeitig ist er überzeugt, dass Athletenvertretung ohne Öffentlichkeit kaum Wirkung entfalten kann. Sein Podcast oder Social-Media-Aktivitäten sind für ihn deshalb kein Widerspruch zur Verbandsrolle, sondern Teil derselben Logik. Wer nicht sichtbar ist, wird schwer gefunden. Wer nicht gefunden wird, kann auch keine Anliegen aufnehmen. Als Athletensprecher will er für Athletinnen und Athleten ansprechbar sein. Aber Öffentlichkeit wirkt auch in die andere Richtung: Wer sichtbar ist, lässt sich schwerer übersehen.

Dass diese Sichtbarkeit Risiken birgt, weiß er genau. Nicht alles, was er sagt, ist automatisch „die Meinung der Athleten“. „Ich muss aufpassen, dass da nicht zwischen meiner persönlichen Meinung und der der Athletenschaft verwechselt wird.“ Am Ende bleibt bei Maximilian weniger die Idee eines klassischen Athletensprechers als das Bild eines Vermittlers in einem System, das selten eindeutig ist. Einer, der Kritik nicht als Gegenpol zum System versteht, sondern als Teil davon. „Das Amt des Athletensprechers ist leider nicht so beliebt, weil es viel Druck und teilweise auch Stress mit sich bringt. Aber wenn ich mich nicht nochmal aufgestellt hätte, dann hätte es vielleicht niemand gemacht.“ Ein Satz, der weniger nach Pflicht als nach Haltung klingt.



Urs Breitenberger

Ü bernommen hat Urs die Rolle als Athletensprecher auch aus Frustration. Über mehr als zwei Jahrzehnte im Leistungssport hat er immer wieder erlebt, wie gehörlose Sportlerinnen und Sportler im deutschen Fördersystem durchs Raster fallen. „Ich wollte daran etwas ändern.“ Vor allem zwei Themen treiben ihn an: die Sichtbarkeit von Deaf-Sportlerinnen und -Sportlern und die Schaffung von Sportförderplätzen – etwa bei Bundeswehr, Polizei oder Zoll. Während olympische und paralympische Athletinnen und Athleten auf entsprechende Förderstrukturen zurückgreifen können, gibt es für gehörlose Leistungssportlerinnen und -sportler bislang keinen einzigen solchen Platz.

Die Folgen sind spürbar. Viele Athletinnen und Athleten trainieren auf internationalem Spitzenniveau und stemmen trotzdem gleichzeitig einen Vollzeitjob. Urs selbst arbeitet 40 Stunden pro Woche als Fachplaner für Elektrotechnik. „Am liebsten würde ich meine

Arbeit kündigen und meine ganze Energie in den Sport stecken“, sagt der 38-Jährige. „Aber ich muss natürlich auch mein Leben finanzieren.“ Urs hat das Gefühl, dass die Deaflympics politisch noch immer nicht auf derselben Stufe wahrgenommen werden wie beispielsweise Paralympische Spiele. „Wir werden nicht so ernst genommen wie andere Gruppen.“

Es ist ein Satz, der sich wie ein Roter Faden durch seine Aussagen zieht. Immer wieder geht es um Sichtbarkeit. Um Anerkennung. Um die Frage, wer im deutschen Sportsystem selbstverständlich mitgedacht wird – und wer lediglich mitgemeint. Dass Gehörlosigkeit oft unsichtbar ist, mache die Situation komplizierter. Während andere körperliche Behinderungen meist unmittelbar erkennbar sind, werden „unsere Barrieren oft nicht gesehen.“ Gerade in traditionellen Strukturen stößt er immer wieder auf Menschen, die Veränderungen skeptisch gegenüberstehen. Er spricht von „alten, weißen Männern“, gegen deren Beharrungsvermögen er häufig ankämpfen müsse.

Seine Arbeit führt ihn regelmäßig für politische Gespräche in den Bundestag, um sich für die Belange der gehörlosen Sportlerinnen und Sportler stark zu machen, er nutzt soziale Medien, um Öffentlichkeit zu schaffen. Die Bilanz fällt gemischt aus. „Kleine Impulse“ habe es gegeben. Der große Durchbruch aber sei bislang ausgeblieben.

Trotzdem macht er weiter und kämpft dafür, dass kommende Generationen diese Hürden nicht mehr allein überwinden müssen. „Ich glaube, es ist wichtig, eine stabile Brücke zwischen hörenden und gehörlosen Sportlerinnen und Sportlern zu bauen – eine, die stark genug ist, um alte Strukturen aufzubrechen.“ Sein Ziel ist es, endlich gehört zu werden.



Wir werden nicht so ernst
genommen wie andere Gruppen.

Urs Breitenberger



Einer aus der Mitte

Weltmeister, Champions-League-Sieger, Weltpokalsieger, vielfacher Deutscher Meister und Pokalsieger – Philipp Lahm zählt zu den erfolgreichsten deutschen Fußballern der Geschichte.

Zwischen 2004 und 2014 absolvierte er 113 Länderspiele für Deutschland. Als Kapitän führte er die Nationalmannschaft 2014 in Brasilien zum Weltmeistertitel. Beim FC Bayern München war er über ein Jahrzehnt hinweg Stammspieler und Identifikationsfigur, ab 2011 Kapitän der Mannschaft. Er gewann insgesamt 21 Titel, darunter das historische Triple 2013 aus Deutscher Meisterschaft, DFB-Pokal und UEFA Champions League.

Nach dem Ende seiner aktiven Laufbahn 2017 widmete sich Lahm vielfältigen Aufgaben: Er erweiterte das Engagement seiner im Jahr 2007 gegründeten Stiftung aus, baute als Unternehmer die Philipp Lahm-Holding auf und betätigte sich als Autor und Kolumnist. Von Juni 2019 bis zum Abschluss der UEFA EURO 2024 war er Geschäftsführer der DFB EURO GmbH und verantwortete als Turnierdirektor die Heim-EM in Deutschland. Unter seiner Leitung wurde das Turnier nicht nur ein sportliches Großereignis, sondern auch ein gesellschaftliches Signal für Zusammenhalt, Vielfalt und Fairness.

Lahm war ein exzellenter Fußballer, ein fairer Abwehrspieler, als Teamplayer ein vorbildlicher Kapitän, erfolgreich sowieso. Auf dem Rasen verkörperte er Werte und hat dies bislang auch in all seinen darauffolgenden Aufgaben getan. Er ist ein Fußballer aus der Mitte der Gesellschaft. 2025 wurde er in die „Hall of Fame des deutschen Sports“ aufgenommen.

+ www.hall-of-fame-sport.de

Ein Vielgeehrter

Philipp Lahm wurde von 2006 bis 2014 bei fünf großen Turnieren in Folge ins Allstar-Team gewählt – ein einmaliger Wert im internationalen Fußball. Er ist Ehrenspielführer Deutschlands, Ehrenbürger Münchens, Träger des Bundesverdienstkreuzes. Als er dieses im Oktober 2025 vom Bundespräsidenten verliehen bekam, wurde sein Werben für die verbindende Kraft des Fußballs während seiner Zeit als EM-Turnierdirektor nochmal eigens hervorgehoben.



Außenverteidiger neu gedacht

Lahm verband defensive Stabilität mit kreativem Offensivspiel. Enge Ballführung, schnelle Richtungswechsel, zugleich Geschick und Robustheit im Zweikampf sowie taktische Intelligenz machten ihn zu einem der komplettesten Spieler seiner Zeit. Bei ihm wusste man nie, ob er defensiv oder offensiv besser war.

Der Kapitän

Als Spielführer führte er den FC Bayern und die Nationalmannschaft zu ihren größten Erfolgen – hier beim Empfang der Weltmeister 2014 in Berlin inszenierte die Mannschaft auf der Bühne eine gemeinsame Performance. Lahm wurde als natürlicher Anführer wahrgenommen – leise, aber eindeutig. Mitspieler, Trainer und Öffentlichkeit schätzten ihn als verlässlichen Orientierungspunkt: jemand, der das Spiel verstand, Verantwortung übernahm und durch Haltung überzeugte statt durch Lautstärke.

Einer, der Werte lebt

Er ist als „Mr. Fairplay“ bekannt – in 757 Pflichtspielen erhielt er keine einzige Rote Karte und war nie gesperrt. Im Alter von 23 Jahren gründete er 2007 seine eigene Stiftung, mit der er sich für benachteiligte Kinder einsetzt. Mit der von ihm ins Leben gerufenen Plattform „Treffpunkt Verein“, will er Vereine in Deutschland stärken – damit sie tragende Säulen der demokratischen Gesellschaft bleiben können.

Grundsteinleger des Sommermärchens

Das Eröffnungsspiel der Heim-WM 2006 gegen Costa Rica machte ihn berühmt. Als Linksverteidiger schoss er mit rechts das erste Tor des Turniers. Sein Traumtor wurde zum Grundstein für das Sommermärchen. Auf diesen Schuss vom Strafraum in den Winkel wird er noch heute in allen Teilen der Welt angesprochen.



Stimmen & Grüße

aus Social Media-Posts sowie Briefen, Karten und Mails an die Sporthilfe

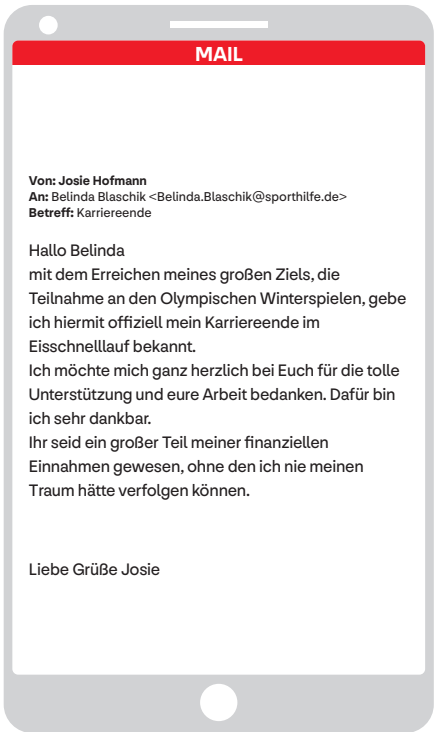


Josie Hermann
(Eisschnelllauf)

Ein besonderes Dankeschön: German Cycling schickte anlässlich der BahnWM in Chile de Santiago ein signiertes Nationaltrikot.

German Cycling (Radsport-Verband)

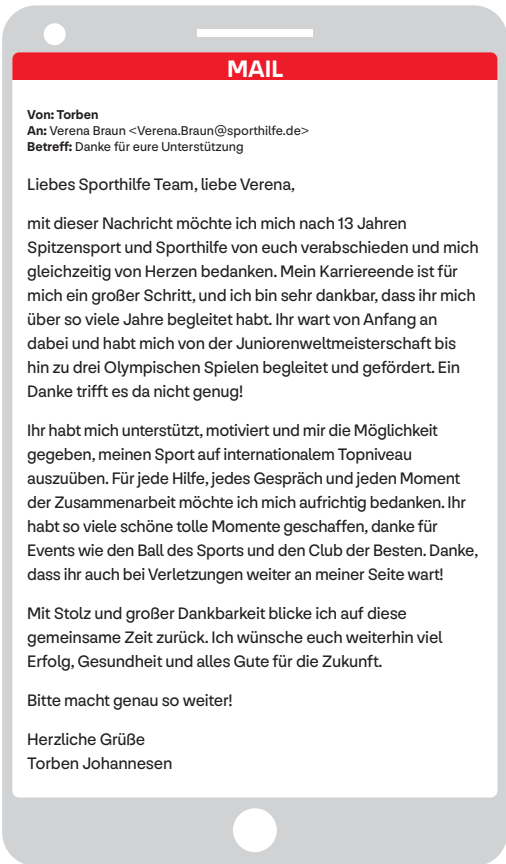
Karla Borger (Beachvolleyball)



Von: Josie Hofmann
An: Belinda Blaschik <Belinda.Blaschik@sporthilfe.de>
Betreff: Karriereende

Hallo Belinda
mit dem Erreichen meines großen Ziels, die Teilnahme an den Olympischen Winterspielen, gebe ich hiermit offiziell mein Karriereende im Eisschnelllauf bekannt.
Ich möchte mich ganz herzlich bei Euch für die tolle Unterstützung und eure Arbeit bedanken. Dafür bin ich sehr dankbar.
Ihr seid ein großer Teil meiner finanziellen Einnahmen gewesen, ohne den ich nie meinen Traum hätte verfolgen können.

Liebe Grüße Josie



Von: Torben
An: Verena Braun <Verena.Braun@sporthilfe.de>
Betreff: Danke für eure Unterstützung

Liebes Sporthilfe Team, liebe Verena,

mit dieser Nachricht möchte ich mich nach 13 Jahren Spitzensport und Sporthilfe von euch verabschieden und mich gleichzeitig von Herzen bedanken. Mein Karriereende ist für mich ein großer Schritt, und ich bin sehr dankbar, dass ihr mich über so viele Jahre begleitet habt. Ihr wart von Anfang an dabei und habt mich von der Juniorenweltmeisterschaft bis hin zu drei Olympischen Spielen begleitet und gefördert. Ein Danke trifft es da nicht genug!

Ihr habt mich unterstützt, motiviert und mir die Möglichkeit gegeben, meinen Sport auf internationalem Topniveau auszuüben. Für jede Hilfe, jedes Gespräch und jeden Moment der Zusammenarbeit möchte ich mich aufrichtig bedanken. Ihr habt so viele schöne tolle Momente geschaffen, danke für Events wie den Ball des Sports und den Club der Besten. Danke, dass ihr auch bei Verletzungen weiter an meiner Seite wart!

Mit Stolz und großer Dankbarkeit blicke ich auf diese gemeinsame Zeit zurück. Ich wünsche euch weiterhin viel Erfolg, Gesundheit und alles Gute für die Zukunft.

Bitte macht genau so weiter!

Herzliche Grüße
Torben Johannesen

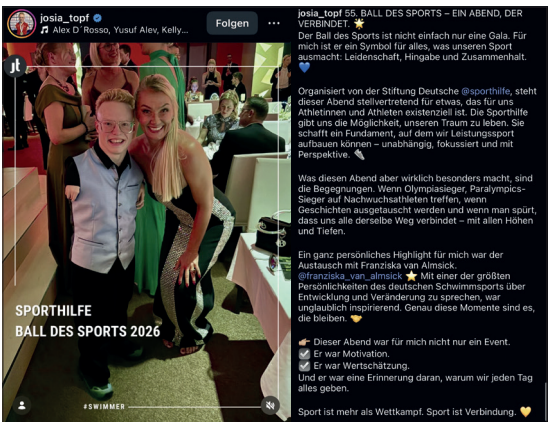


joern_wenzel Danke @sporthilfe für diese Unvergesslichen 3 Tage! Ich bin unfassbar dankbar, dass ich beim 58. Sporthilfe Elite Forum dabei sein durfte! 🙌

Es hat mir sehr viel Spaß gemacht und ich werde mit großer Sicherheit einiges davon für meinen zukünftigen Weg gebrauchen können.

Kleiner Tipp an alle Sporthilfe-Sportler: Macht unbedingt mit, wenn ihr auch die Chance dazu bekommt, es lohnt sich sehr!! 😊

Jörn Wenzel (Bobsport)



Torben Johannesen
(Rudern)

Josia Topf
(Para-Schwimmen)



Sporthilfe

Service-Partner

BAUERFEIND®

BAUERFEIND

PARTNER DES SPORTS

Seite an Seite auf dem Weg zu großen Erfolgen

Seit über 15 Jahren unterstützt die Bauerfeind AG Sporthilfe-geförderte Athletinnen und Athleten mit hochwertigen Produkten und Services zur Erhaltung und Wiederherstellung ihrer Gesundheit und Leistungsfähigkeit.



→ [BAUERFEIND-SPORTS.COM](https://bauerfeind-sports.com)

800€

Wettkampf-Fracks für Dressur & Springreiten à 400€

250€

Trense

90€

3 Reithandschuhe à 30€

300€

3 Reithosen à 100€

50€

Trensengebiss

30€

Gerte

9.000€

2 Sättel à 4.500€

300€

3 Schabracken (Pferdedecken) à 100€

700€

2 Paar Reitstiefel à 350€

100€

Steigbügel

100€

Sattelgurte

500€

2 Gamaschen à 250€

300€

Airbag-Weste

500€

2 Reithelme à 250€

Was kostet eigentlich...

... eine Ausrüstung im Vielseitigkeitsreiten?

Eine der Grundvoraussetzungen für sportlichen Erfolg ist eine optimale Ausrüstung. Doch was kostet eigentlich das bestmögliche Set-Up der Athletinnen und Athleten in ihrer jeweiligen Sportart? Am Beispiel von Olympiasiegerin **Ingrid Klimke** wird ersichtlich, dass im Vielseitigkeitsreiten mit den drei Teilprüfungen Dressur, Geländerritt und Springen für eine Grundausrüstung eine Gesamtsumme von rund **13.000 Euro** zusammenkommt.

Hinzu kommen zahlreiche weitere, teils erheblich variierende Kosten rund um das Pferd selbst und dessen Unterhalt: von der Stallmiete plus Weide über Zusatzfutter, regelmäßige Pflegeutensilien und Versicherungen bis hin zu Ausgaben für den Hufschmied und – idealerweise überschaubaren – Tierarztkosten, etwa für Impfungen oder Zahnkontrollen. Ergänzend fallen Investitionen in Transportmöglichkeiten wie Pferdeanhänger an, um gemeinsam von A nach B zu gelangen.



Und wie sehen die Kosten in anderen Sportarten aus? QR-Code scannen und mehr erfahren.

Ingrid Klimke, Sporthilfe-gefördert seit 1993, errang bislang bei sechs Olympischen Spielen zweimal Gold und einmal Silber. Zudem gewann sie bei Welt- und Europameisterschaften insgesamt zwölf Medaillen, darunter zwei WM- und acht EM-Titel.

Wer um Paralympische Ehren kämpft, der braucht den unbedingten Willen, für sein großes Ziel harte Arbeit auf sich zu nehmen. Das macht Paralympische Spitzensportler*innen zu echten Vorbildern, die die Telekom gerne unterstützt. Wir sind stolzer Partner vom **Team D Paralympics** und der **Sporthilfe**.

GEMEINSAM SIND WIR UNBESIEGBAR.

SPORT GEWINNT IMMER.



Connecting
your world.

Ingo Kuhli-Lauenstein, Nationalspieler Para Eishockey



Segel voll im Griff. Studium auch.

Erfolg braucht Ambition und Unterstützung. Deshalb fördern wir Talente wie Sophie Steinlein mit dem Deutsche Bank Sport-Stipendium – im Leistungssport und im Studium.
deutsche-bank.de/sporthilfe

With deep dedication.
Deutsche Bank