



# Gehörlosen-Sportverband Rheinland-Pfalz e.V.

## Fachverband für Gehörlosensport

Mitglied des Deutschen Gehörlosen-Sportverbandes e.V.  
und im Landessportbund Rheinland-Pfalz e.V.



## Sport-Seminar „Sport, Spiel & Spaß“

■ Erstmals nach vielen Jahren hat der Gehörlosen-Sportverband Rheinland-Pfalz e.V. (GSV RLP e.V.) in Frankenthal ein Sport-Seminar für die Mitarbeiter der dem Verband angeschlossenen Vereine angeboten. Hintergrund war die Gelegenheit bzw. Möglichkeit, den Abend vor der ordentlichen Mitgliederversammlung des GSV RLP zu nutzen, da am Folgetag die Versammlung am gleichen Ort sowieso früh beginnen soll.

Auch wenn die Meldezahlen leider weniger als erwartet waren, wurde das Seminar dennoch durchgeführt.

Nach dem Eintreffen der Teilnehmer in der **Sporthalle des Pfalz Instituts für Hörgeschädigte (PIH)** in Frankenthal stellte der 1. Vorsitzende des GSV RLP **Johannes Bildhauer** die Leiterin des Seminars Frau **Lau** sowie die Teilnehmer aus verschiedenen Vereinen kurz vor. Kaum war die Vorstellung beendet, hat Frau **Lau** mit Unterstützung des Gebärdensprach-Dolmetschers **Michael Schultheis** uns schon schnell



*Frau Lau (rechts stehend) gab mit Unterstützung des Gebärdensprach-Dolmetschers M. Schultheis (links stehend) Anweisungen zu den Übungen.*

in Bewegung gebracht. Zwischendurch wurden spielerisch einige Übungen erklärt, gezeigt und umgesetzt. Zunächst haben wir recht leichte Übungen gemacht, die im Laufe der nächsten 90 Minuten gesteigert wurden und die Teilnehmer körperlich mehr und mehr herausgefordert wurden. Es war interessant zu erfahren, mit welchen einfachen und alltäglichen Gegenständen man sich gut und mit Spaß in Bewegung bringen kann.

Als Höhepunkt des zum Teil schweißtreibenden Seminars gab es zum Abschluss auf der Turnmatte eine Reihe von Übungen für verschiedene Muskelbereiche, z.B. Bauchmuskel, Schultermuskel etc., die damit gestärkt werden können.

TEXT: FRANK HAY;

FOTO: KEVIN-MICHAEL DZIEWULSKI