

Kicken wie ein Profi – Besuch bei Mainz 05

Werkstätten-Mitarbeiter der Lebenshilfe treffen echte Fußballer – und lernen von ihnen

Fußballprofi werden – das ist ein oft gehegter Wunsch unter Beschäftigten der Lebenshilfe-Werkstätten Bad Kreuznach. Doch welche Zugangsvoraussetzungen gibt es und reicht es, einfach nur gut Fußball spielen zu können? Ein Ausflug zu Mainz 05 sollte diese Fragen klären.

Zehn Beschäftigte und fünf Gruppenleiter aus den Lebenshilfe-Werkstätten Bad Kreuznach und Bretzenheim, Würzburg und Polch besuchten im Rahmen einer Gruppenleiter-Weiterbildung auch den WOLFGANG FRANK CAMPUS, das Trainingsgelände des 1. FSV Mainz 05.

Starke Elf kommt aus drei Standorten – Sponsoren stiften passende Kleidung

Gemeinsam mit den Trainern Daniel Kiefer (28) und Jonas Schuster (34) übte die „Lebenshilfe Elf“ mit ihren „Kapitänen“ Alexander Tullius, Nicole Eckert, Christian Altes (alle Lebenshilfe Bad Kreuznach), Heinz Neisius (Caritas Polch) und Thomas Becattini (Mainfränkische Werkstätten Würzburg) Balltraining, Tore-Schießen, Sprint und Manndeckung, schon ganz wie die Profis. Dazu zählte auch das passende Outfit und die Ausstattung, welche der Bad Kreuznacher Handyhüllenhersteller DeinDesign (Trainingsanzüge) und Familie Prömper (Trikots) ermöglicht hatten: Vom Trikot über Sonnenbrille bis zum Schal und Kopfhörer, alles war in sattes Rot getaucht und mit dem Vereinslogo versehen. „Geile Outfits“, kommentiert Leonard „Leo“ Wittauer (24), zuständiger Corporate Social Responsibility-Projektmanager beim Verein. „Fehlen nur noch die Freikarten“, kontern die gut aufgelegten Teilnehmenden – bevor es zum Training auf den Rasen geht.

Profis brauchen Struktur, Ernährung, Disziplin

„Viele sind sich gar nicht bewusst, dass zum Fußball-Profi-Dasein eine Menge dazugehört, zum Beispiel Disziplin, Gesundheit, die richtige Ernährung und ein strukturierter Tagesablauf“ erläutert Ausbilder und Seminarbegleiter Michael Wenzel,

Lehrgangsleiter beim IbaF-Weiterbildungsinstitut für Sonderpädagogische Zusatzausbildung mit Sitz in Rensburg, Schleswig-Holstein, den Hintergrund dieses nicht alltäglichen Ausflugs. Dass ein Beschäftigter einmal Profifußballer werde, sei eher unrealistisch. „Aber trotzdem haben wir hier viele fußballbegeisterte Fans, die sich regelmäßig zum Training treffen.“

Regelmäßiges Training auch in Bad Kreuznach und Bretzenheim

So auch jeden Freitag und Dienstag in Bad Kreuznach und Bretzenheim. Die einjährige sonderpädagogische Weiterbildung der Gruppenleiter im sozialen Bereich diene dazu, den Beschäftigten Lerninhalte später leichter vermitteln zu können. Ganz nebenbei stärkt so ein Gemeinschaftserlebnis auch das Miteinander. Aufwärmen mit dem Ball, einmal um die blauen und gelben Hütchen dribbeln, einen Sprint zur Leistungsdiagnostik hinlegen – alles Lerninhalte, die auch die Profis von Mainz 05 durchlaufen. Nur geht es bei Beschäftigten der Lebenshilfe-Einrichtungen nicht mit ganz so viel Tempo, etwas behutsamer, im eigenen Rhythmus.

Schöne Erfahrung und gut fürs Selbstbewusstsein

„Ich war noch nie in einem Stadion“, sagt etwa Nicole Forster (39). Ihre Freundin und Kollegin Viola Prömper ist wie Tobias Zeh ein eingefleischter Fan. Michael Schönheyd (39) steht in seiner Freizeit gern im Tor bei der Lebenshilfe Bad Kreuznach. Und Olli Hyen (37), Beschäftigter in Polch, läuft die 50 Meter in 6,42 Sekunden – das ist Rekord, an diesem Tag. Ein Profi erreicht bei einem schnellen Lauf 33 bis 34 Stundenkilometer. Nach einem kurzen Fußballspiel und Elfmeter-Schießen geht der schöne Tag zu Ende. „Es hat uns Riesen-Spaß gemacht“, sagen alle, erschöpft, aber sehr zufrieden.

Inklusion rückt bei Mainz 05 mehr in den Blick

Für Mainz 05 ist die 90-minütige Trainingseinheit viel mehr als nur ein bisschen Werbung. „Wir wollen im inklusiven Bereich viel mehr tun als bisher und ein Netzwerk mit inklusiven Sportvereinen und sozialen Einrichtungen aufbauen“, sagt Wittauer. So bot der Verein gemeinsam mit der Scort-Foundation im Juni 2022 eine inklusive Trainerausbildung an. Im Februar gab es eine Blindenstadionführung und eine inklusive

Trainingseinheit mit dem 05ER KidsClub im Rahmen der Aktionswoche „Sport lebt Vielfalt“ im November 2021. Und das ehrenamtliche Team Barrierefrei bringt künftig Menschen mit Behinderung nach einem Spiel nach Hause.

„Möchten unserer Verantwortung gerecht werden“

Auch für die Beschäftigten der Lebenshilfe wird es wohl nicht der letzte Besuch bei den Profis bleiben: Mit einem handsignierten Trikot im Gepäck geht es anschließend noch zu einem Besuch des Mainzer Doms – zu Hause wird dieses Fairplay auf Augenhöhe noch lange nachhallen. „Das hat uns großen Spaß gemacht“, sagen auch die beiden Trainer Kiefer und Schuster. Inklusiver Sport komme bei Mainz 05 noch etwas zu kurz. „Es geht auch nicht darum, dass wir daraus einen Nutzen ziehen. Als größter Sportverein der Region haben wir eine Verantwortung, der wir gerecht werden möchten.“, ergänzt Leo Wittauer.



