

# punkt point punto

Integration durch Sport **Intégration par le sport** Integrazione grazie allo sport

Segel-Europameisterschaften /  
Championnat d'Europe de voile

→ Seite / Page 27

Tête-à-Tête mit / avec Fränk Hofer

→ Seiten / Pages 8–9

Aktivpunkt: Schwimmsport

→ Seiten / Pages 15–18



- 3 Das Wort zum Sport – Le mot sport – La parole sport**  
Es werde Licht!  
Et la lumière fut!  
E luce sia!
- 4 Aktuell – Actuel**  
Goodbye, PluSport  
Glarner Landsgemeinde  
Weltrekord für Maja Hoffmann  
Neue IG Sport & Handicap  
Nouvelle CI Sport & Handicap
- 6 Intern – Interne**  
PluSport-DV  
PluSport auf Facebook  
PluSport sur Facebook
- 8 Tête-à-Tête**  
«Eine kollegiale Grossfamilie mit einem positiven Spirit»  
«Une grand famille fraternelle avec un état d'esprit positif»
- 10 Paralympics 2014**  
Operation Sotschi  
Opération Sochi
- 14 Sportclubs**  
Präsident mit vielseitiger Erfahrung
- 15 Aktivpunkt**  
Schwimmsport: Kombitests 1–4
- 19 Ausbildung**  
Leitungsmodule Polysport und Schwimmen
- 20 Sportcamps**  
Steile Wände, kühler Fluss  
Falaises abruptes et rivière bien fraîche
- 21 Über die Grenzen – Au-delà des frontières**  
Sportmeldungen  
Annonces sportives
- 22 Antenne romande**  
Camp «Bougeons ensemble» – Cédric Blanc passe le relais  
Un «Palladium» pour PluSport
- 24 Sportclubs – Clubs sportifs**  
PluSportler mit grossem Herz  
«PluSportifs» au grand cœur
- 27 Spitzensport**  
Buntes Treiben an der Segel-EM
- 28 Special Olympics**  
Lasst die Spiele beginnen!
- 29 Services**  
Segelyacht-Sharing mit Sailbox  
Klettertag voller Abenteuer  
Ready für den PluSport-Tag  
Partage de bateaux à voile avec Sailbox  
Prêt pour la journée PluSport
- 31 Agenda**  
PluSport-Agenda  
Schlusspunkt

### Impressum – Empreinte

Offizielles Publikationsorgan von PluSport Behindertensport Schweiz – Sport Handicap Suisse – Sport Andicap Svizzera / Geschäftsstelle: Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil, Tel. 044 908 45 00, Fax 044 908 45 01, E-Mail: mailbox@plusport.ch, plusport.ch / Gestaltung und Druck: Cavelti AG, medien. digital und gedruckt, 9200 Gossau / Auflage: 12 500 Exemplare / Erscheinungsweise: 4 x pro Jahr / Abonnement: Fr. 22.– pro Jahr / Ausgabe Nr. 2, Juni 2013 / Redaktionsschluss nächste Ausgabe: 8. August 2013 / Redaktion: Oliver Schmuki (ol), Tel. 044 908 45 11, schmuki@plusport.ch; Marcel Habegger (mh); Nicolas Hausammann (nh) / Übersetzungen: Elodie Flachaire, Interlignes / Inserate: PluSport, Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil, Tel. 044 908 45 00 / ISSN 1662-1859

Organe publique de PluSport Behindertensport Schweiz – Sport Handicap Suisse – Sport Andicap / Svizzera Bureau central: Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil, Tel. 044 908 45 00, Fax 044 908 45 01, E-mail: mailbox@plusport.ch, plusport.ch / Création et impression: Cavelti AG, Druck und Media, 9200 Gossau / Tirage: 12 500 / Exemple Mode de parution: 4 fois par an / Abonnement: Fr. 22.– par an / Edition no. 2, juin 2013 / Délai rédactionnel prochaine édition: 8 august 2013 / Rédaction: Oliver Schmuki (ol), Tél. 044 908 45 11, schmuki@plusport.ch; Marcel Habegger (mh); Nicolas Hausammann (nh) / Traductions: Elodie Flachaire, Interlignes / Annonces: PluSport, Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil, Tél. 044 908 45 00 / ISSN 1662-1859

**Titelbild/Photo de couverture:** Sailability

### Unsere Partnerorganisationen – Nos organisations partenaires



### Papier-Zertifizierung – Label de papier écologique



## Es werde Licht!



PluSport-Geschäftsführer René Will (rechts) mit Christian Lohr.

Gegen das Sparen ist nichts einzuwenden, wenn unnötige Leistungen gekürzt werden. Gesunde Finanzen sind wichtig, auch für den Staat. Bei der IV-Revision 6b aber sind Verwalter und Politiker am Werk, die oft Lichtjahre entfernt scheinen von der sozialen und der Arbeitsmarkt-Realität. Mit der vom Duo Burkhalter/Rossier eingefädelt Vorlage werden einzig Menschen und deren Familien getroffen, die bereits heute schwierige bis schwierigste Lebensbedingungen meistern müssen.

Wieviele Parlamentarier wissen wirklich, was es heisst, eine Person mit einer Dreiviertelrente beruflich zu integrieren? Wir bei PluSport versuchen genau das zu tun, im Rahmen unserer Möglichkeiten. Wir gewinnen so nicht nur lässige KollegInnen hinzu, sondern erfahren unmittelbar, was es heisst, solche Arbeitsplätze zu schaffen.

Wir wünschen unseren Politikern, dass sie Verantwortung und Vernunft über Ideologien stellen. Dazu muss man vielleicht etwas über den eigenen Schatten springen. Mein Tipp: Beleuchtet man den Ort, an dem man steht, aus verschiedenen Perspektiven, verlieren die Schatten an Kontur. PluSport-Ehrenpräsident Christian Lohr kämpft an vorderster Front für eine Verbesserung der Vorlage, er hat unsere volle Unterstützung. Wenn es nicht anders geht, werden wir über die Beteiligung an einem Referendum zu entscheiden haben. Denn es geht nicht um eine politische Positionierung. Es geht um Menschen, um unsere Mitglieder, ihr Leben, ihre Zukunft – und damit auch um uns.

René Will, Geschäftsführer von PluSport

## Et la lumière fut!

Il est bien évidemment louable de vouloir faire des économies, notamment en réduisant des prestations inutiles, car il est important que nos finances publiques soient saines. Cependant, en ce qui concerne la révision 6b de l'AI, les administrateurs et les responsables politiques semblent souvent travailler à des années-lumière de la réalité sociale, et de celle du marché du travail. En effet, la mesure mise au point par le duo Burkhalter/Rossier ne concernera que les personnes et les familles qui se trouvent déjà confrontées à des conditions de vie difficiles, voire extrêmement difficiles.

Combien de parlementaires savent vraiment ce que cela veut dire, d'insérer professionnellement une personne bénéficiant d'un trois-quarts de rente? Chez PluSport, c'est exactement ce que nous essayons de faire, dans la limite de nos possibilités. Ce faisant, non seulement nous y gagnons des collègues sympathiques, mais nous faisons également directement l'expérience de ce que signifie la création de tels emplois.

Nous souhaitons que nos responsables politiques assument leurs responsabilités et fassent preuve de sagesse sur le plan idéologique. Par ailleurs, peut-être serait-il bon de cesser d'avoir peur de son ombre. Mon conseil: lorsque l'on éclaire l'endroit où l'on se trouve depuis différentes perspectives, les ombres perdent de leur contour. Christian Lohr, le Président d'honneur de

PluSport, mène ce combat en tête pour obtenir l'amélioration de cette mesure. Il a tout notre soutien. Si rien ne change, nous devons nous décider sur une participation à un référendum. Car dans cette histoire, ce n'est pas notre positionnement politique qui importe. Ce qui importe, ce sont des personnes, nos membres, leur vie, leur avenir. Et par voie de conséquence, nous-mêmes.

René Will, Directeur de PluSport

## E luce sia!

Nulla da obiettare contro il risparmio, se prestazioni non necessarie vengono ridotte. Infatti avere finanze in buona salute è importante, anche quando si tratta di quelle dello Stato. Alla revisione 6b dell'AI però lavorano amministratori e politici che spesso sembrano lontani anni luce dalla realtà sociale e del mercato del lavoro. Con il progetto di legge presentato dalla coppia Burkhalter/Rossier ad essere colpite saranno tuttavia solo le persone che devono convivere con condizioni di vita già difficili o molto difficili e le loro famiglie.

Quanti sono i parlamentari che sanno davvero cosa significa integrare professionalmente una persona con tre quarti di rendita? Noi di PluSport cerchiamo di fare proprio questo nel quadro delle nostre possibilità. Così non solo acquisiamo colleghi fantastici, ma sperimentiamo direttamente che cosa significa creare tali posti di lavoro.

Vorremmo che i nostri politici anteponesero responsabilità e giudizio alle ideologie. Per farlo, forse occorrerebbe che ognuno sollevasse lo sguardo oltre il proprio cono d'ombra. Il mio pensiero: se si analizza la posizione in cui ci si trova da diverse prospettive, si scopre che le ombre svaniscono. Il presidente onorario di PluSport Christian Lohr lotta in prima fila per il miglioramento di questo progetto di legge e ha tutto il nostro sostegno. Se non si potrà fare altrimenti, dovremo valutare la partecipazione ad un referendum. Infatti non si tratta di una posizione politica, ma di persone, dei nostri associati, delle loro vite, del loro futuro e dunque anche di noi.

René Will, direttore di PluSport

## Goodbye, PluSport

**→ An der Delegiertenversammlung wurden PluSport-Vizepräsidentin Ursula Winter und -Vizepräsident Jean-Claude Cantieni verabschiedet. Lesen Sie hier die Rücktrittsschreiben der beiden.**

Reich beschenkt kam ich nach der Delegiertenversammlung heim; beschenkt zumal an Lebenserfahrung, wie PluSport sie mir während etlichen Jahren bot. Herzlichen Dank auch für den edlen Wein und all die Reisegutscheine: Für weitere Lebenserfahrung ist gesorgt.

Wer im ganzen übrigen ritualisierten Sport lehrt uns besser als Behindertensportler ein Denken «outside the box». Wo anders denn im Behindertensport sind Gedankensprünge wie selbstverständlich mit Gedanken-Weitsprüngen gleichzusetzen? Ich bleibe Euch in diesem wundersam-wunderbaren Freiraum kreativer Ideen und vielfältiger Initiationen sehr gerne verbunden. Wenn Ihr mögt. Nicht, dass ich alles erreicht hätte, was ich für den Behindertensport zu erreichen hoffte, doch bin ich dessen zuversichtlich, dass auch dieses Manko sich zum Guten für ihn erweisen wird. Optimistischer kann man nicht sein.

Mit herzlichem Gruss

Jean-Claude Cantieni

«Kein Tag ohne PluSport» – das sagen meine Kinder, wenn sie den Briefkasten leeren. Das sagt mein Mann, wenn er mich ans Telefon ruft. Und das denke ich, wenn ich in die Agenda schaue. PluSport begleitet mich in verschiedenster Form seit vielen Jahren. So brauchten die Schwimmer 1984 eine Leiterin, der Zofinger Verein irgendwann dringend eine technische Leiterin. Der Sportbetrieb, bestehend aus einem bunten Haufen motivierter Menschen, hat mir immer Spass gemacht, und ich wusste, dass ich noch einen «Moment» bleiben würde.

Klar – dann natürlich meine Zusage als Praxis- und Prüfungsbegleiterin. Manchen Sommer erlebte ich mit meiner engagierten Crew im Ballsport-Camp unvergessliche Wochen mit Kindern und Jugendlichen. Durch diese Zusammenarbeit bin ich PluSport Schweiz viel näher gerückt, habe neue Menschen in derselben Aufgabe kennengelernt, eine neue Weite im Ausblick gewonnen. Und inzwischen bin ich Vizepräsidentin, wenn auch kurz vor dem Absprung! Mit meinem Schritt in die hintere Reihe, bin ich mit dem Präsidentenamt unseres Clubs noch bestens ausgebucht.

Diese Erfahrungen der Basisarbeit haben mich all die Jahre im Vorstand begleitet. Es gab aber auch viel Neues zu lernen, und es galt, sich Wissen anzueignen und Herausforderungen anzupacken: eine spannende Aufgabe. Die Arbeit im Team und die vielen wertvollen Begegnungen mit engagierten Menschen haben mich – nebst der vielen Arbeit – reich beschenkt. Dafür bin ich PluSport dankbar.

Ursula Winter

## Glarner Landsgemeinde



Der Marktstand von PluSport Behindertensport Glarus und Umgebung.

**→ Präsentieren und Informieren war das Motto für den Werbestand der PluSport-Behindertensportgruppe Glarus und Umgebung anlässlich der Glarner Landsgemeinde 2013.**

Am frühen Sonntagmorgen trafen sich Mitglieder unseres Vereins auf dem Cityplatz in Glarus. Die Absicht dieses Auftrittes mit Marktstand bestand darin, uns der Bevölkerung vorzustellen respektive wieder in Erinnerung zu rufen. Unser Ziel ist es, Menschen mit den unterschiedlichsten Behinderungen (körperlicher und/oder geistiger Art) die Möglichkeit zu bieten, aktiv Sport auszuüben, und mit ihnen die Geselligkeit zu pflegen. Während des Tages entstanden unzählige gute Gespräche. Viele liesen sich über unser Angebot und unseren Verein informieren. Gross und Klein ergatterte sich am Glücksrad einen Preis oder forderte das Glück beim Münzspiel heraus.

Ein erstes Dankeschön gilt allen Besucherinnen und Besucher, die uns am Landsgemeindestand ihre Aufmerksamkeit geschenkt und jenen, die uns mit einem «Batzen» unterstützt haben. Ein zweites gilt den Gönnern, auf die wir während des Jahres zählen dürfen, sowie den Sponsoren, die unseren Standauftritt überhaupt ermöglicht haben. Ein drittes Dankeschön geht an alle Helferinnen und Helfer, die sich auf irgendeine Art an der Umsetzung des Projekts Landsgemeindestand beteiligt haben. Sei es an den Vorbereitungsarbeiten, an der Standbetreuung oder an den Aufräumarbeiten. Denn nur gemeinsam sind wir stark.

Armin Ryser,

Präsident Behindertensportgruppe Glarus und Umgebung

## Neue IG Sport & Handicap

### → PluSport ist Mitglied einer neuen Interessengemeinschaft namens Sport & Handicap.

Im Nachgang zur Tagung «Nicht länger im Abseits – Gleichstellung von Menschen mit Behinderung im Sport» vom 1. April 2011 in Magglingen haben sich die drei Organisationen PluSport Behindertensport Schweiz, Procap Schweiz/Procap Sport und Schweizer Paraplegiker-Vereinigung/Rollstuhlsport Schweiz zur Interessengemeinschaft (IG) Sport & Handicap zusammengeschlossen. Diese drei Verbände sind Vertragspartner des Bundesamts für Sozialversicherungen (BSV) und werden für die Aufgaben im Behindertensport in der Schweiz entsprechend subventioniert. Somit sind sie vom BSV beauftragt, Sport für Menschen mit Behinderung zu fördern und zu entwickeln. Dadurch positionieren sich die drei Organisationen als Keyplayer im Behinderten- und Rollstuhlsport in der ganzen Schweiz.

Mittlerweile hat die IG Sport & Handicap verschiedene Themenfelder festgelegt, in denen sie gemeinsam aktiv ist beziehungsweise werden will. Die Erfahrungen, Inputs und Resultate aus der eingangs erwähnten Tagung sind hier eingeflossen. Damit werden künftig die Ressourcen der drei Organisationen zur Förderung und Umsetzung der Gleichstellung im Sport für Menschen mit Behinderung gebündelt und Synergien noch besser genutzt. Wir informieren bei entsprechender Gelegenheit oder auf Wunsch über die eingeleiteten und geplanten Massnahmen.

René Will, Geschäftsführer PluSport; Esther Gingold, Mitglied der Geschäftsleitung Procap Schweiz; Thomas Hurni, Leiter Breitensport und Sportentwicklung Schweizer Paraplegiker-Vereinigung

## Nouvelle CI Sport & Handicap

### → PluSport est membre d'une nouvelle communauté d'intérêt, Sport & Handicap.

Suite au colloque «Ne plus être hors-jeu – Égalité pour les personnes handicapées dans le domaine sportif», qui s'est tenu le 1er avril 2011 à Macolin, les trois organisations PluSport Sport Handicap Suisse, Procap Suisse/Procap Sport et l'Association suisse des paraplégiques/Sport suisse en fauteuil roulant, se sont réunies en une communauté d'intérêt (CI), Sport & Handicap. Ces trois associations sont partenaires de l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) et sont subventionnées en conséquence pour leurs prestations dans le cadre du sport-handicap. Elles sont ainsi chargées par l'OFAS de promouvoir et de développer le sport pour les personnes handicapées. Par cette démarche, ces trois organisations se positionnent comme des acteurs clés du sport-handicap et du sport en fauteuil roulant dans toute la Suisse.

Depuis cette formation, la CI Sport & Handicap a défini les différents champs thématiques de son activité, présente ou future. Les expériences, contributions et résultats du colloque mentionné plus haut y sont intégrés. Ainsi, les ressources des trois organisations seront à l'avenir mises en commun pour la promotion et la mise en œuvre de l'égalité pour les personnes handicapées dans le domaine sportif, et leurs synergies feront l'objet d'une utilisation encore plus efficace. À chaque fois que l'occasion se présentera, ou sur demande, nous fournirons des informations sur les mesures introduites et prévues.

René Will, Directeur de PluSport; Esther Gingold, membre de la direction de Procap Suisse; Thomas Hurni, Chef du département Sport pour tous et développement du sport de l'Association suisse des paraplégiques

## Weltrekord für Maja Hoffmann

Am einzigen rekordfähigen Wettkampf neben den Schweizer Meisterschaften erreichte die sehbehinderte **Maja Hoffmann** in der Kategorie stehend-frei an der kantonalen Indoor Schiess-Matchmeisterschaft in Zürich eine Punktzahl von 578 und realisierte damit einen neuen Schweizer Rekord (+4 Punkte).

Noch besser erging es der Zürcherin, die wir bereits im +punkt Nr. 4/2012 vorgestellt haben, am Sonntag im liegenden Wettkampf. Mit 600 Punkten egalisierte Hoffmann den Weltrekord, der unter anderem vom österreichischen Spitzenschützen

Patrick Moor gehalten wird, und erhöhte auch in dieser Kategorie den bisherigen Schweizer Rekord (+2 Punkte).

Ebenfalls auf einen erfolgreichen Wettkampf zurückblicken darf die 49-jährige **Claudia Kunz**, die erst seit letztem Herbst bei den schweizerischen Behindertenschützen mit dabei ist. Mit der zweitbesten Punktzahl am Samstag (536) und am Sonntag (562 Punkte, 3. Rang, liegend) erzielte die Zürcherin beide Male persönliche Bestleistungen.

Marcel Habegger



Höchstkonzentration: Schützin Maja Hoffmann.



**PluSport Behindertensport Schweiz  
Sport Handicap Suisse**



## PluSport auf Facebook

→ Um via Internet zu informieren und integrative Aufgaben zu erfüllen, nutzt PluSport nicht nur die eigene Website, sondern ist auch im sozialen Netzwerk Facebook tätig.

«Am besten kommen Fotos an, die wir im Anschluss an ein PluSport-Camp hochladen», sagt Christina Kern, die bei PluSport gemeinsam mit dem Sportcamps-Team die Betreuung des Social-Media-Auftritts der Behindertensport-Dachorganisation sicherstellt. «Das können Fotos sein, die beim Sporttreiben entstehen, in einer Pause oder etwa im Beisein von Tieren.»

Fotos, Videos und Kommentare auf Facebook betrachten, kann jeder und jede, der oder die einen Computer mit einer Internetverbindung besitzt. Teilnehmer und Leiter, die bei Facebook registriert sind und ein eigenes Profil besitzen, haben zusätzlich die Möglichkeit, Fotos zu kommentieren und eigene Beiträge zu platzieren – zum Beispiel Fotos, die man im letzten PluSport-Training oder -Camp gemacht hat. Das Mindestalter für einen Facebook-Beitritt liegt übrigens bei dreizehn Jahren.

Bei den Ankündigungen beschränkte man sich bis anhin auf das Bekanntgeben von Sportcamps-Daten. Künftig sollen auch Informationen zu Ausbildungsaktivitäten und -veranstaltungen vermehrt veröffentlicht werden. Und im Multimedia-Bereich wird die Anzahl hochgeladener Bilder und Videos stetig ansteigen, genau wie auch die Zahl der Besucher und Freunde der Facebook-Seite von PluSport – das ist zumindest zu hoffen. (os)

\*\*\*\*\*

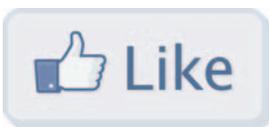
## PluSport sur Facebook

→ PluSport n'utilise pas uniquement son propre site pour fournir des informations via Internet et remplir sa mission d'intégration: notre organisation est également active sur le réseau social Facebook.

«Le mieux, c'est lorsque nous recevons des photos que nous mettons en ligne à la suite d'un camp PluSport», explique Christina Kern, qui veille à la présence de l'organisation faitière sur les réseaux sociaux, en commun avec le team Sportcamps. «Il peut s'agir de photos prises pendant des activités sportives, lors d'une pause, ou pourquoi pas avec des animaux.»

Quiconque possède un ordinateur doté d'une connexion Internet peut regarder les photos et les vidéos et lire les commentaires sur Facebook. Les participants et les moniteurs qui disposent d'un compte Facebook et d'un profil qui leur est propre, ont en outre la possibilité de commenter les photos et d'apporter leur propre contribution, par exemple les photos qu'ils ont faites lors de la dernière formation ou du dernier camp PluSport. Pour pouvoir s'inscrire sur Facebook, il faut être âgé de treize ans au minimum. En ce qui concerne les notifications, nous nous limitons jusqu'ici à la communication des dates des camps sportifs. À l'avenir, de plus en plus d'informations sur les activités et événements de formation seront publiées. Et dans le domaine multimédia, le nombre de photos et de vidéos mises en ligne connaîtra une augmentation constante, à l'instar du nombre de visiteurs et d'amis de la page Facebook de PluSport. C'est en tout cas ce que nous espérons. (os)

\*\*\*\*\*



Besuchen Sie uns auf / Visitez-nous sur:  
[facebook.com/plusportbehindertensportschweiz/](https://facebook.com/plusportbehindertensportschweiz/)

# PluSport-DV

\*\*\*\*\*

## → 90 Delegierte aus 54 Sportclubs und Kantonalverbänden von PluSport kamen im Tösstal zur jährlichen Delegiertenversammlung zusammen.

«Meine Erfahrungen mit PluSport sind ausserordentlich emotional. Denke ich an Grossanlässe wie den PluSport-Tag oder aber auch an die grossartige Arbeit der kleinen Clubs wie hier bei uns im Tösstal, wird es mir warm ums Herz». Im Anschluss an diese warmen Worten von Gemeindepräsident und PluSport-Volunteer Georg Brunner wurde an der 52. Delegiertenversammlung die Statutenrevision in allen Punkten angenommen und die Vorstandswahlen abgehalten.

Mit Markus Pfisterer und Erwin Schlüssel konnten zwei neue Mitglieder für den Vorstand gewonnen werden. Peter Keller wurde als Präsident bestätigt, Sepp Meier wird neuer PluSport-Vizepräsident. Ursula Winter und Jean-Claude Cantieni sind mit einem grossen Applaus verabschiedet worden. (nh/os)

\*\*\*\*\*



Verabschiedung von Ursula Winter und Jean-Claude Cantieni (ganz rechts).



Beifall in der Gebärdensprache für die Tösstaler Bewegungsgruppe.

## AD 2013

\*\*\*\*\*

## → 90 délégués de 54 clubs sportifs de PluSport se sont rassemblés dans le Tösstal pour l'Assemblée annuelle des Délégués.

«Mon expérience avec PluSport est éminemment émotionnelle. Lorsque je pense aux manifestations importantes comme la journée PluSport ou au travail exceptionnel accompli par des petits clubs comme le nôtre dans le Tösstal, cela me fait chaud au cœur.» Suite à ces paroles chaleureuses de Georg Brunner, Président de la commune et bénévole PluSport, la 52ème Assemblée des Délégué/es adopté tous les points de la révision des statuts et élu le Comité. Markus Pfisterer et Erwin Schlüssel ont été élus comme nouveaux membres du Comité. Peter Keller a été confirmé en tant que Président, Sepp Meier est le nouveau Vice-Président de PluSport. Ursula Winter et Jean-Claude Cantieni quittent le Comité et ont été remerciés pour leur travail avec des applaudissements chaleureux. (nh/os)

\*\*\*\*\*



## DENK AN MICH

Ferien und Freizeit für Behinderte

## Wir unterstützen PluSport.

Helfen auch Sie.

PC 40-1855-4

[www.denkanmich.ch](http://www.denkanmich.ch)

**SRF** Schweizer Radio und Fernsehen

Die Solidaritätsstiftung von Schweizer Radio und Fernsehen.



# «Eine kollegiale Grossfamilie mit einem positiven Spirit»

→ **Fränk Hofer hat als Direktor des Eidgenössischen Turnfests 2013 eineinhalb Jahre auf den Grossanlass in Biel hingearbeitet. Für ihn ist der Turnsport ein ideales Integrationsgefäss.**

## Herr Hofer, wie sportlich sind Sie selbst?

Um täglich Sport zu treiben, fehlt mir heute die Zeit. Ich bewege mich jedoch jeden Tag sehr viel. Ich fahre aus Prinzip nicht Auto und bin deshalb sehr oft zu Fuss unterwegs.

## Sind Sie denn noch in einem Turnverein?

Nein, aber ich bin in einem gross geworden. Als Zehnjähriger ging ich in den Turnverein und war dort im Geräte- und Vereinsturnen, später leitete ich selbst Turnriegen. Mit 25 veränderten sich meine sportlichen Ausprägungen, und heute bin ich eher der Ausdauersportler.

## Eidgenössische Turnfeste gibt es alle sechs Jahre. Werden diese Anlässe wie interna-

tionale Grossevents immer grösser? Es gab schon deutlich grössere Turnfeste als das diesjährige. Wir sind von über 170 Disziplinen auf 130 zurückgegangen, und Teilnehmerinnen und Teilnehmer hatte es weniger als etwa in Bern. Eine Vergrösserung gab es im Bereich der elektronischen Medien. Die Anzahl E-Mails, die wir erhalten haben, war unglaublich. Das waren Tausende. Damit wir diese Mailflut hätten bewältigen können, hätten wir zehn Personen mehr anstellen müssen, was budgetmässig jedoch nicht möglich war.

Was für Leute sind die Turnerinnen und Turner? Wie in jeder Sportart haben auch die Turnenden ihre Merkmale. Ich erlebe

sie als eine sehr kollegiale, hilfsbereite und auch ziemlich disziplinierte Grossfamilie, die mit einem sehr positiven Spirit daherkommt.

**Zu später Stunde können sie aber alles andere als diszipliniert sein.** Ich denke, das gehört auch etwas zu der Geselligkeit, die man bei ihnen erlebt, dass man manchmal etwas über die Stränge schlägt. Es gehört dann aber eben auch zur Disziplin der Turnerinnen und Turner, dass sie tags darauf für den nächsten Wettkampf bereit sind.

**Sie haben das kollegiale, gesellige Moment angesprochen. Geht denn die Turnfamilie auch mit Menschen mit einer Behinderung locker um?** Für mich passt beides perfekt zusammen. Ob jung oder alt, schmal oder breit, ohne oder eben mit einer Beeinträchtigung – das spielt in dieser Grossfamilie keine Rolle. Für mich ist der Turnsport ein ideales Gefäss, um die Integration zu zelebrieren.

**Haben Sie den selbst einen direkten Bezug zum Behindertensport?** Momentan fast nicht. Ich hatte früher bei Sportaktivitäten oft mit Gehörlosen zu tun. Zudem bildete ich phasenweise Betreuerinnen und Betreuer bei den Special Olympics im Bereich Radfahren aus.

**Mussten bei der Planung des Turnfestes für die PluSportlerinnen und PluSportler spezielle Anpassungen gemacht werden?**

Es gab einige kleine Anpassungen, zudem lief die Anmeldung direkt über PluSport-Geschäftsstelle. Wir haben natürlich auch darauf geachtet, dass möglichst alles mit dem Rollstuhl zu erreichen ist. Bei temporären Anlagen ist dies eine zusätzliche Herausforderung. Die Zusammenarbeit mit PluSport hat aber sehr gut funktioniert.

Interview: Marcel Habegger



Fränk Hofer, Direktor des Eidgenössischen Turnfestes 2013. (Foto: Joel Schweizer)

# «Une grande famille fraternelle avec un état d'esprit positif»



Fränk Hofer, directeur de la FFG 2013.

→ En tant que le Directeur de la Fête fédérale de gymnastique 2013 a travaillé pendant un an et demi à la préparation de cet évènement. Pour Fränk Hofer, la gymnastique est un espace d'intégration idéal.

**Monsieur Hofer, êtes-vous vous-même sportif?** Je n'ai désormais plus le temps de pratiquer une activité sportive quotidienne. Cependant, je bouge beaucoup chaque jour. Par principe, je ne conduis pas de voiture, je me déplace donc très souvent à pieds.

**Êtes-vous affilié à un club de gymnastique?** Non, mais j'ai grandi dans l'un de ces clubs. Lorsque j'avais dix ans, j'étais inscrit dans un club, et j'y ai pratiqué la gymnastique de sociétés et les agrès. Plus tard, j'ai moi-même dirigé des équipes de gymnastique. À l'âge de 25 ans, mes aspirations sportives ont évolué, et aujourd'hui je suis plutôt un sportif d'endurance.

**La Fête fédérale de gymnastique a lieu tous les six ans. Ces évènements, à l'instar de grands évènements internationaux, prennent-ils de plus en plus d'ampleur?** Il y a déjà eu des fêtes de gymnastique de bien plus grande envergure que celle de cette année. Nous avons réduit le nombre de disciplines de 170 à 130, et il y a moins de participant/es qu'à Berne, par exemple. Cependant, nous constatons effectivement une prise d'ampleur au niveau des médias électroniques.

**Quel genre de sportifs sont les gymnastes?** Comme dans tout type de sport, les gymnastes ont eux aussi leurs caractéristiques. Pour moi, ils constituent une grande famille très fraternelle, solidaire, et plutôt disciplinée, avec un état d'esprit très positif.

**Mais aux heures tardives, ils ne sont plus vraiment disciplinés.** Je pense que verser un peu dans l'excès de temps en temps est aussi une question de convivialité. Mais les gymnastes sont également suffisamment disciplinés afin d'être prêt le lendemain pour aborder la prochaine compétition.

**Vous avez évoqué les moments fraternels et conviviaux. La grande famille des gymnastes accueille-t-elle facilement les personnes handicapées?** Pour moi, les deux sont parfaitement compatibles. Que l'on soit jeune ou âgé, mince ou plus costaud, sans ou avec limitations, cela n'a aucune importance pour notre grande famille. Pour moi, la gymnastique est un excellent environnement pour célébrer l'intégration.

**Avez-vous vous-même une connexion directe au sport-handicap?** Actuellement, pratiquement pas. Auparavant, j'étais impliqué dans des activités sportives avec des personnes sourdes. Par ailleurs, j'ai également formé des accompagnateurs/trices dans le domaine du cyclisme, lors des Special Olympics.

**Lors de la planification de la Fête de la gymnastique, des modifications spécifiques ont-elles dû être apportées pour les sportifs et sportives de PluSport?** Nous avons effectivement effectué quelques petits ajustements. De plus, les inscriptions ont été directement effectuées via la direction de PluSport. Nous avons évidemment été attentifs à ce que pratiquement tout soit accessible en fauteuil roulant. Pour les installations temporaires, cela représente un défi supplémentaire. La collaboration avec PluSport a cependant très bien fonctionné.

Interview: Marcel Habegger

# Operation Sotschi

\*\*\*\*\*



Piste mit Meeresblick: der Austragungsort der paralympischen Alpinrennen 2014.

→ Es ist ein milliardenschweres Prestige-Projekt, die Durchführung der Olympischen und Paralympischen Spiele im Winter 2014 in Sotschi, Russland. Gerade die Test-Events (Weltcupfinale Ski alpin), die im Frühling 2013 stattgefunden haben, und das «Chef de Mission»-Seminar kurz darauf haben etwas eindrücklich gezeigt: Gespart wird in Sotschi nicht – und zwar in keiner Art und Weise.

Sotschi, der Kur- und Badeort am Schwarzen Meer, hat seit dem Zuschlag für die Spiele im Jahr 2007 durch das IOC einen eindrücklichen Bauboom erlebt. Aus dem Nichts (respektive mehrheitlich inmitten unberührter Natur) wurden Strassen, Schnellbahnen, Hotels, Athletendörfer und Unterkünfte für Tausende Medienschaffende aus dem Boden gestampft. Skilifte, Sesselbahnen, Sprungschanzen und Skipisten wurden in die westlichsten Ausläufer des Kaukasus «gepflanzt».

Spezialisten und Experten wurden aus der ganzen Welt richtiggehend zusammengekauft, eine millionenschwere Werbekampagne wurde lanciert und seit rund drei

Jahren wurden unzählige Test-Events durchgeführt, um alle Abläufe und Prozesse zu trainieren und zu optimieren.

### Gigantismus

Sotschi, und nicht zuletzt auch das Konzept der ganz am Ende doch nicht zustande gekommenen Kandidatur des Kantons Graubünden für die Olympischen Winterspiele im Jahr 2022, haben die Diskussion um den Gigantismus der Spiele angeheizt. Sinn und Unsinn von Mega-Veranstaltungen werden zu Recht kontrovers diskutiert, dabei wird aber oftmals – und zu Unrecht – der teilnehmende Athlet in den Hintergrund gedrängt.





Christof Baer, Bereichsleiter Spitzensport

Um ihn, den Sportler, der sich jahrelang vorbereitet, grosse Verzichte hingenommen, seinen Fokus und seine ganze Energie dem Ziel «Paralympics» untergeordnet hat, geht es aber bei dieser Veranstaltung. Für ihn sollen würdige Rahmenbedingungen geschaffen werden, damit er sich im fairen Wettkampf auf allerhöchstem internationalem Niveau mit seinen Mitspieler messen kann. Der Athlet allein hat die ganze Aufmerksamkeit verdient; seine sportlichen Leistungen, ob sie zu Medaillen führen oder nicht, verlangen unseren Respekt.

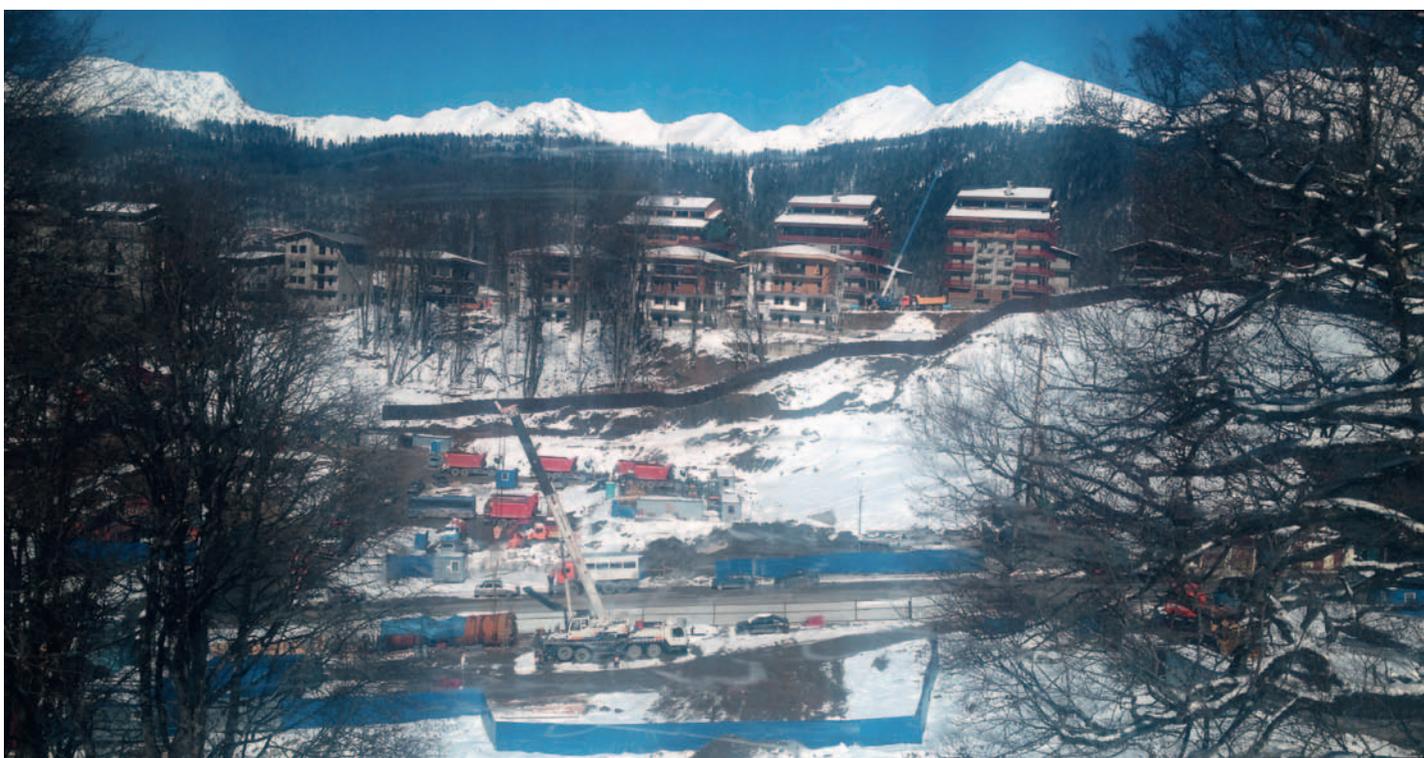
### Einschätzung des «Chef de Mission»

Nach den Spielen 2006 in Turin, 2008 in Peking, 2010 in Vancouver und jenen im vergangenen Sommer in London sind es im kommenden Frühling im russischen Sotschi die insgesamt fünften Paralympischen Spiele, welche ich in verschiedenen Funktionen miterleben darf. Zum ersten Mal werde ich dabei in die Rolle des «Chef de Mission» schlüpfen, was mich gleichzeitig ehrt und herausfordert. Es ehrt mich, eine dynamische, schlagkräftige Athletengruppe mit nicht wenigen Medaillenkandidaten nach Sotschi führen zu können. Und es fordert mich heraus, in einem internationalen und komplexen Umfeld die Bedingungen zu schaffen, welche Voraussetzung für eine erfolgreiche Delegation ist. In erster Linie freue ich mich aber auf die Spiele in Sotschi. Natürlich sind die Milliardeninvestitionen mehr als fragwürdig. Ja, der Natur wird unzweifelhaft und ohne Rücksicht eine gigantische Infrastruktur zugemutet, und Zweifel über deren nachhaltige Nutzung sind absolut berechtigt. Trotzdem kann, soll und wird Sotschi 2014 für jeden einzelnen teilnehmenden Athleten und Betreuer ein eindrückliches Erlebnis werden. Die Schweizer Alpinen sind für die Herausforderung bereit – an der Weltmeis-

terschaften im vergangenen Februar in La Molina haben sie mit dem Gewinn von nicht weniger als sechs Medaillen gezeigt, dass sie mit den speziellen Bedingungen eines Grossanlasses umgehen können und die Formplanung im Griff haben. Wie viele Medaillen es für das Swiss-Paralympic-Team am Schluss sein werden, wird sich zeigen. Sicher ist, dass alle Beteiligten alles in ihrer Macht Stehende geben werden, um am 17. März 2014 erfolgreich in die Schweiz zurückzukehren.

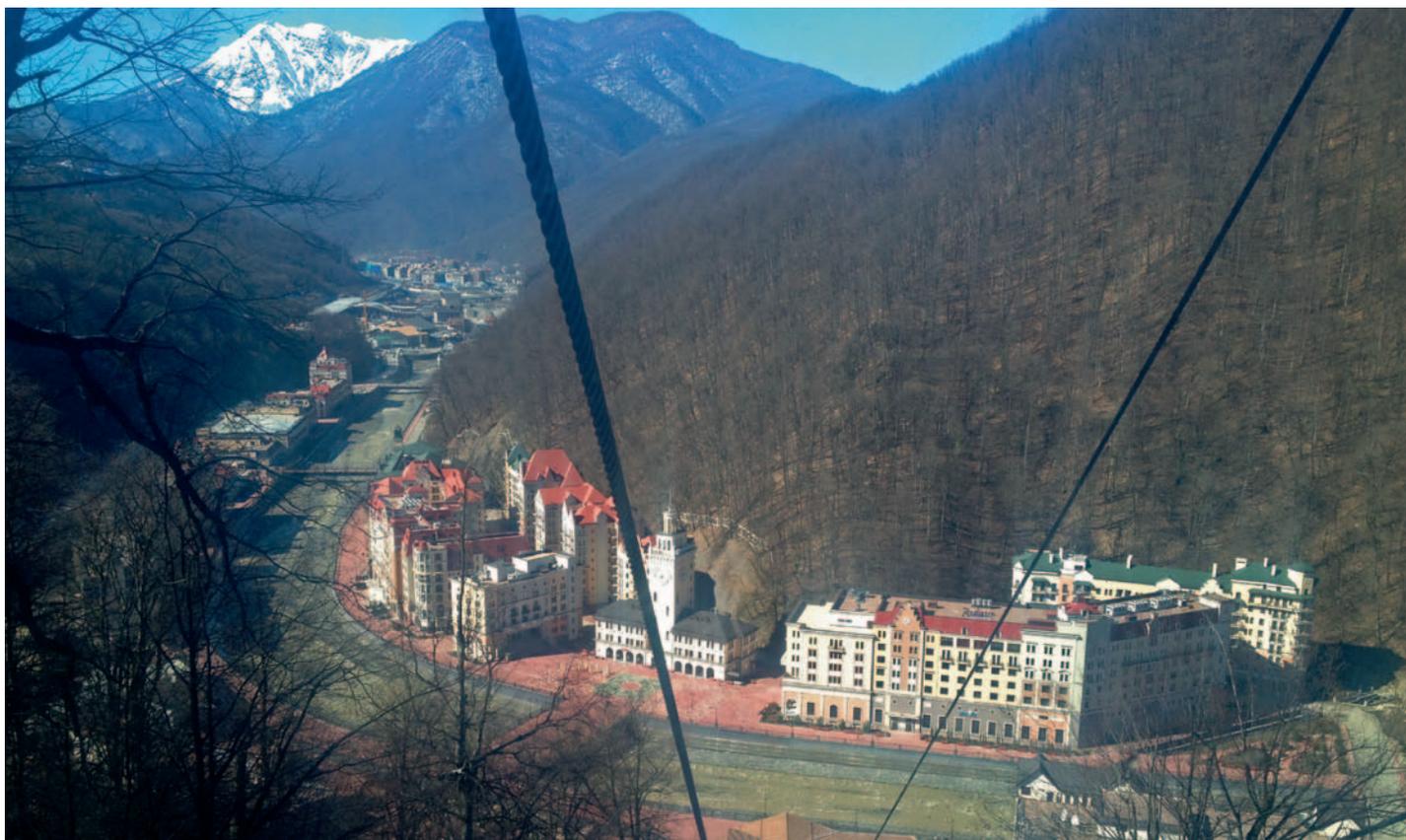
Mit Michael Brügger steht ein PluSportler am Start, der an der WM mit drei gewonnenen Medaillen zu den herausragenden Figuren gezählt hat. Der Silbermedaillen-Gewinner von Vancouver hat eine der besten Saisons seiner ganzen Karriere hinter sich und blickt Sotschi voller Zuversicht entgegen. Mit Thomas Pfyl und Hugo Thomas sind zwei weitere PluSport-Athleten mit WM-Medaillen im Gepäck von der WM nach Hause gereist – was sie zu valablen Kandidaten für die Paralympics macht. Sotschi jedenfalls, und das ist die Hauptsache, wird für die Spiele im kommenden Frühling bereit sein – das Swiss-Paralympic-Team ebenfalls!

\*\*\*\*\*



Das paralympische Dorf: noch eine grosse Baustelle.

# Opération Sotchi



Rosa Khutor: au total 400 projets de construction en total sont à terminer jusqu'au début des Jeux l'année prochaine, comme ici le long de la rivière Msynta.

→ L'organisation des Jeux olympiques et paralympiques d'hiver de Sotchi 2014, en Russie, est un projet prestigieux, pesant plusieurs milliards. Les compétitions-tests (la finale de la coupe du monde de ski alpin) qui se sont déroulées au printemps 2013, et le séminaire «Chef de Mission», qui s'est tenu peu après, ont mis en évidence une certitude: à Sotchi, on va (se) dépenser sans compter.

Depuis sa sélection aux JO en 2007 par le CIO, Sotchi, station balnéaire de la mer Noire, a connu un véritable boom immobilier. A partir de rien (une nature majoritairement intacte), des rues, des trains de banlieue, des hôtels, des villages d'athlètes et des logements pour des milliers de journalistes ont poussé comme des champignons. Des téléskis, téléphériques, tremplins de saut à ski et autres pistes de skis ont été «plantés» dans les contreforts ouest du Caucase.

Des spécialistes et des experts du monde entier ont été embauchés, une campagne publicitaire de plusieurs millions a été lancée, et depuis environ trois ans, un nombre

impressionnant d'évènements-tests sont mis en œuvre, dans le but de répéter et d'optimiser les différents déroulements et processus.

### Gigantisme

Sotchi, mais également l'idée de la candidature (qui a finalement été rejetée) du Canton des Grisons pour les Jeux olympiques d'hiver 2022, ont relancé le débat sur le gigantisme des Jeux. Mais si le sens et le non-sens de ces évènements colossaux ont, à juste titre, fait l'objet de controverses, la place de l'athlète est quant à elle, à tort, bien souvent reléguée à l'arrière-plan.

sochi.ru  
2014   
paralympic games

Et pourtant c'est bien de lui dont il est question: lui, le sportif qui s'est préparé pendant des années, qui a fait de nombreux sacrifices, et qui consacre toute son attention et son énergie à son objectif, les Jeux paralympiques. Il faut créer pour lui des conditions dignes, afin qu'il puisse se mesurer à ses concurrents de l'élite internationale dans le cadre d'une compétition équitable. C'est l'athlète, et seulement l'athlète, qui doit retenir toute notre attention. Ses performances sportives, qu'elles mènent ou non à une médaille, méritent tout notre respect.

### Analyse du «Chef de Mission»

Après les Jeux de 2006 à Turin, de 2008 à Pékin, de 2010 à Vancouver et les derniers Jeux de Londres (2011), Sotchi marquera au printemps prochain les cinquièmes Jeux paralympiques auxquels j'ai pu participer, dans le cadre de différentes fonctions. Pour la première fois, j'y serai présent en tant que «Chef de Mission», ce qui représente pour moi à la fois un honneur et un défi. C'est un honneur de pouvoir guider un groupe d'athlètes dynamique et compétent, comptant de nombreux candidats à une médaille. Ces fonctions représentent également un défi, celui de parvenir à rassembler les conditions nécessaires à une délégation réussie dans un environnement complexe et international. Par-dessus tout, je me réjouis à l'avance des Jeux de Sotchi. Évidemment, les investissements de milliards sont plus que douteux. Oui, une gigantesque infrastructure a été édifée, brusquement et au détriment de la nature, et les doutes sur son exploitation durable sont absolument justifiés.



Christof Baer, Responsable Sport d'élite.

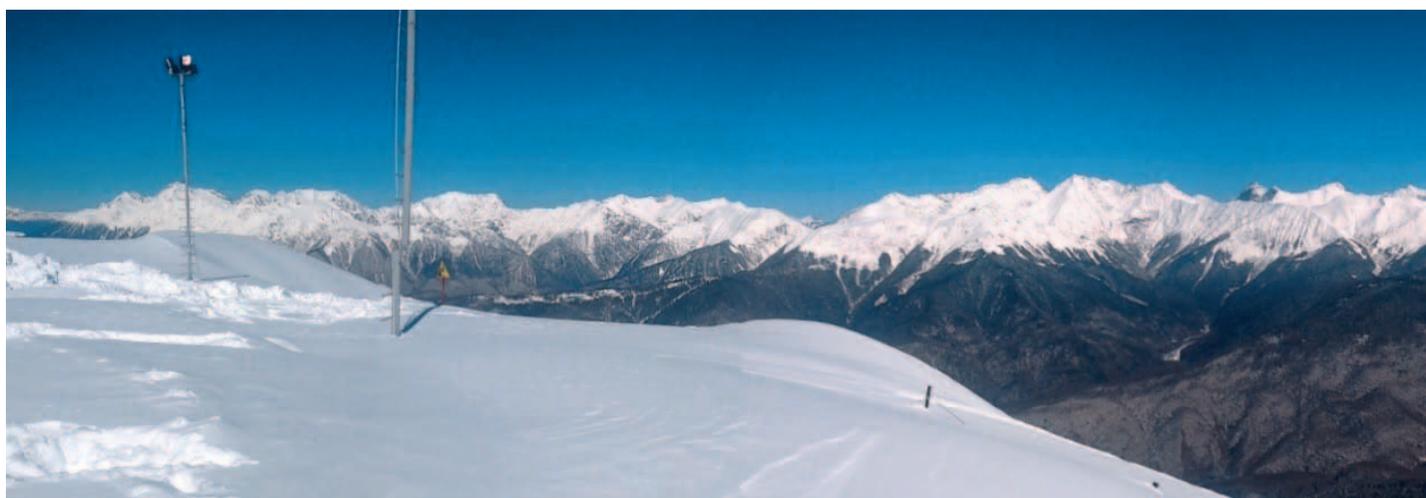


Village olympique: Sotchi est encore en chantier.

Néanmoins, Sotchi 2014 peut être, doit être et sera une expérience inoubliable pour chaque athlète et accompagnant présent. Les skieurs alpins suisses sont prêts à relever le défi. Lors des Championnats du monde en février dernier à La Molina, ils ont prouvé avec pas moins de six médailles qu'ils savent faire face aux conditions spécifiques d'un événement d'envergure, et qu'ils maîtrisent leur programme d'entraînement. Combien de médailles rapportera l'équipe paralympique suisse? Nous verrons bien. Ce qui est certain, c'est que tous les participants donneront le meilleur d'eux-mêmes pour revenir en Suisse couronnés de succès le 17 mars 2014.

Avec ces trois médailles au Championnat du monde, considéré comme un des favoris, Michael Brügger, sportif de PluSport sera au départ. Le médaillé d'argent de Vancouver a réalisé l'une des meilleures saisons de sa carrière, et peut se préparer pour Sotchi avec la tête haute. Thomas Pfyl et Hugo Thomas sont également deux autres athlètes de PluSport à avoir ramené dans leurs valises, des médailles des CM, ce qui les met également en bonne position pour une candidature paralympique. Dans tous les cas, Sotchi, et c'est le principal, sera prête pour les Jeux au printemps prochain – et l'équipe paralympique suisse aussi!

\*\*\*\*\*



Rosa Peak: vue panoramique de l'endroit où les courses de ski auront lieu.

## Präsident mit vielseitiger Erfahrung

**→ Markus Gerber ist Präsident des PluSport-Clubs Biel-Bienne Seeland. Er nutzt mitunter Erfahrungen aus dem eigenen Familienleben, um den Behindertensport voranzutreiben und die Akzeptanz von Menschen mit Behinderung zu fördern.**

Markus Gerber hat gerade ein bedeutendes Grossereignis hinter sich. Der Bieler PluSport-Clubpräsident durfte im Juni ein eidgenössisches Turnfest praktisch vor seiner Haustür erleben. Gerber ist seit 2006 Präsident des Seeländer Clubs; spricht er von seiner «Karriere», so macht es den Eindruck, als ob er immer noch mit demselben Elan bei der Sache wäre, mit dem er vor sieben Jahren das Amt übernommen hatte.

Gerber wohnt mit seiner Familie im seeländischen Bütigen. Der älteste seiner drei erwachsenen Söhne hat von Geburt an eine geistige Behinderung und ist seit 2003 im PluSport-Clubaktiv. Die Erfahrungen, die Markus Gerber in der eigenen Familie gemacht hat, führten ihn in der Freizeit zum Präsidentenamt und beruflich zum Direktor der Stiftung Battenberg, die sich für die berufliche Integration und Bildung von Menschen mit einer Beeinträchtigung einsetzt. Dass der Club im letzten Jahr sein 100. aktives Mitglied aufnehmen konnte und dass er altersmässig bunt durchmischt ist, erzählt Gerber mit Stolz.

Für die Freude an seinem Amt mitverantwortlich sind auch seine Kolleginnen und Kollegen des Vorstands und des Leitungsteams, die, wie Gerber sagt, «einen super Job machen». Neben den vorstandsüblichen Aufgaben begleitet der Präsident jedes Jahr verschiedene Anlässe wie eine Herbstwanderung, die Teilnahme am PluSport-Tag oder den jährlichen Leiterteamausflug. Bereits kurz nach seiner Amtsübernahme durfte der Seeländer 2007 in Frauenfeld ein erstes Mal mit dem PluSport-Club an einem eidgenössischen Turnfest teilnehmen. «Ich war damals schon sehr beeindruckt, wie die Sportlerinnen und Sportler mit einer Behinderung aufgenommen und integriert wurden», erzählt er.

Obwohl Gerber in der eigenen Familie das Thema Behinderung erfahren habe, sei sein Sohn nicht der alleinige Grund gewesen, weshalb er das Amt ursprünglich übernommen habe. «Es motiviert extrem, zu sehen, welchen Wert das Sportangebot für die Menschen hat, und deren Freude miterleben zu können.» Es brauche ein Engagement, um Menschen mit einer Behinderung zu integrieren und Hemmschwellen abzubauen. Über einen allfälligen Rücktritt hat sich Gerber bisher noch keine Gedanken gemacht. «So lange wie mein Vorgänger werde ich das Amt wohl nicht ausüben, aber im Moment bin ich noch motiviert und es bereitet mir grosse Freude», sagt er lachend. Sein Vorgänger, der zweite Präsident von Biel-Bienne Seeland, hatte den Club während 25 Jahren geführt.

Marcel Habegger

\*\*\*\*\*  
Lesen Sie das Porträt über zwei Mitglieder des PluSport-Clubs Biel-Bienne Seeland auf den Seiten 24/25.

Mehr Informationen auf: [biel.plusport-club.ch](http://biel.plusport-club.ch)



Gruppenfoto nach einer Trainingsstunde im Sportclub Biel-Bienne Seeland.

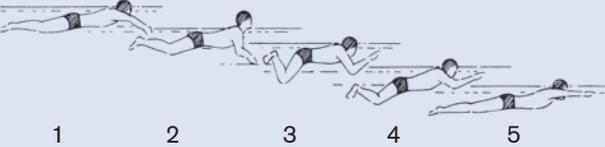
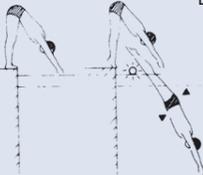


Markus Gerber, Präsident PluSport Biel-Bienne Seeland.

# Schwimmsport: Kombitests 1-4

→ Die Kombitests von Swimsports.ch bauen auf den Grundlagentests auf. Ausserdem können sie jedes Jahr am PluSport-Tag absolviert werden!

## Kombitest 1

Disziplin	Bewertungskriterien, Hinweise (*siehe Erläuterungen zur Technik)	Zeitlimite Sprunghöhe	Empfohlene Wassertiefe/cm
<b>Pflichtprogramm:</b> Alle 4 Übungen 1.1. – 1.4. müssen erfüllt werden			
1.1. 100 m Freistilschwimmen*		keine	120 – 200
1.2. 25 m Wechselschlagschwimmen* (Kraul/Rücken)	Wechselseitiger Armzug, horizontale Wasserlage; beim Kraul: Ausatmung ins Wasser	keine	120 – 200
1.3. 25 m Gleichschlagschwimmen* (Brustgleichschlag) Symmetrischer Beinschlag; die Füsse sind in den Phasen 3 und 4 nach aussen gedreht; Ausatmung ins Wasser	Symmetrischer Beinschlag; die Füsse sind in den Phasen 3 und 4 nach aussen gedreht; Ausatmung ins Wasser 	keine	120 – 200
1.4. 7 m Tauchen	Abstossen von der Wand; der ganze Körper muss während der ganzen Strecke vollständig unter Wasser bleiben. 7 m sind zurückgelegt, wenn der Kopf die 7-m-Marke erreicht hat.	keine	120 – 200
<b>Wahlprogramm:</b> Hier finden Sie zwei Beispiele aus vier Übungen, die komplette Liste und Bedingungen finden Sie auf: <a href="http://swimsports.ch">swimsports.ch</a>			
1.5. Wasserspringen Eintauchen kopfwärts vorwärts aus der Neigehalte	Mögliche Hilfsmittel*: + Leine auf der Wasseroberfläche zum Berühren mit dem Fussrist + Tauchring am Bassinboden als Ziel zum Durchtauchen + Ohne Überschlagen, korrekte Eintauchtauchhaltung* 	Bassinrand	min 250
1.8. Wasserball Aufnehmen und Werfen des Balls	Ballumfang mindestens 50 cm + 3 maliges Aufnehmen des Balls mit einer Hand von unten (Schöpfgreif*) + bis über den Kopf und Fallenlassen des Balls vor den Körper + nach dem 3. Aufnehmen: Wurf über mindestens 5 m Distanz 	keine	brusttief

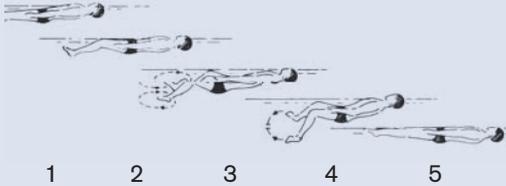
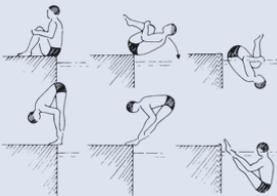
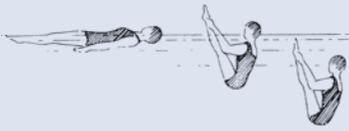
### Kombitests 1-4



### Informationen / Bestellung

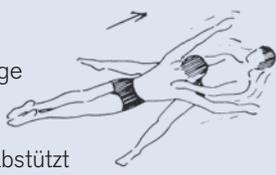
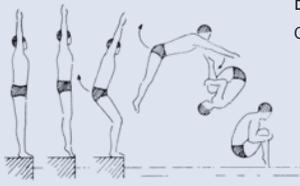
Die gesamten Testunterlagen können kostenlos bei/auf Swimsports.ch bezogen werden. Ebenso werden jederzeit gerne technische und organisatorische Fragen beantwortet: Kontakt: Swimsports, Schlosserstrasse 4, 8180 Bülach Tel. 044 737 37 92; [swimsports.ch](http://swimsports.ch), [admin@swimsports.ch](mailto:admin@swimsports.ch)

## Kombitest 2

Disziplin	Bewertungskriterien, Hinweise (*siehe Erläuterungen zur Technik)	Zeitlimite Sprunghöhe	Empfohlene Wassertiefe/cm
<b>Pflichtprogramm:</b> Alle 4 Übungen 2.1. – 2.4. müssen erfüllt werden			
2.1. 300 m Freistilschwimmen*		max 9 Min	120 – 200
2.2. 50 m Wechselschlagschwimmen* (Kraul/Rücken)	Rhythmischer Bewegungsablauf ohne Unterbruch. Im 25 m Becken: Abstehen oder Anhalten beim Wenden ist nicht erlaubt 	keine	120 – 200
2.3. 25 m Gleichschlagschwimmen* Beinschlag in Rückenlage (Rückengleichschlag)	+ Symmetrischer Beinschlag und korrekte Fussstellung + Ohne Armzug (Arme in Hochhalte oder seitlich neben dem Körper) + Phasen 3 und 4: Füße nach aussen gedreht	keine	120 – 200
2.4. 12 m Tauchen	Startsprung erlaubt; der ganze Körper muss während der ganzen Strecke vollständig unter Wasser sein. 12 m sind zurückgelegt, wenn der Kopf die 12-m-Marke erreicht hat.	keine	200
<b>Wahlprogramm:</b> Hier finden Sie zwei Beispiele aus vier Übungen, die komplette Liste und Bedingungen finden Sie auf: <a href="http://swimsports.ch">swimsports.ch</a>			
2.6. Wasserspringen Abfaller rückwärts	Aus dem Hocksitz oder aus der Hechtlage + Beine mit den Händen festhalten, bis der ganze Körper unter Wasser ist. 	Bassinrand	min 250
2.7. Synchronschwimmen «Auster»	+ Gestreckte Rückenlage* an Ort + Anhechten der Beine und gleichzeitig die Hände über den Kopf zu den Fussgelenken bringen (über der Wasser fassen) + In gehechteter Haltung abtauchen und erst unter Wasser öffnen 	keine	min 180

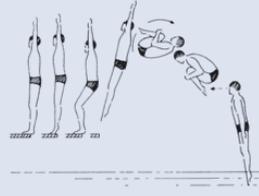


## Kombitest 3

Disziplin	Bewertungskriterien, Hinweise (*siehe Erläuterungen zur Technik)	Zeitlimite Sprunghöhe	Empfohlene Wassertiefe/cm
<b>Pflichtprogramm:</b> Alle 4 Übungen 3.1. – 3.4. müssen erfüllt werden			
3.1. 12 Minuten Freistilschwimmen*		12 Min	120 – 200
3.2. 100 m Wechselschlagschwimmen* a) Kraul b) Rücken	a) Kraul: mit Startsprung vom Rand oder Startblock b) Rücken: Rückenstart im Wasser	a) 2 Min 20 Sek b) 2 Min 40 Sek	120 – 200
3.3. 25 m Gleichschlagschwimmen* (Delfin)	+ Rumpfbewegung mit gleichzeitiger Auf- und Abbewegung der Beine + Armzug: die Arme müssen gleichzeitig über Wasser nach vorne gebracht werden; Startsprung erlaubt	keine	120 – 200
3.4. 25 m Transportschwimmen*	A schwimmt in der Brustlage und stösst B, welcher sich in Rückenlage (gespreizte Beine) mit gestreckten Armen an den Schultern von A abstützt 	keine	200
<b>Wahlprogramm:</b> Hier finden Sie zwei Beispiele aus vier Übungen, die komplette Liste und Bedingungen finden Sie auf: <a href="http://swimsports.ch">swimsports.ch</a>			
3.5. Wasserspringen Salto vorwärts aus Stand	+ Korrekter Absprung* + Gesässheben und anhocken + Eintauchen in Päckli; noch besser: mit Strecken zum Eintauchen 	Bassinrand oder 1-m-Brett	min 250
3.8. Wasserball Dribbling über 10 m und Zielwurf (4 m)	+ Dribbling* mit Freiwasserstart + Aufnehmen des Balles (Mindestumfang 50 cm) mit Schöpfgreif* (einhändig) + Zielwurf mit möglichst horizontaler Flugbahn auf Ziel von ca. 50x50 cm Fläche (z.B. Startblock) 	max 20 Sek	min 120



## Kombitest 4

Disziplin	Bewertungskriterien, Hinweise (*siehe Erläuterungen zur Technik)	Zeitlimite Sprunghöhe	Empfohlene Wassertiefe/cm
<b>Pflichtprogramm:</b> Alle 4 Übungen 4.1. – 4.4. müssen erfüllt werden			
4.1. 1000 m Freistilschwimmen*		max 30 Min	120 – 200
4.2. 50 m Wechselschlagschwimmen* a) Kraul b) Rücken	a) Kraul: mit Startsprung vom Rand oder Startblock b) Rücken: Rückenstart im Wasser 	a) max 45 Sek b) max 55 Sek	120 – 200
4.3. 25 m Gleichschlagschwimmen* (Delfin)	+ Mit Startsprung + Rumpfbewegung mit gleichzeitiger Auf- & Abbewegung der Beine + Armzug: symmetrisch, die Arme müssen über Wasser nach vorne gebracht werden.	max 25 Sek	120 – 200
4.4. 25 m Freistilschwimmen 25 m Rettungsschwimmen	+ Mit Startsprung zum Freistilschwimmen + Mit Übernahme des Rettlings im Wasser + Rettungsschwimmen in irgendeinem üblichen Rettungsriff*  Zum Beispiel: Nacken-Stirn-Griff; Das Gesicht des Rettlings muss immer über Wasser bleiben	max 1 min 40 Sek	min 180
<b>Wahlprogramm:</b> Hier finden Sie zwei Beispiele aus vier Übungen, die komplette Liste und Bedingungen finden Sie auf: <a href="http://swimsports.ch">swimsports.ch</a>			
4.6. Salto rückwärts	+ Korrekter Absprung* mit vollständiger Streckung + gehocktes Drehen (auch gehechtet möglich) + Strecken + Öffnen und vertikales gespanntes Eintauchen 	1-m-Brett	min 350
4.7. Synchronschwimmen Paddeln mit Hechtsalto rückwärts	+ 10 Sekunden Paddeln* an Ort in Rückenlage + Beine gestreckt über den Kopf in eine enge Hechtlage bringen + rückwärts drehen bis Kopf und Füße wieder an der Wasseroberfläche sind + langsames Strecken zur Rückenlage 	keine	min 200



## Weitere Schwimmsport-Dokumente und Übungen

\*\*\*\*\*  
Bestelltalon für den Themenfächer «Im Wasser» (Ingold Verlag):  
[plusport.ch/ausbildung/lehrmittel.html](http://plusport.ch/ausbildung/lehrmittel.html)

Behindertenangepasste Grundagentests auf:  
[plusport.ch/ausbildung/dokumente.html](http://plusport.ch/ausbildung/dokumente.html)

## Leitungsmodule Polysport und Schwimmen

### → 30 Teilnehmende besuchten Mitte Juni den zweiten Teil des Leitungsmoduls in Filzbach.

In Magglingen, im Rahmen des ersten Teils des Leitungsmoduls, wurden in Theorieblöcken die Grundlagen für die Lektionsplanung gesetzt, und auf Unterschiede in den Entwicklungsstufen eingegangen.

Alle Polysportler kamen in der Turnhalle bei verschiedenen Ballsportspielen ins Schwitzen. Mit Unterlagen betreffend der Anpassung der Sportspiele für heterogene Gruppen erfuhren sie, wie Sportspiele anhand von wenigen Änderungen an die Zielgruppe angepasst werden können und erlernten in kurzer Zeit tolle Tanzchoreografien.

Die Wasserbegeisterten erlebten im erfrischenden Nass den Aufbau von der Wassergewöhnung bis hin zu den Zielformen Delfin, Rücken, Brust und Kraul. Zusätzlich erhielten sie einen Einblick in das Zehn-Punkte-Programm der sogenannten Halliwick-Methode. Der Kurs wurde mit den

behinderungsspezifischen Aspekten im Wasser abgerundet.

Im zweiten Teil des Leitungsmoduls in Filzbach zeigten die Schwimmer vollen Einsatz bei den Wasserspielen und beim Aquafit. Die Polysportler tanzten begeistert und turnten mutig an den Geräten.

In beiden Kursen wurde der Schwerpunkt auf die Lektionsplanung und deren Durchführung gelegt. In Kleingruppen planten die Teilnehmer zu einem gewählten Thema eine Lektion und führten diese mit den Kursteilnehmern durch. Ein konstruktives Feedback der Beteiligten und des Lehrteams rundete die Lektionen jeweils ab. Somit wurde der Grundstein gelegt für das bevorstehende Vorbereitungspraktikum und die lehrmethodische Prüfung. PluSport wünscht allen viel Spass und Erfolg! (GG)

\*\*\*\*\*



Volles (Lern-)Programm: Ob im Wasser ...



... oder mit festem Boden unter den Füßen.



## Wieder ein guter Läufer werden?

Beinamputationen infolge Krankheit, oder Unfälle verändern das gewohnte Leben. Unsere Orthopädietechniker bieten Ihnen eine optimale Versorgung Ihres Handicaps.

- Kostenlose Prothesenbegutachtung
- Moderne elektronische Prothesen
- Sportprothesen
- Gehschule

Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne.

Orthotec AG | Guido A. Zäch Strasse 1 | CH-6207 Nottwil |  
T +41 41 939 56 06 | F +41 41 939 56 40 | info@orthotec.ch | www.orthotec.ch

## Steile Wände, kühler Fluss

→ Alle Hände und Füße voll zu tun hatte eine Gruppe kühner Kletterfreunde im Tessin. Vom 22. bis 27. April fand dort ein von dem Verein alpinisme & handicap organisiertes und von PluSport unterstütztes Klettercamp statt.

Die warmen Temperaturen und steilen Felsplatten lockten auch dieses Frühjahr eine Gruppe junger Kletterinnen und Kletterer ins Tessin. Ausgerüstet mit Seilen, Karabinern, Kletterhelm und Klettergurt erkletterte man grandiose Felsformationen und knifflige Überhänge. Schwindelerregende Höhen wurden erklommen, um im Anschluss mit wunderbarem Panoramablick die Aussicht auf schneebedeckte Gipfel zu geniessen. Was für eine Belohnung!



Mit Seil, Charme und Sicherheitshelm: die Klettergruppe vor einer Felswand, die es zu bezwingen galt.

Das Wetter meinte es gut mit den Teilnehmenden, die mit Sonne beschenkt und kulinarisch verwöhnt wurden – mit Pizza, Risotto und Spaghetti.

Das Abseilen mit Blick auf den Lago Maggiore war auch in diesem Jahr für viele ein Highlight. Einige Mutige wagten danach sogar ein Bad in der kalten Maggia, ehe

mit einem feinen «gelato» an der Seepromenade von Ascona diese abenteuerliche Woche beschlossen wurde.

Roger Rüegg

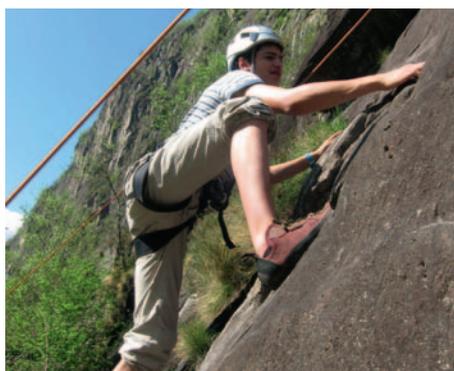
Weitere Infos und Fotos unter: [alpinisme-handicap.ch](http://alpinisme-handicap.ch)

\*\*\*\*\*

## Falaises abruptes et rivière bien fraîche

→ Un audacieux groupe d'amateurs d'escalade s'en est donné à cœur joie dans le Tessin, où s'est tenu du 22 au 27 avril un camp d'escalade, organisé par l'association alpinisme & handicap et soutenu par PluSport.

Au printemps de cette année, les températures douces et les falaises abruptes ont une nouvelle fois attiré un groupe de jeunes grimpeurs dans le Tessin. Harnachés de cordes, de mousquetons, de casques et de harnais, les participants ont grimpé le long de magnifiques formations rocheuses et de difficiles surplombs. Ils ont escaladé des hauteurs vertigineuses pour pouvoir ensuite profiter d'une magnifique vue panoramique sur les sommets enneigés. Quelle récompense extraordinaire!



Ali grimpe la falaise comme un pro.

Les participants ont été gâtés par un beau soleil, mais aussi par la cuisine: pizza, risotto et spaghetti étaient au programme. Cette année également, la descente en rappel avec vue sur le lac Majeur a représenté pour beaucoup de ces sportifs un véritable temps fort. Les plus courageux se sont ensuite risqués à se baigner dans la rivière Maggia,



Ça y est! Les grimpeurs Christian (à gauche) et Stefan.

très froide, avant d'achever cette semaine d'aventures par la dégustation d'une délicieuse «gelato» le long de la promenade du lac à Ascona.

Roger Rüegg

Retrouvez davantage d'informations et de photos sur: [alpinisme-handicap.ch](http://alpinisme-handicap.ch)

\*\*\*\*\*

## Über die Grenzen

## Au-delà des frontières



Gold und Geld wert: Marie Bochet (rechts) in La Molina. (Foto: Marcus Hartmann)



Schwimmerin auf Erfolgskurs: Ellie Simmonds, Weltrekordhalterin über 400 Meter.

### Top-Vermarktungspotenzial

Der brasilianische Sprinter Alan Fonteles Oliveira ist vom Magazin SportsPro in die Liste der fünfzig am besten zu vermarktenden Sportlerinnen und Sportler aufgenommen worden. Stuart Lieberman (IPC) wählte fünfzehn weitere Athletinnen und Athleten mit einer Behinderung aus, bei denen er das grösste Vermarktungspotenzial sieht. Dazu gehören die fünffache Goldmedaillengewinnerin der Ski-WM 2013, die Französin Marie Bochet, aber auch die britische Schwimmerin Ellie Simmonds oder auch der kanadische Sledge-Eishockey-Teamcaptain Greg Westlake. Schweizer sind in der Liste keine vorhanden.

### Briten suchen neue Talente

Grossbritannien will an den Paralympischen Spielen von Rio 2016 ähnlich erfolgreich sein wie in London 2012. Dazu hat UK Sport zusammen mit dem britischen Institut für Sport und dem paralympischen Verband ein neues Förderprogramm lanciert. Mit «Bring on Brazil» suchen die Briten nach neuen Talenten, die leistungsorientiert trainieren wollen, um vielleicht sogar an den Sommerspielen von 2016 teilzunehmen.

### 1200 «Warfighters» in den USA

Neue Konkurrenz für das Schweizer Team: Die USA haben alleine im letzten Jahr 1200 im Krieg verwundete Soldaten in ihr Behindertensport-Rehabilitationsprogramm aufgenommen. Der Behindertensportverband der USA bietet das «Warfighters»-Programm für aktive und ehemalige Soldaten seit 1967 an.

### Kanada ist Sledge-Eishockey-Weltmeister

Scheiterten die Kanadier an den validen Eishockey-Weltmeisterschaften bereits im Viertelfinale, reüssierten die Spieler im Schlitteneishockey; sie sicherten sich den Titel in Goyang (Korea) mit einem 1:0-Sieg über den Erzrivalen aus den USA.

### Leichtathletik-WM in Lyon

Vom 19. bis 28. Juli finden im französischen Lyon die Leichtathletik-Weltmeisterschaften statt. Gut 1300 Athleten aus neunzig Ländern werden versuchen, an ihre Erfolge von London anzuknüpfen oder die Chance zur Wiedergutmachung zu nutzen. Marcel Habegger

### Meilleurs potentiels marketing

Le sprinter brésilien Alan Fonteles Oliveira figure dans le Top 50 des sportifs et sportives au plus fort potentiel Marketing, liste publiée par le magazine SportsPro. Stuart Lieberman (IPC) a sélectionné quinze autres athlètes avec un handicap, pour lesquels il voit le plus grand potentiel marketing. Parmi eux, on retrouve la quintuple médaillée d'or des Championnats du monde de ski 2013, la Française Marie Bochet, mais également la nageuse britannique Ellie Simmonds ou encore le capitaine d'équipe de hockey sur luge, Greg Westlake. Aucun Suisse ne figure dans cette liste.

### Les Britanniques recherchent de nouveaux talents

Le Royaume-Uni compte être aussi performant aux Jeux paralympiques de Rio 2016 qu'à ceux de Londres 2012. Dans cette optique, l'agence UK Sports, en collaboration avec l'Institut britannique du sport et l'Association paralympique, a lancé un nouveau programme pour la relève. Avec l'initiative «Bring on Brazil» les Britanniques entendent débusquer de nouveaux talents qui souhaitent s'entraîner et peut-être même participer aux Jeux d'été de 2016.

### 1200 «Warfighters» aux États-Unis

Davantage de concurrence pour l'équipe suisse: rien que l'année passée, les États-Unis ont intégré à leur programme de réhabilitation de sport-handicap 1200 soldats victimes de blessures de guerre. L'association de sport-handicap des États-Unis propose depuis 1967 le programme «Warfighters», destiné aux soldats en activité et aux vétérans.

### Le Canada, champion de monde hockey sur luge

Si les Canadiens ont échoué dès les quarts de finale lors des Championnats du monde de hockey pour les valides, les joueurs de hockey sur luge ont quant à eux remporté le titre à Goyang (en Corée), avec une victoire 1:0 contre l'équipe des États-Unis.

### Championnats du monde d'athlétisme à Lyon

C'est en France, à Lyon, que se dérouleront du 19 au 28 juillet les Championnats du monde d'athlétisme. 1300 athlètes provenant de 90 nations tenteront de réitérer leurs bons résultats de Londres, ou bien essaieront d'en obtenir de meilleurs. Marcel Habegger

# Camp «Bougeons ensemble» – Cédric Blanc passe le relais



Sur un parcours d'équilibre, Margot teste les sensations du petit trampoline.



Que de couleurs autour de Quentin, vaillant jongleur!

→ Le traditionnelle camp de l'Ascension à Couvet, conçu dans un but d'intégration en 2006 par Cédric Blanc, connaît un grand succès réunissant chaque année des sportifs et des fratries de tous horizons, avec et sans handicap.

Aujourd'hui, Cédric Blanc – ancien responsable de l'Antenne romande – a souhaité passer le relais et c'est Anouk Tschanz, collaboratrice de l'Antenne romande, qui en a repris la conduite, le camp de l'Ascension a donc vécu sa 8ème édition du 9 au 12 mai 2013.

Afin de marquer le passage, Anouk tenait à mettre au programme une des toutes premières disciplines proposées en 2006, à savoir une activité de trampoline, très appréciée des sportifs. Avec la collaboration d'un grand spécialiste en la matière, Jean-Michel Bataillon, chacun a pu vivre des sensations d'élévation grisantes. Par une approche, sous forme de différents ateliers de motricité, coordination et équilibre, les sportifs piétons et en chaise rou-

lante ont testé l'ascension, la descente, des sols instables avant de monter enfin sur le trampoline.

Autre constatation heureuse, celle de voir en ce camp, d'anciens participants, au bénéfice d'une formation PluSport, prenant la relève en monitorat ou en qualité de stagiaire. Qu'ils soient félicités et remerciés de leur investissement dans le sport handicap. L'intégration sous toutes ces formes, ce n'est pas si complexe... Car la magie d'un tel camp opère et c'est ainsi qu'on lui doit son vif succès !

De chaleureux remerciements à Cédric pour l'élan qu'il a su donner au camp de Couvet. Dotée de cette expérience, c'est avec fierté et un énorme plaisir qu'Anouk, accompagnée d'un staff de moniteurs



Avec une bonne adaptation, Damien, en situation de poly-handicap, adore vivre les grandes sensations du trampoline.

exemplaires, fera vivre encore et encore le Camp Bougeons ensemble! Anouk Tschanz

L'activité de Trampoline vous intéresse? Contactez Jean-Michel Bataillon, coach sportif et spécialiste trampoline acro; [jm.bataillon@bluewin.ch](mailto:jm.bataillon@bluewin.ch) / 079 641 08 95

## Un «Palladium» pour PluSport



Centre sportif «Palladium» de Champéry, nouveau lieu pour les formations PluSport.

### → Une quarantaine de participants – presque à parité hommes femmes – ont fréquentés l'un des deux modules d'assistant programmés en 2013.

Le premier s'est déroulé au mois de mars à Couvet, le second fin avril pour la première fois au centre sportif de Champéry. La fréquentation de ces modules nous réjouit et confirme la prise de conscience de nos

clubs sportifs membres de PluSport ou de Procap Sport, de former leurs moniteurs. Pour rappel, le module d'assistant est une formation de base théorique et pratique sur le sport handicap. Elle dure trois jours

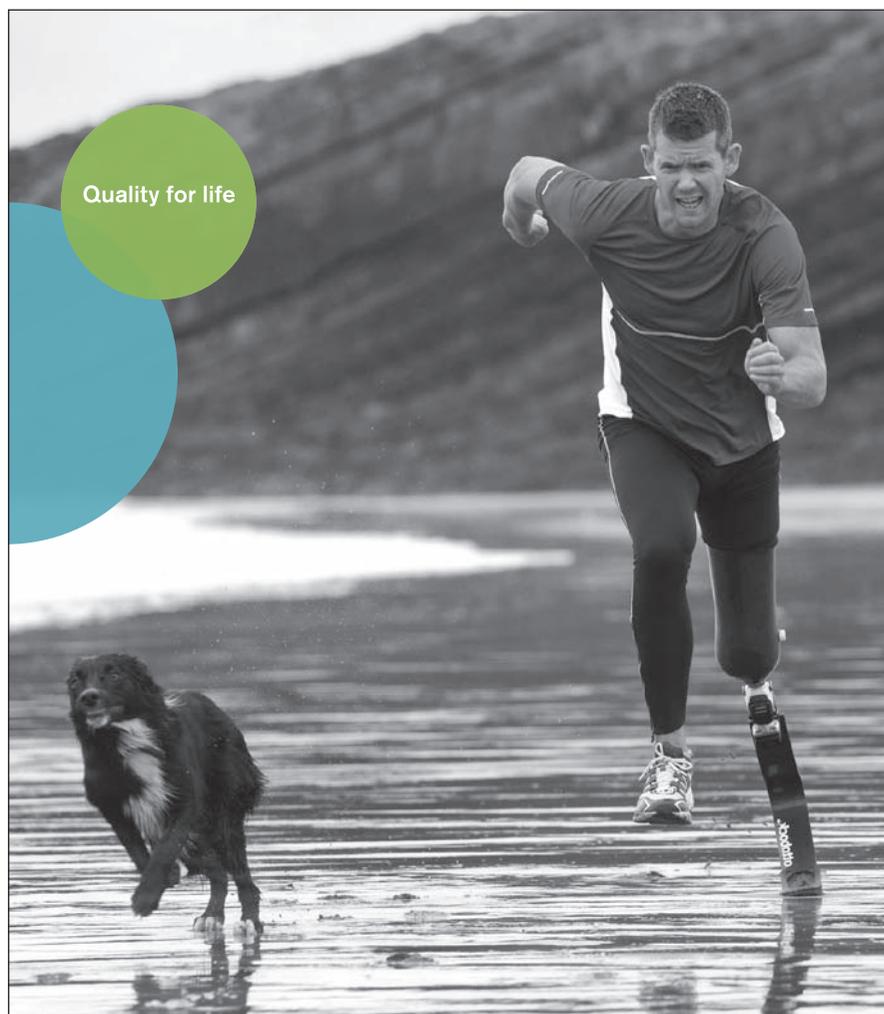
et marque le passage obligatoire pour tout futur Moniteur Sport Handicap quel que soit la discipline, (natation, polysport, judo ou sports de neige).

La suite de cette formation est le module de moniteur qui se déroulera en automne à Couvet sur 6 jours. Nous encourageons tous les assistants à suivre cette formation qui leurs permettra d'être autonome face à un groupe de sportifs comme par exemple la préparation et la direction des leçons, la prévention des accidents ou la gestion des assistants et aides bénévoles.

Nicolas Mani

Il reste des places pour ce module, 27.-29.9 et 25.-27.10.2013. Pour toutes les questions composer le 021 616 55 32.

\*\*\*\*\*



**ottobock.**

## Einfach Sport.

Mit dem neuen Kniegelenk  
3S80 Sport

Es gibt kein positiveres Gefühl als das der Zufriedenheit nach dem Laufen. Das neue 3S80 Sport-Kniegelenk mit dem bewährten Prinzip der Rotations-hydraulik macht es dem Anwender möglich, einfach wieder zu laufen. Ob Joggen oder Sprinten: Die neue Sportprothese ist in Kombination mit dem Carbonfederfuss 1E90 Sprinter optimal für den Laufsport abgestimmt und für ein Körpergewicht bis zu 100 kg zugelassen.

Die Sperrfunktion des neuen Sportkniegelenks ermöglicht dem Anwender speziell bei Aufwärm- und Dehnübungen einen sicheren Stand.

Fragen Sie Ihren Orthopädietechniker oder rufen Sie uns an.



NEU

www.ottobock.ch · suisse@ottobock.com · T 041 455 61 71

## PluSportler mit grossem Herz



Balanceakt: Cornelia und Alain auf dem Hindernisparcours.

### → Der PluSport-Club Biel-Bienne Seeland bietet mehrmals pro Woche Sportangebote an. Praktisch immer mit dabei sind die langjährigen Mitglieder Alain und Cornelia.

Langlauf, Leichtathletik, Schwimmen, Polysport, Turnen, Tennis und Unihockey; beim PluSport-Club Biel-Bienne Seeland ist fast an jedem Wochentag etwas los. Gestartet wird die Woche jeweils mit dem Turnen für Schüler, im Anschluss kommen die Erwachsenen zum Zug. Die PluSportler und PluSportlerinnen absolvieren den Fit&Fun-Parcours und trainieren Leichtathletikdisziplinen für das diesjährige Eidgenössische Turnfest in ihrer Heimatstadt Biel. Gut vierzig Personen sind heute Abend in der Turnhalle – für die freiwilligen Leiter eine Herausforderung. «Früher hatten wir jeweils noch eine Turnstunde am Donnerstag, doch leider ist die Halle neu vom Schulsport belegt. Nun sind es schon etwas viele Teilnehmer», sagt Hauptleiterin Beatrice.

Da die Leistungsunterschiede zwischen den PluSportlerinnen und PluSportlern relativ gross sind, wird oft auf zwei Leistungsniveaus trainiert; doch beim Üben für das Turnfest ist das nicht möglich. Während einige also genau wissen, wo sie den Tennisball beim Fit&Fun-Parcours hinwerfen müssen, haben andere etwas Mühe. Da sind die

Leiterinnen besonders froh, haben sie Cornelia. Die Seeländerin aus Bellmund ist für die Leiterinnen trotz ihrer geistigen Behinderung eine grosse Hilfe. Cornelia nimmt andere Teilnehmer bei der Hand, hilft ihnen oder versucht, sie zu motivieren und zu trösten, wenn es ihnen einmal nicht so gut geht.

Cornelia hat einen jüngeren Bruder und eine jüngere Schwester. «Ihre Geschwister waren beide schon in der Jugendzeit sehr sportlich, doch ich wollte Cornelia nicht in die Jugi geben, da wäre sie überfordert gewesen», erzählt ihre Mutter Katrin. «Das PluSport-Turnen war der ideale Platz für Cornelia.» Die 36-Jährige wohnt heute in einem betreuten Wohnheim und kann auch selbstständig ins Turnen gehen. Alain ist an diesem Montag etwas ruhig. Anders als Cornelia ist der 45-Jährige eher zurückhaltend und braucht mehr Zeit, bis er sich Fremden gegenüber öffnet. Er weiss genau, was er beim Fit&Fun zu tun hat. Doch der Schein trügt: Macht jemand einen Fehler, versucht er darauf aufmerksam zu machen. «Da ihm die Kommunikation schwerfällt, ist er schon etwas ruhiger», erklärt die Mutter. «Er hat aber immer Spass am Sport bei PluSport.» Wie Cornelia ist Alain seit Jahren dabei. Seine Mutter ist Mitgründerin von PluSport Biel-Bienne Seeland, Alain ist seit dem Gründungsjahr 1979 Mitglied oder, genauer gesagt, die ganze Familie. Neben seiner Mutter engagieren sich auch sein Bruder und die Schwägerin bei PluSport, sein Vater war während 25 Jahren Präsident des Vereins.

#### Herzliche Umarmung zum Abschluss

Für seinen Bruder Gilbert ist klar, dass Alain irgendwann einmal nicht mehr bei den Eltern wohnen und zu seiner Familie ziehen wird. Dass er wegen dem Down-Syndrom seines Bruders eine sozialere Einstellung als andere hat, glaubt Gilbert nicht: «Ich glaube, da denken andere Teamsportler wie ich. Vielleicht habe ich einfach weniger Berührungängste.» Früher hat er seinen älteren Bruder aber doch auch hin und wieder beschützt. «Wenn andere Sprüche wegen meinem Bruder gemacht haben, bin ich dann schon vor ihn hingestanden und habe ihn verteidigt.»

Normalerweise wird am Mittwochabend vor dem polysportiven Teil für die PluSport-Wettkämpfe am Eidgenössischen Turnfest Leichtathletik trainiert, doch vor den Ferien ist nur Tennis angesagt. Trotz ihrer Behinderungen haben die PluSportlerinnen und PluSportler ein gutes Ballgefühl, nur selten fliegt ein Ball quer durch die Turnhalle. Über den Winter ist der Platz etwas eng, im Sommer hat die Gruppe die Möglichkeit, in einem Tenniszentrum in der Halle zu trainieren. Nach den Ferien konzentrieren sie sich dann wieder auf die Leichtathletik, denn bis zum Eidgenössischen Turnfest und dem PluSport-Tag dauert es nicht mehr allzu lange. Kugelstossen, Speerwerfen, Sprint sowie Weit- und Hochsprung werden trainiert, wobei jeder seine eigene Technik hat. «Wir haben versucht, mit allen gemeinsam die Technik zu trainieren, doch am Ende sind dann aber die meisten weniger hoch oder weit gesprungen, weshalb nun jeder seine eigene Technik anwendet», erzählt Sandra, die Leiterin des heutigen Trainings. So überspringen die Sportler Höhen zwischen 90 Zentimeter und 130 Zentimeter.

Noch einmal spielt Alain an, dann ist das Tennis schon wieder vorbei. Vor der Halle wartet bereits die Unihockey-Trainingsgruppe von PluSport. Die Tennisspieler machen sich auf den Heimweg, und tatsächlich öffnet sich Alain zum Schluss noch und verabschiedet sich mit einer herzlichen Umarmung. Marcel Habegger

\*\*\*\*\*  
Lesen Sie das Porträt über Markus Gerber, den Präsidenten des PluSport-Clubs Biel-Bienne Seeland, auf Seite 14.

## «PluSportifs» au grand cœur

→ **Le Club PluSport de Biel-Bienne Seeland offre diverses activités. La plupart du temps présents, Alain et Cornelia, deux membres de longue date.**

Ski de fond, athlétisme, natation, polysport, gymnastique, tennis, unihockey – au Club PluSport de Biel-Bienne Seeland, il se passe presque tous les jours quelque chose. La semaine commence avec la gymnastique pour écoliers, puis vient le tour des adultes. Les «PluSportives» et «PluSportifs» s'entraînent sur le parcours Fit&Fun et pour les compétitions d'athlétisme dans le cadre de la Fête fédérale de gymnastique, qui aura lieu cette année dans leur ville. Ce soir-là, c'est une bonne quarantaine de personnes qui se retrouvent dans la salle de gym, ce qui pose quelques problèmes aux responsables bénévoles. «Auparavant, nous avions une seconde soirée de gymnastique le jeudi, mais la salle est désormais réservée pour le sport scolaire, et c'est un peu serré», déclare Béatrice, monitrice principale.

Comme les capacités des sportives et sportifs sont très diverses, on propose souvent deux niveaux d'exercices, mais dans la perspective de la Fête fédérale de gymnastique, cela n'est pas possible. Si certains savent précisément où ils doivent lancer la balle de tennis sur le parcours Fit&Fun, d'autres ont plus de peine, et c'est alors que les monitrices apprécient tout particulièrement la présence de Cornelia. Malgré son handicap mental, cette habitante de Bellmund, dans le Seeland, est une auxiliaire précieuse. Elle prend certains participants par la main, les aide ou essaie de les motiver et de les consoler quand ils sont en diffi culté. Cornelia est l'aînée de trois enfants. «Ses frères et soeurs ont toujours été très sportifs, mais je n'aurais pas voulu l'envoyer au club de sport des jeunes, où elle aurait été surchargée», explique Katrin, sa mère. «Pour Cornelia, la gymnastique dans un club PluSport est l'idéal.» Âgée de 36 ans, la jeune femme vit en home protégé et se rend à la gymnastique par ses propres moyens.



Beim Üben fürs Turnfest klappt nicht alles auf Anhieb.



Alain ist jeweils im Tennisunterricht ...



... und beim Montagsturnen dabei.



Tennis ist nur eines von vielen Angeboten des PluSport-Clubs Biel-Bienne Seeland.

Ce lundi soir, Alain (45 ans) est plutôt tranquille. Contrairement à Cornelia, il est assez réservé et a besoin de temps avant de faire connaissance. Il sait précisément ce qu'il doit faire dans le cadre de Fit&Fun et accomplit un parcours sans faute, tout en donnant l'impression d'être un peu ailleurs. Mais les apparences sont trompeuses: si quelqu'un fait une faute, il essaie d'attirer son attention. «Comme il a de la peine à communiquer, il est plus calme», explique sa mère, «mais il aime beaucoup les activités de PluSport.»

Comme Cornelia, Alain est membre de longue date, et sa mère a participé à la fondation de PluSport Biel-Bienne Seeland, en 1979. Alain, et toute sa famille, ont toujours fait partie du club: outre sa mère, son frère et sa belle-soeur sont aussi engagés dans les activités de l'association, que son père a présidée pendant 25 ans.

**Embrassade chaleureuse**

Pour son frère Gilbert, la chose est entendue: le jour où Alain ne pourra plus habiter chez leurs parents, il viendra sous son toit. Gilbert ne pense pas que le fait que son frère soit atteint du syndrome de Down lui ait donné un sens social plus développé: «Je crois que les autres sportifs ont la même attitude, mais j'ai peut-être moins d'inhibitions.» Naguère, il lui est arrivé de prendre la défense de son frère aîné: «Quand les autres se moquaient de lui, je me mettais devant lui pour le protéger.»

Le mercredi soir, normalement, les activités polysport sont précédées par l'entraînement en vue des compétitions d'athlétisme à la Fête fédérale, mais avant les vacances, c'est le tennis qui est au programme. Malgré leurs handicaps, les joueuses et joueurs ont un bon toucher de balle et il est rare que celle-ci vole à travers la salle de manière incontrôlée. Mais en hiver, on manque un peu de place, alors qu'en été le groupe a la possibilité de s'entraîner en salle dans un centre de tennis.

Après les vacances, les sportives et sportifs se consacreront de nouveau à l'athlétisme, car la Fête fédérale et la Journée PluSport approchent à grands pas. On pratique le lancer du poids et du javelot, le sprint, le saut en longueur et en hauteur – chacune et chacun avec sa technique personnelle. «Nous avons essayé d'exercer les techniques 'classiques', mais les résultats en ont souffert, c'est pourquoi désormais chacun utilise sa propre méthode», explique Sandra, qui surveille l'entraînement. Ainsi, les sauteurs franchissent entre 90 centimètres et 1 m 30.

C'est une nouvelle fois le tour d'Alain, avant que le tennis ne prenne fin, car dehors l'équipe PluSport d'unihockey attend déjà. Les joueuses et joueurs de tennis se disent au revoir, et même Alain se dégèle et prend congé de ses camarades par une embrassade chaleureuse.

Marcel Habegger

\*\*\*\*\*



Alain weiss genau, was zu tun ist ...



... schliesslich ist er seit Jahren mit dabei.



Grosses Herz: Cornelia ist sofort zur Stelle, wenn es jemanden zu trösten gilt.

Apprenez en plus sur Markus Gerber, Président du club sportif PluSport Biel-Bienne Seeland, à la page 14.

## Buntes Treiben an der Segel-EM

→ **PluSport war als Official Partner an den Access Class Championships in Arbon hautnah dran. An den Segel-Europameisterschaften für Menschen mit Behinderung setzten sich die Schweizer ausgezeichnet in Szene und erreichten die Ränge zwei und drei.**

Am dritten Tag der Segel-Europameisterschaften präsentiert sich der Bodensee über lange Zeit zu ruhig, als dass die dritte Regatta in Angriff genommen werden konnte. Die Seglerinnen und Segler sitzen am Ufer in Arbon und warten geduldig auf mehr Wind. «Ich hoffe schon, dass heute noch etwas geht, sonst wird es kein Streichresultat geben», sagt Florian Bürgi, der im Rollstuhl sitzt, nach einer guten Stunde Wartezeit.

Kaum hat Bürgi zu Ende gesprochen, ertönt das Horn, das den Start ankündigt. Nun haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 45 Minuten Zeit, bis der Startschuss auf dem See fallen wird. Seglerinnen und Segler aus Spanien, Frankreich, England und anderen Nationen steigen in ihre Boote. Wer nicht selbst einsteigen kann, wird mit Minikranen ins Boot gehoben. Die Schweizer segeln alle mit «Access Dinghies 303»-Segelbooten, die speziell für Menschen mit einer Behinderung entwickelt wurden. Die Segelnden sitzen in den Jollen immer in Fahrtrichtung und müssen auch bei einem Kurswechsel keine Positionsverschiebung vornehmen. Die Jollen haben ein im Verhältnis grosses, mit Blei gefülltes Schwert, das den Booten mehr Stabilität gibt, und dank denen ein Kentern beinahe unmöglich ist. Kaum auf dem Wasser, nähert sich den Seglern eine schwarze

Wolkenwand. Vor dem Start hatte das Schweizer Team Joshua Rothenhäusler und Dominique Scheller in der Gesamtrangliste noch an der Spitze gelegen, doch die lange Wartezeit ist ihnen scheinbar nicht gut bekommen. Das Team verschläft den Start und überquert erst als neuntes Boot die Ziellinie. Eine Enttäuschung für den jungen Segler Joshua Rothenhäusler, hatte er doch in den ersten zwei Regatten mit einem ersten und einem zweiten Rang geglänzt. Die Reaktion des Teams fällt jedoch beeindruckend aus: Dank einem erneuten Sieg in der vierten Regatta, dürfen sie sich zu Recht Chancen auf einen Spitzenplatz ausrechnen. Am letzten Tag muss sich das Duo allerdings in den zwei letzten Regatten erneut dem Bulgaren Zoltan Pegan geschlagen geben. Am Ende schaute für das Schweizer Team Rothenhäusler/Scheller der zweite, für Roger Lieberherr und Christian Hiller der dritte Schlussrang in der Kategorie «Access 303 double» heraus.

Über die Europameisterschaften darf nicht nur resultatemässig, sondern auch im Bezug auf die Teilnehmerzahl und die Organisation ein positives Fazit gezogen werden. Hatte es vor vier Jahren an der ersten EM-Austragung in Südfrankreich noch dreissig Boote am Start, waren letzte Woche siebzig mit dabei. «Die Segelsportszene für Menschen mit einer Behinderung ist erst am entstehen, sie hat noch grosses Wachstumspotenzial», sagt Willi Lutz, Präsident von Sailability.ch und OK-Mitglied der EM in Arbon. Früher sei es eher so gewesen, dass Leute mit einer Behinderung gerne segelten, nun erhalte der Leistungssportgedanke immer grössere Wichtigkeit. «Für uns sind solche Veranstaltungen wichtig, damit wir unseren Sport in der Öffentlichkeit präsentieren können», sagt Lutz, der sich mit Sailability ganz dem Segelsport für Menschen mit Behinderung verschrieben hat.

Marcel Habegger

\*\*\*\*\*



Vom Einstieg in die Segelboote bis zur Siegerehrung: Den Zuschauern am Hafen von Arbon wurde ein ebenso spannendes wie farbiges Spektakel geboten.

# Lasst die Spiele beginnen!



Grosse Auftritte vor grossem Publikum: Nach den National Winter Games in Lenk finden nun die Summer Games in Bern statt.

## → 1500 Athletinnen und Athleten und grosse Emotionen. Die National Summer Games Bern 2014 von Special Olympics werden ein Zeichen setzen für Wertschätzung, Akzeptanz, Gleichstellung und Integration von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung.

In gut einem Jahr werden die National Summer Games auf dem Bundesplatz in Bern eröffnet. Fans, Freunde und Angehörige dürfen sich auf spannende Wettkämpfe und ein unterhaltsames Rahmenprogramm freuen. Die Teilnehmer werden das Publikum mit leidenschaftlicher Freude am Sport anstecken.

Die National Summer Games von Special Olympics finden vom 29. Mai bis 1. Juni 2014 statt. In dreizehn Sportarten werden an verschiedenen Wettkampfsorten rund um Bern Wettkämpfe ausgetragen: Basketball, Boccia, Fussball, Golf, Judo, Leichtathletik, Petanque, Radfahren, Reiten, Schwimmen, Segeln, Tennis und Tischtennis.

Zahlreiche Programm Highlights machen die Summer Games aber auch neben den Wettkämpfen zu einem unvergesslichen Erlebnis. Eine stimmungsvolle Eröffnungsfeier auf dem Bundesplatz, ein Olympic Town mit verschiedensten Verpflegungsständen und einem attraktiven Unterhaltungsprogramm mit Kleinkonzerten und einem Geschicklichkeitsparcours sowie ein Athletenabend mit Musik und das Gesundheitsprogramm «Healthy Athletes» werden

den Athletinnen und Athleten viele spannende, unvergessliche Erlebnisse beschern.

Ab sofort kann man sich für die National Games anmelden: [specialolympics.ch](http://specialolympics.ch). Die National Summer Games in Bern richten sich an alle Menschen mit einer geistigen Behinderung, einer Beeinträchtigung des Lernvermögens, einer Entwicklungsstörung oder -verzögerung oder mit Verhaltensauffälligkeit. Das Mindestalter beträgt acht Jahre. Grundsätzlich wird niemand von der Teilnahme und damit von der Möglichkeit, Erfolg zu haben, ausgeschlossen. Ebenso wird keine bestimmte Clubzugehörigkeit vorausgesetzt oder irgendeine Lizenz. Voraussetzung ist lediglich, dass man die gewählte Sportart betreiben kann, idealerweise regelmässig darin trainiert und sich mit Freude auf den Anlass vorbereitet.

### Garantiert faire Wettkämpfe

Damit für alle Athleten der unterschiedlichsten Leistungsstufen faire und spannende Wettkämpfe gewährleistet sind, gibt es bei Special Olympics das Divisioning. Am ersten Tag der National Games findet in allen Sportarten das Einteilen in homogene Leistungsgruppen statt. Dabei übt der Athlet seine Sportart wie bei einem richtigen Wettkampf aus. Aufgrund der erzielten Resultate erfolgt die Einteilung. Der Leistungsunterschied innerhalb einer Gruppe soll nicht mehr als fünfzehn Prozent (Richtwert) betragen. Die Leistungsgruppen umfassen jeweils mindestens drei und maximal acht Athleten.

Irene Nanculaf

## Segelyacht-Sharing mit Sailbox

→ «Segeln? – Leider zu teuer für mich! Viel zu aufwendig! Und ich kann doch nicht zehn Jahre auf einen Liegeplatz warten!»

Das alles muss nicht sein. Sailbox bietet schweizweites Segelyacht-Sharing an – und das zu tieferen Kosten als Skifahren. Damit wird der Einstieg in den Segelsport so einfach wie nie zuvor.

Hast du eine Segelprüfung? Bist du Mitglied von Sailbox und hast eine dreistündige Einführung in die «mOcean» – die spassige und einfache Standard-Yacht von Sailbox – absolviert? Dann steht Deinen künftigen Segelabenteuern nichts mehr im Weg. Die Yacht wird per App oder Internet reserviert und kann daraufhin am gewünschten Standort selbständig übernommen und nach dem Segeln wieder zurückgegeben werden.

Bezahlt werden einzig die Stunden auf dem Wasser: Fr. 39.– pro Stunde unter der Woche und Fr. 47.– an Wochenenden. Für einen ganzen Tag werden maximal fünf Stunden verrechnet.

Sailbox gibt es schon an 13 Standorten an 7 verschiedenen Seen. Segeln war noch nie einfacher. Sailbox kümmert sich um den Unterhalt der Yachten. Die Kosten sind transparent und überschaubar. Und das Warten auf einen Liegeplatz ist ab sofort Geschichte.

Sailbox gibt es übrigens bald auch für Menschen in Rollstühlen. Sailability.ch und Sailbox sind daran, die «mOcean» auch für Rollstuhlfahrende segelbar zu machen. Momentan wird ein Spezial-Steuerstand für Skipper mit Behinderung entwickelt und dieses



Die «mOcean» ist eine topmoderne Yacht, aber trotzdem einfach zu segeln. (Foto: ZFG)

Haben wir dein Interesse geweckt? Infos bezüglich Schnupper- oder Introkursen: [sailbox.ch](http://sailbox.ch), [sailbox@sailbox.ch](mailto:sailbox@sailbox.ch)

Jahr von Sailability.ch auf Herz und Nieren getestet. 2014 werden dann die rollstuhlgängigen Sailbox-Standorte mit dem Steuer-Kit ausgerüstet. Dem barrierefreien Zugang zu einem Segelyacht Sharing in der Schweiz steht dann nichts mehr im Weg.

\*\*\*\*\*

## Partage de bateaux à voile avec Sailbox

→ «Pratiquer la voile? – Malheureusement, c'est bien trop cher pour moi! C'est beaucoup trop compliqué! Et je ne peux tout de même pas attendre dix ans qu'une place d'amarrage se libère!»

Tous ces désagréments sont désormais de l'histoire ancienne. Sailbox propose un système de partage de voiliers dans toute la Suisse, à des tarifs moins élevés que ceux qu'implique la pratique du ski. Désormais, s'adonner à la voile n'a jamais été aussi simple. Tu as un permis voile? Tu es membre de Sailbox et tu as suivi une introduction d'une durée de trois heures à bord du «mOcean», le voilier simple et convivial de Sailbox? Alors plus rien ne t'empêche

Est-ce que cela t'intéresse? Nous serions ravis de t'accueillir sur l'un des «mOcean» pour un cours d'initiation, ou même d'introduction. Plus d'informations sur: [sailbox.ch](http://sailbox.ch), [sailbox@sailbox.ch](mailto:sailbox@sailbox.ch)

de te lancer dans la grande aventure de la voile. Il est possible de réserver le bateau via une application mobile ou par Internet, puis le prendre à la station souhaitée, et enfin le restituer après avoir navigué.

Seules les heures passées sur l'eau sont décomptées. Fr. 39.-/heure pendant la semaine, et Fr. 47.- le week-end. Un maximum de cinq heures est facturé pour la journée complète.

Sailbox est déjà présent dans 13 stations, réparties sur 7 lacs. Pratiquer la voile n'a jamais été aussi simple. Sailbox s'occupe de l'entretien des voiliers. Les prix sont transparents et clairs. De plus, il n'y a plus besoin de se soucier d'attendre qu'une place d'amarrage se libère.

Sailbox est également bientôt disponible pour les personnes en fauteuil roulant. En effet, Sailability.ch et Sailbox travaillent à rendre le «mOcean» également navigable par des utilisateurs de fauteuil. Un poste de barre spécial pour les skipper handicapés est actuellement en cours de développement, et fera l'objet de tests poussés par Sailability.ch cette année. En 2014, les stations Sailbox accessibles aux fauteuils roulants seront équipées du kit pour poste de barre. Ainsi, rien ne s'oppose plus à l'accès à ce système de partage de voiliers en Suisse par les personnes handicapées.

\*\*\*\*\*

## Klettertag voller Abenteuer – jetzt anmelden

**→ Ein Tag mit zahlreichen Möglichkeiten für Kinder und Jugendliche mit Bergsportfieber – und für alle, die das Klettern erlernen wollen.**

Ein Tag zum Schnuppern und um Gelerntes weiter zu vertiefen. Ein Tag für freundschaftliche Begegnungen und ein Tag, um Abenteuer zu meistern, über die man danach stolz berichten kann. Ein motiviertes und versiertes Begleiterteam sowie ein erfahrener Bergführer freuen sich auf diesen Tag, der speziell für abenteuerbegeisterte Kinder und Jugendliche mit einer Behinderung organisiert wird.

**Datum**

Sonntag, 15. September 2013  
(Anmeldeschluss: 1. September 2013)

**Ort**

Grossraum Zürich, Outdoor oder Indoor (wetterabhängig)

**Technische Leitung**

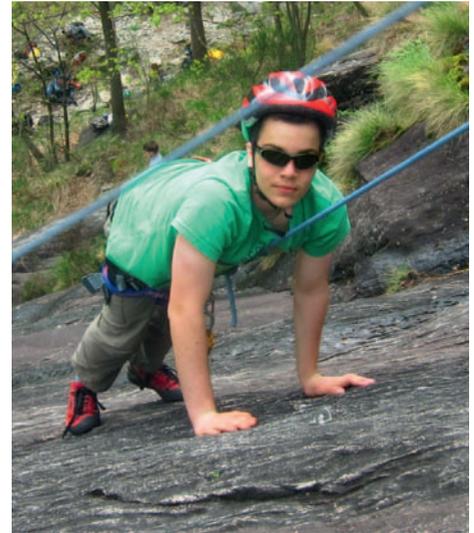
Seth Fröhlich, Bergführer, Binzholzweg 19, 8636 Wald

**Unsere Leistungen**

- + 1:1-Begleitung durch fachkundige BergsteigerInnen
- + ausgebildeter Bergführer als technischer Leiter

**Voraussetzungen**

- + Alter: ab 12 bis 20 Jahre
- + Motivation, das Klettern zu erlernen oder weiterzuentwickeln
- + entsprechende Körperliche Fitness und Gesundheit
- + Interesse am Klettersport und Freude am Abenteuer



**Kursleitung**

Roger Rüegg, Jonas Furrer-Str. 9, 8400 Winterthur  
T 052 212 30 15, M 077 407 83 70,  
E-Mail: rorueegg@gmx.ch

**Kurskosten**

Fr. 60.–

\*\*\*\*\*

## Ready für den PluSport-Tag

**→ Spass, Geselligkeit und spannende sportliche Wettkampf-Momente: Am 7. Juli findet der 52. PluSport-Tag statt.**

Der PluSport-Tag, einer der berauschesten Anlässe im PluSport-Jahreskalender, steht kurz bevor. Die diesjährige Ausgabe ist drauf und dran als ein weiteres «Gipfeltreffen des Breitensports für Menschen mit Behinderung» in die PluSport-Geschichte einzugehen, wie unser Präsident Peter Keller den Anlass gerne bezeichnet. Zu den Highlights der 52. Ausgabe des PluSport-Tages gehören zweifelsfrei die Einzel- und Gruppenwettbewerbe – dieses Jahr wieder mit einer Schwimmstaffel. Aber auch die Fun-Disziplinen, diverse Gewinnspiele sowie die teilnehmenden Ehren- und Überraschungsgäste werden für eine einmalige und unvergessliche Atmosphäre sorgen. Das komplette Programmheft kann heruntergeladen werden unter:

[plusport.ch/events/plusport-tag.html](http://plusport.ch/events/plusport-tag.html)

\*\*\*\*\*



## Prêt pour la Journée PluSport

**→ Détente, convivialité et compétitions sportives s'invitent le 7 juillet à la 52<sup>ème</sup> Journée PluSport à Magglingen.**

La Journée PluSport, l'un des plus extraordinaires événements du calendrier de PluSport, a lieu très prochainement. L'édition de cette année est en passe de s'inscrire dans l'histoire de PluSport comme un autre «sommet du sport de masse pour les personnes handicapées», comme aime à la décrire notre président, Peter Keller. Parmi les temps fort de cette 52<sup>ème</sup> Journée PluSport figurent sans aucun doute les compétitions individuelles et par équipes, avec cette année, le retour du relais nage. Mais n'oublions pas non plus les disciplines insolites, différentes tombolas ainsi que les hôtes d'honneurs et les invités surprise, qui garantiront une atmosphère à la fois unique et inoubliable. Le programme complet de cette journée peut être téléchargé sur:

[plusport.ch/events/plusport-tag.html](http://plusport.ch/events/plusport-tag.html)

\*\*\*\*\*

# Agenda

Beginn	Ende	Anlass	Kurs-Nr.	Ort
<b>Spitzensport</b>				
18.07.	27.07.2013	IPC Athletics World Championships	–	Lyon (F)
18.08.	25.08.2013	IPC Swimming World Championships	–	Montreal (CAN)
23.08.	25.08.2013	UCI World Cup – Para-cycling Road	–	Matane (CAN)
29.08.	01.09.2013	UCI Para-cycling Road World Championships	–	Baie-Comeau (CAN)

<b>Sportcamps, freie Plätze</b>				
01.08.	04.08.2013	Marche et initiation à l'escalade (12–25 Jahre)	046	Gîte du Lodze VS
12.08.	16.08.2013	Multisports Aventure (ab 16 J.)	013	Vercorin VS
07.09.	14.09.2013	Gletscherwelt von Grindelwald (ab 18 J.)	038	Region Grindelwald BE
07.09.	14.09.2013	Wandern, Spiel und Spass im Tessin (16–60 J.)	015	Vergeletto TI
08.09.	20.09.2013	Sportlager plus Selbstverteidigung (ab 18 J.)	016	Leytron/Saillon VS
10.10.	13.10.2012	Swiss Tennis Special Olympics (ab 14 J.)	035	Sion VS

<b>Ausbildung</b>				
24.08.		Ballsport-Mixx	13aW-17	Zürich
30.08.	01.09.2013	Assistenzmodul	13aA-04	Zuchwil SO
18.10.	20.10.2013	Assistenzmodul	12aW-61	Zuchwil SO
08.11.		Infoveranstaltung	13al-04	Bern

<b>Wichtige Termine zum Vormerken</b>		
Datum	Anlass	Ort
07.07.2013	PluSport-Tag	Magglingen BE
07.09.2013	Meet & Move	Uster ZH
08.09.2013	Kadertagung Ausbildung	Wald ZH
29./30. 11.2013	Swiss Handicap	Luzern
13.12.2013	Zirkus Conelli	Zürich
25.01.2014	Präsidentenkonferenz	Ittigen BE
03.–06. 02.2014	Weltcup Paralympic Ski	St. Moritz GR
24.05.2014	DV	Zofingen AG

## Schlusspunkt



facebook.com/  
PlusportBehindertensportSchweiz



Chantal Devin  
Weltrekordschwimmerin  
Credit Suisse Mitarbeiterin  
sehbehindert

© Rose Marie Troost

## Zugang für Menschen mit Behinderung.

Die Credit Suisse setzt sich für Barrierefreiheit ein.

Nicht nur im Behindertensport nehmen wir unsere gesellschaftliche Verantwortung ernst. Wir legen grossen Wert auf niederschwelen Zugang zu Bankomaten, Internetseiten, Online-Banking und Bankauszügen. Diese Dienste haben wir den Bedürfnissen von Menschen mit Seh-, Hör- und Mobilitätsbehinderungen sowie von älteren Menschen angepasst.

[credit-suisse.com/barrierefreiheit](http://credit-suisse.com/barrierefreiheit)