

## Tennis - "High Five" für eine Sportart für alle! Die Gold-Kraemer-Stiftung bietet Teilhabe am Tennissport für Kinder und Jugendliche mit Behinderung

*Der Name ist Programm: „Tennis für ALLE“ nennt die in Frechen beheimatete Gold-Kraemer-Stiftung eines ihrer Sportangebote für Kinder ab 5 Jahren, Jugendliche und Erwachsene. Ihr Angebot ist inklusiv, das heißt Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung sind hier willkommen.*



In Kooperation mit Vereinen vor Ort öffnet die Stiftung die Türen für den Tennissport für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen, Sinneneinschränkungen oder mit kognitivem Förderbedarf. Niklas Höfken ist bei der Stiftung Koordinator dieses Projektes, das in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Tennis Bund (DTB) und seit Mitte 2019 auch mit Unterstützung der Aktion Mensch bundesweit vorangebracht wird. „Tennis ist eine Sportart mit enorm großem Potenzial für Menschen mit Behinderung. Oft wissen jedoch weder die Verantwortlichen der Tenniswelt noch die Menschen mit Behinderung selbst um die vielfachen Möglichkeiten und Chancen, die es im Tennis für unterschiedlichste Zielgruppen gibt“, so Höfken, der auch Fachreferent im DTB für Inklusion ist. Über 9.000 Vereine zählen zu den Mitgliedern des DTB. Es gibt somit flächendeckend in Deutschland die Möglichkeit, Menschen für die Sportart zu begeistern und ihnen ein Angebot möglichst wohnortnah zu machen.

### Projekt „Tennis für Alle“

Auf den ersten Blick scheint die Sportart Tennis für Menschen mit Behinderung vielleicht nicht unbedingt zu passen, denn sie ist vermeintlich technisch anspruchsvoll. Genau um diese Vorurteil auszuräumen, gibt es dieses Projekt. Familien und sportinteressierte Kinder und Jugendliche mit Behinderung werden für die positiven Möglichkeiten der Sportart sensibilisiert und begeistert. In gemeinsamen sog. inklusiven Angeboten sowie in den Disziplinen Rollstuhltennis, Gehörlosentennis, Blinden- und Sehbehindertentennis und Tennis von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung existieren wohnortnahe und selbstbestimmte Möglichkeiten der Teilhabe.

Dabei liegen die Vorteile schnell auf der Hand, weiß Niklas Höfken: „Tennis hat für Kinder einen tollen Transfereffekt in ihren Alltag“. Er erzählt von einem der jüngsten Rollstuhlfahrer (6 Jahre) im Projekt, der zur ersten Trainingsstunde noch von seinen Eltern in die Tennishalle geschoben wird. Nach drei Trainingswochen kommt der junge Mann ganz alleine auf den Platz gefahren, schlägt seinen Trainer und seine Spielkollegen mit `High Five` ab und freut sich wahnsinnig auf sein Training. Höfken weiter: „Es gibt Kinder, die, bevor sie bei uns angefangen haben, kaum motorisch in der Lage waren, ein

Messer alleine festzuhalten, um sich ein Brot zu schmieren. Beobachten wir die Entwicklung unserer Kids und vergleichen ihr Können nach einem gewissen Trainingszeitraum mit ihren Fähigkeiten zu Beginn, so liegen oft Welten dazwischen.“ So lernen die Kinder zum Beispiel über die Begeisterung durch den Sport auch, wie sie im Alltag besser und eigenständiger mit ihrem Rollstuhl umgehen können. Sie entwickeln Kondition und Koordination und bekommen durch die vielen kleinen wöchentlichen Erfolgserlebnisse enormes Selbstvertrauen. Sie lernen ebenso besser, selbstständig aufrechter zu sitzen und bauen spielerisch durch den Sport Muskulatur auf.

### **Wie passt sich der Tennissport auf die vielfältigen Handicaps an?**

Grundsätzlich gilt bei „Tennis für Alle“: Jeder, der Spaß am Tennis hat, kann den Sport auch ausüben. Blindentennis ist unter den verschiedenen Angeboten eine Neuheit in Deutschland. 2016 initiierte die Gold-Kraemer-Stiftung zusammen mit dem Deutschen Blinden- und Sehbehindertenverband sowie der Aktion Mensch den „1. Deutschen Blindentennisworkshop“ in Köln. Jedes Jahr kommen seither zu diesem wiederkehrenden Event auch immer mehr Kinder und Jugendliche, um die Sportart kennenzulernen. Die Bedingungen am Platz und mit dem Material werden hier selbstverständlich angepasst. Gespielt wird mit einem Schaumstoffball, der etwas größer ist als der originale Tennisball. Darin befindet sich ein mit Metallkugeln gefüllter Plastikball. Das alles bewirkt, dass der Ball sich wesentlich langsamer im Flug verhält und beim Aufspringen und Schlagen rasselt. Er darf außerdem, je nach Grad der Seheinschränkung, zwei oder drei Mal den Boden berühren, bevor er zurück ins gegnerische Feld geschlagen wird. Die Feldbegrenzungen werden zusätzlich fühlbar gemacht. „Und auch hier erleben wir, dass unsere Spielerinnen und Spieler zum Beispiel durch das Üben der hohen Konzentration und Aufmerksamkeit im Training oder in einem Match bemerkenswerte sensorische Fortschritte auch in ihrem Alltag machen, zum Beispiel beim Verhalten im Straßenverkehr“, weiß Höfken, dessen jüngste Teilnehmerin im Blindentennis gerade neun Jahre alt ist.

Aktuell gibt es bereits acht Standorte für Blindentennis in Deutschland: Rostock, Köln, Berlin, Frankfurt a.M., Hamburg, Bremen, Lüneburg und Löhne in Westfalen – Tendenz steigend.

Für Teilnehmende mit Gehörlosigkeit kann die Teilhabe im inklusiven Tennis eine Möglichkeit sein, um Selbstvertrauen zu schöpfen, auch in Lautsprache zu kommunizieren. Denn im Tennisverein bewegen sie sich zum großen Teil in der Welt der Hörenden. Hier können gerade Kinder und Jugendliche ein großes Selbstbewusstsein aufbauen und lernen, sich zu behaupten und mit ihren Bedürfnissen zu positionieren und zu artikulieren. Nebenher werden wichtige koordinative Bereiche wie Gleichgewicht und Reaktionsfähigkeit durch das Tennis trainiert.

### **„Bunte Helden“ und viele weitere Angebote**

Um möglichst frühzeitig vor allem Kinder in jungen Jahren für Tennis, aber auch für den Sport allgemein zu begeistern, gibt es in Köln seit 2017 das Projekt „Bunte Helden“. Kinder mit Behinderung im Alter von fünf bis neun Jahren werden unterrichtet, um zum Teil überhaupt erst einmal mit Bewegung und Sport in Berührung zu kommen. Hier geht es darum, Kinder über unterschiedliche Ball- und Bewegungsspiele mit sich und ihrem Körper vertraut zu machen. Und selbstverständlich spielt hier, wie überall im Sport, der Aufbau sozialer Kontakte eine große Rolle. Hier gibt es Gleichgesinnte, teilweise auch Kinder und Familien, die vielleicht mit ähnlichen Voraussetzungen gestartet sind, nun aber schon einen Schritt weiter sind und so zum Vorbild für neue „bunte Helden“ werden können.

Um Familien zu erreichen, geht die Gold-Kraemer-Stiftung mit ihren Partnern neben Schulen auch gezielt auf Kliniken und Reha-Zentren sowie Ärzte und Fachverbände zu. Sie hat so ein großes

Netzwerk aufbauen können, mit dem sie in Deutschland Strukturen für den inklusiven Tennissport schafft und Angebote entwickelt. Wie passiert das in der Praxis?

Oft gelingt es beispielsweise, über eine Tennis-AG an Schulen und Förderschulen. In Zusammenarbeit mit einem Tennisverein vor Ort geht die Stiftung dann den nächsten Schritt, um zusammen ein regelmäßiges Training anzubieten. Daraus folgen weitere Schritte, denn wenn erst einmal Tennis für Menschen mit Behinderung auf einer Anlage gespielt wird, werden auch Wettkämpfe und Turniere neu organisiert, so dass hier Sportler mit und ohne Behinderung gemeinsam auf dem Platz stehen. Zur Unterstützung der Vereine bietet Niklas Höfken mit seinem Trainerteam eine mehrwöchige Begleitung der Trainerinnen und Trainer an. Ihnen werden Hilfsmittel und Methoden an die Hand gegeben, um ihre Trainingsstunden barrierefreier zu gestalten. „Gibt es hier auch am Anfang manche Bedenken, so machen wir die Erfahrung, dass nach kurzer Zeit der Tennissport geradezu als ideale Sportart für Menschen mit Behinderung wahrgenommen wird und dieser Erfolg allen großen Spaß macht. Denn durch viele einfache Stellschrauben, wie unterschiedlich große und druckreduzierte Bälle, Schläger, Klingelbälle, Regelmodifikationen und auch die verschiedenen Nutzungsmöglichkeiten des Tennisplatzes, lässt sich Tennis kreativ auf die individuellen Voraussetzungen der Teilnehmenden anpassen.“

Der Gold-Kraemer-Stiftung geht es aber auch noch um mehr bei ihren Aktivitäten rund um den Sport, der ein sehr gutes Mittel zum Zweck ist, um gerade Kinder und Jugendliche mit Behinderung durch eine aktive Teilnahme im organisierten Sport an der Gesellschaft besser teilhaben zu lassen. Für die Zukunft plant die Gold-Kraemer-Stiftung das Thema Inklusion mit dem Deutschen Tennis Bund und der Aktion Mensch als festen Bestandteil der Aus- und Fortbildung zu etablieren, noch mehr Aktionen und Maßnahmen umzusetzen und die Ausweitung ihrer „Tennis für ALLE-Standorte“ weiter voranzubringen. Ein weiterer Schritt ist die Schaffung von mehr Begegnung von Sportlern mit und ohne Behinderung. Das passiert über die Entwicklung von inklusiven Rahmenbedingungen bei Trainings und Turnieren.

Peter Worms  
Referat Presse und  
Öffentlichkeitsarbeit  
[peter.worms@gold-kraemer-stiftung.de](mailto:peter.worms@gold-kraemer-stiftung.de)  
Gold-Kraemer-Stiftung  
Gemeinnützige Stiftung zur Förderung  
geistig und körperlich behinderter,  
kranker, armer und alter Menschen  
[www.gold-kraemer-stiftung.de](http://www.gold-kraemer-stiftung.de)