



Absendender Verband:  
DEUTSCHER LEICHTATHLETIK-VERBAND

An den (per E-Mail)  
Deutschen Olympischen Sportbund  
Geschäftsbereich Sportentwicklung  
E-Mail: [guardokus@dosb.de](mailto:guardokus@dosb.de)

**INNOVATIONSFONDS BREITENSport/SPORTENTWICKLUNG 2014/2015  
BERICHT ZUM GEFÖRDERTEN PROJEKT**

Dieses Formular wurde für eine elektronische Eingabe an Ihrem Computer erstellt. Bitte kreuzen Sie zutreffende Kästchen per Mausclick an und füllen Sie die markierten Textfelder aus. In diesen Textfeldern steht Ihnen für Ihre Angaben unbegrenzt

## 1. Verbandsdaten

Verband: Deutscher-Leichtathletik-Verband

Ansprechpartner/in für das Projekt: Meike Billig

Straße, Hausnummer: Alsfelder Straße 27

PLZ: 64289 Ort: Darmstadt

Telefon: 06151-770858

Fax: 06151-770811

E-Mail: meike.billig@leichtathletik.de

## 2. Titel des Projekts und Themengruppe

Titel des Projekts „Ran-Mann“

„Lernen und Lehren mit digitalen Medien“

„Sportentwicklung ab dem mittleren Erwachsenenalter. Weiterentwicklung fitness- und sportartbezogener Angebote vor allem für Männer.“

## 3. Ziele des Projekts

Konnten die von Ihnen formulierten Ziele des Projekts erreicht werden?

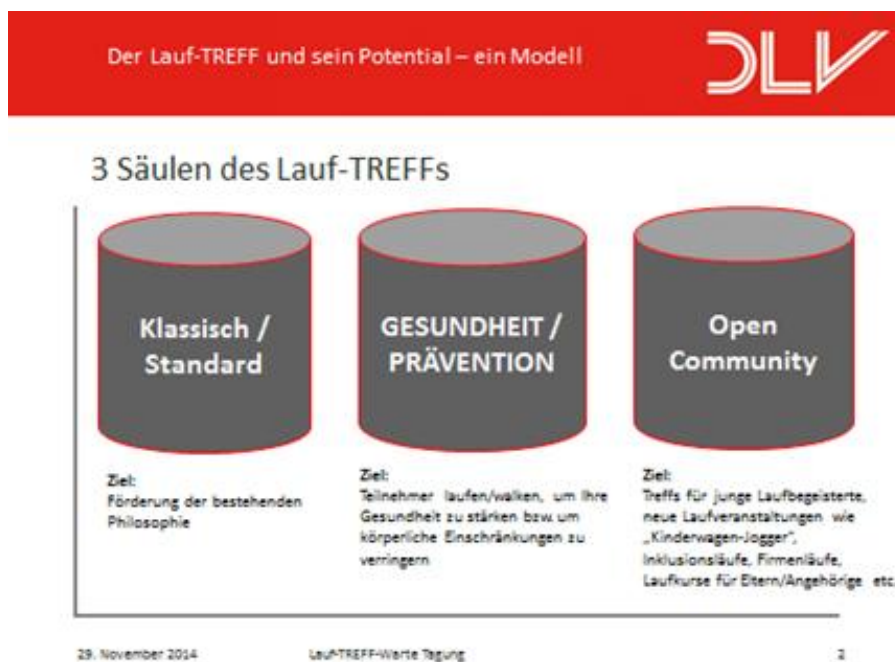
Ein Ziel des DLV war es, ein niederschwelliges Kursmodell zu entwickeln, das sowohl durch die DLV-TREFFs, die Leichtathletik-Vereine als auch Volkslaufveranstalter umgesetzt werden kann und somit das Vereinsportfolio erweitert. Dieses Kursmodell wurde erarbeitet und trägt den Namen „Ran-Mann“. Der Titel „Ran-Mann“ hat einen klaren Aufforderungscharakter etwas zu tun. Eine einfache, schnörkellose Ansprache wurde bewusst gewählt. Das Konzept liegt bisher nur in schriftlicher Form vor, letzte Layoutarbeiten werden zurzeit vorgenommen. Bis voraussichtlich Ende März wird die Druckversion vorliegen und ein Exemplar davon wird nachgereicht.

Die gezielte Ansprache der Männer im Konzept wurde durch die Übungsauswahl realisiert. Es wurden vermehrt Kraftübungen in die Übungseinheiten eingebaut sowie am Ende des Kurses die Teilnahme an einem Volkslauf, so dass der Wettkampfcharakter gegeben ist.

Als ein langfristiges Ziel ist der sukzessive Aufbau des Bereiches „Gesundheit & Prävention“ im DLV zu sehen. Dieser Weg wurde bereits beschrieben und wird intensiv verfolgt, was u.a. an der Implementierung einer neuen Fachkommission „Prävention & Gesundheit“ zu erkennen ist.

Auch der Ausbau der drei Säulen im DLV-TREFF (Laufen, Walking und Nordic Walking) um eine vierte Säule „Gesundheit“ wird angestrebt und zurzeit geprüft. In der Entwicklungsphase hat sich allerdings gezeigt, dass eine zusätzliche Säule im DLV-TREFF alleine nicht zielführend ist. Eine zeitgemäße Umgestaltung wird aktuell verfolgt, die nach wie vor drei Säulen beinhaltet, jedoch schwerpunktmäßig mit jeweils unterschiedlichem Inhalt (siehe Abbildung, die einen ersten Entwurf darstellt). Eine eigene Fachkommission beschäftigt sich mit der zukünftigen Ausrichtung der DLV-TREFFs. Oberste Priorität hat dabei die Implementierung von Kursmodellen mit Gesundheitscharakter wie „Ran Mann“.

Das untenstehende Modell wurde den Lauf-TREFF-Warten anlässlich Ihrer jährlichen Tagung im November vorgestellt und für positiv bewertet. Eine Umsetzung dieses Modells in den Landesverbänden erscheint denkbarer als ein Vier-Säulen-Modell.



Wenn nicht, welche Ziele konnten nicht erreicht werden?

Das Kurskonzept konnte noch nicht in gedruckter Form geliefert werden. Dieses wird nach Fertigstellung umgehend zugeleitet.

Leider konnten auch die Männer nicht in dem Maße akquiriert werden wie erhofft. Die Gruppen wurden jeweils mit Frauen ergänzt.

Worauf führen Sie zurück, dass die o. g. Aspekte nicht erreicht werden konnten?

Auf Grund der anfänglichen Verzögerung bei der Suche nach potentiellen Vereinen, TREFFs und Veranstaltern die das Pilotprojekt erproben wollten, kam es zu einer zeitlichen Verschiebung.

Männer sind trotz „maskuliner“ Inhalte für gesundheitsorientierte Kurskonzepte schwieriger zu erreichen. Der Aspekt der Gesundheitsvorsorge scheint eher abzuschrecken als anzusprechen – auch wenn die Inhalte einem „normalen“ Laufprogramm angepasst sind. Die Ansprache der Klientel der „inaktiven“ Männer ist schwierig, da auch über die gängigen Kanäle der Vereinskommunikation kein Zugang möglich ist. Durch klassische Werbung in Zeitungen fühlen sie sich ebenfalls nicht angesprochen. Ggf. könnte es wirksamer sein, die Partner mit in den Kurs einzubeziehen. In einem der Pilotkurse war exemplarisch ein Paar, das sich gegenseitig motivierte. Auch nach Kursende laufen die beiden weiterhin im Lauf-TREFF und nehmen an Volksläufen teil.

Des Weiteren ist die klassische Leichtathletik-Klientel eher wettkampf- und leistungsorientiert und weniger fokussiert auf Präventionskurse.

Die Landesverbände hatten das Projekt im vergangenen Jahr nicht in ihrer Jahresplanung verankert. Somit kann es ggf. für ein zusätzliches Projekt zu wenig Ressourcen und personelle Engpässe gegeben haben. Im Bereich der Prävention hatte eher die Umsetzung von SPORT PRO GESUNDHEIT höhere Priorität.

#### **4. Projektplanung/Projektmanagement**

Konnte der Projektablauf/Arbeitsablauf wie geplant umgesetzt werden?

Ja  Nein

Bitte beschreiben Sie den Projektablauf

Seit November 2013 beschäftigt sich eine AG mit der Umsetzung des Projektes. Entgegen des ursprünglichen Wunsches zwei Landesverbände in die Ausarbeitungsphase mit zu integrieren konnte final der Landesverband Mecklenburg-Vorpommern gewonnen werden. Gemeinsam mit diesem wurde ein erstes Grobkonzept entwickelt, das den Landes-Leichtathletik-Verbänden Mitte Februar 2014 zur Erprobung angeboten wurde. Bis Mitte Mai hatten sich drei Landesverbände zurückgemeldet, die in Verbindung mit einem Verein oder TREFF das Kursmodell erproben wollten. Leider mussten die drei Landesverbände wieder absagen, da die entsprechenden Veranstalter der Kurse nicht ausreichend Teilnehmer generieren konnten. Das Kurskonzept als solches, wurde von den potentiellen Ausrichtern allerdings als sehr gut bewertet.

Ein zweiter Suchlauf fand zwei weitere Interessenten, so dass ein erster Probekurs am 14.05.2014 starten konnte und am 30.07.2014 endete. Ein zweiter Kurs lief vom 01.09.2014 bis 24.11.2014.

Beide Kursveranstalter reichten nach Beendigung des Kurses Feedbackbögen ein, so dass die eingegangenen Rückmeldungen nochmals in das Konzept eingearbeitet werden konnten.

Wenn nein, an welcher Stelle gab es Engpässe in der Projektdurchführung?

Engpässe gab es bei der Findung von

- a) möglichen Ausrichtern eines Pilotkurses
- b) Teilnehmern, die am Pilotkurs teilnahmen

Mit welchen Partnern wurde zusammengearbeitet?

Es wurde sehr eng mit insgesamt drei Landes-Leichtathletik-Verbänden zusammengearbeitet. Alle drei (LV Hessen, LV Mecklenburg-Vorpommern und LV Württemberg) waren insbesondere sehr stark in die Suche nach Pilotveranstaltern eingebunden. Darüber hinaus hat sich der LV Mecklenburg-Vorpommern inhaltlich sehr intensiv in die Kursprogrammentwicklung eingebracht.

Weitere Partner waren die Vereine, die das Kursprogramm erprobt haben.

Wie bewerten Sie die Zusammenarbeit mit den angestrebten Partnern?

Die Zusammenarbeit mit den Partnern war hervorragend. Gerade durch die engen Verbindungen der Landesverbände zu den Vereinen können Kontakte geknüpft werden, die ansonsten nur schwer zu erreichen sind.

Die detaillierten Abstimmungen mit den Vereinen verliefen ebenfalls hervorragend. Es war inhaltlich ein sehr guter Austausch auf hohem Niveau zum Kursprogramm möglich.

## **5. Arbeitsergebnisse und Transfer**

Welche der geplanten Arbeitsergebnisse konnten erreicht werden?

Als geplantes Arbeitsergebnis konnte das Kursmodell „Ran Mann“ erarbeitet werden. Ebenso ist der Aufbau einer „Präventionssäule“ für den Lauf-TREFF bereits in der Umsetzung. Den DLV-Lauf-TREFF-Warten wurde die neue Struktur anlässlich der letzten Tagung am 29. November 2014 vorgestellt und positiv aufgenommen.

Worin besteht Transferpotential des Projekts für andere Verbände?

Durch die Erarbeitung neuer Kursmodelle für spezielle Zielgruppen können neue Bereiche im Verband erschlossen werden bzw. gefestigt werden. „Ran Mann“ zielt speziell auf Männer ab, aber durch das Konzept können ebenso Frauen angesprochen werden, die durch gezieltes Lauftraining etwas für ihre Gesundheit tun möchten. „Ran Mann“ ist ein weiterer Baustein bei der Fortschreibung des Bereiches Gesundheit & Prävention im DLV.

Es ist durchaus realistisch, dass andere Verbände, die vermehrt das Thema Prävention vorantreiben möchten, ebenfalls gezielte niederschwellige Präventionsangebote entwickeln und breitgefächert anbieten.

Welche Ihrer **Arbeitsergebnisse** eignen sich in besonderer Weise für eine Weitervermittlung an andere Verbände ?

Welche der geplanten Arbeitsergebnisse konnten nicht erreicht werden?

Final konnten nicht vier, sondern nur zwei Vereine gewonnen werden, die das Pilotkonzept umgesetzt haben. Ebenso konnte der Druck des Konzeptes bisher nicht realisiert werden.

Worauf führen Sie zurück, dass die o. g. Arbeitsergebnisse nicht erreicht werden konnten?

Leider haben die ersten Vereine, die das Kursmodell erproben wollten, nicht genügend Teilnehmer dafür akquirieren können. Gründe dafür, können in der generellen Häufung von Kursangebote (im speziellen Laufkurse) ab April oder aber in einer zu kurzen Bewerbungsphase gefunden werden. Die Kursleiter konnten es sich aber selbst nicht wirklich erklären.

Der Druck des Konzeptes hat sich dadurch verzögert, dass durch die zeitliche Verschiebung des Kursbeginns der Zeitplan nach hinten verschoben wurde. Erst nach Beendigung des letzten Kurses und nach Eingang des Feedbacks (Januar 2015) konnte mit der finalen Erstellung begonnen werden.

## **6. Nutzenbetrachtung und Nachhaltigkeit**

Worin besteht der Nutzen für Ihren Verband?

Der DLV möchte weiter sukzessive seinen Gesundheits- und Präventionsbereich ausweiten. Ein weiteres niederschwelliges Kurskonzept, das sich sowohl von TREFFs, Vereinen als auch Volkslaufveranstaltern umsetzen lässt, kann langfristig dazu führen, dass sich immer mehr Leichtathletik-Institutionen dieser Thematik annehmen und der präventionsbezogene Sport fester Bestandteil der Leichtathletik wird.

Wie wird die Nachhaltigkeit des Projektes gesichert?

Nach Fertigstellung des Konzeptes wird dieses den 20 Landes-Leichtathletik-Verbänden zugeleitet, die es dann in ihr Ausbildungsportfolio mit aufnehmen und den Vereinen in entsprechenden Ausbildungen anbieten werden.

Ebenso wird es bei Programmschulungen für SPORT PRO GESUNDHEIT vorgestellt und somit die Verbreitung gewährleistet.

Für den Frühling 2015 plant bereits einer der beiden Pilotveranstalter wieder einen Kurs anzubieten. Dabei soll gezielt zum größten Arbeitsgeber der Region Kontakt aufgenommen werden und die Teilnehmeransprache geändert werden.

## 7. Öffentlichkeitsarbeit

Wurde das Projekt öffentlich vorgestellt?

Ja  Nein

Wenn ja, bitte Belege beifügen.

Wie war die Resonanz in der Öffentlichkeit/in den Medien?

Das Konzept wurde den Lauf- und Breitensportwarten anlässlich ihrer Jahrestagungen Ende November vorgestellt. Es fand großen Anklang, vor allem vor dem Hintergrund, dass es sich um ein niederschwelliges Kurskonzept handelt, das auch von Übungsleitern angeboten werden kann, die nicht auf der 2. Lizenzstufe ausgebildet sind.

## 8. Finanzen

Bitte erstellen Sie einen Soll-Ist-Vergleich gem. des Kosten- und Finanzierungsplans Ihres Antrags anhand der Excel-Tabelle. Begründen Sie bitte ggf. Abweichungen.

Zu Abweichungen kam es, da anstelle von drei Modellprojekten nur zwei Modellprojekte durchgeführt wurden. Die Druck (und damit die Druckkosten) erfolgt zu einem späteren Zeitpunkt.

## Resümee/Gesamtbild

Platz für eigene Bemerkungen/Anmerkungen zum Projekt/Rückmeldung an den DOSB

## Schlussbestimmungen

Wir sind damit einverstanden, dass dieser Bericht und die ergänzenden (digitalen) Dokumente im Rahmen der Kommunikationsarbeit des DOSB (im Internet, der DOSB-



Presse etc.) genutzt und veröffentlicht und so anderen Verbänden zugänglich gemacht werden.

**Name:** Meike Billig  
**Datum:** 21. Januar 2015