

## SPORT

## Portrait

## Herbert Schacht (82) ist „Mr. Sportabzeichen“

Er motiviert bis zu 300 Sportler im Jahr für den Wettbewerb

## Tischtennis: Wechsel beim SCP

**POPPENBÜTTEL** Beim SV Friedrichsgabe war er der Spitzenspieler in der 1. Herrenmannschaft (1. Bezirksliga, Bilanz 15:9): Zum neuen Jahr ist Volker Porebski nach rund vier Jahren Abwesenheit in die zweite Tischtennismannschaft des SC Poppenbüttel (1. Landesliga) zurückgekehrt. Porebski ersetzt Abdulhadi Dukhan, der nach nur sechs Monaten den Verein verlassen hat. Derzeit belegt die Zweite des SCP den fünften Tabellenplatz (4:4 Punkte) und hofft laut Mannschaftsführer und Abteilungsleiter Mathias Grundei auf eine Fortsetzung der Saison im Frühjahr. (sc)

## Unterstützung für Vereine

**HAMBURG** Vereine und als Wirtschaftsbetriebe ausgegliederte Lizenzspielerabteilungen erhalten bei der Umsetzung coronabedingter Hygienemaßnahmen zusätzliche finanzielle Unterstützung. Konkret geht es um die Reinigungen von Sport- und Sanitäranlagen sowie um Maßnahmen für eine bessere Hygiene. Voraussetzung für die zusätzlichen Fördergelder war ein Beschluss der Hamburgischen Bürgerschaft auf Initiative der Regierungsfractionen. Die maximale Förderhöhe für Sportvereine richtet sich nach der Anzahl der Vereinsmitglieder. Bis 500 Mitglieder sind es 5.000 Euro. Mit mehr als 3.000 Mitgliedern 20.000 Euro. Dabei werden 50 Prozent der nachgewiesenen Belastungen gefördert. Anträge können bis zum 31.03.2021 über das HSB-Förderportal eingereicht werden. (sc)

## Meiendorfer SV: Sieben Tage Challenge

**MEIENDORF** Der Meiendorfer Sportverein bietet mit der Sieben-Tage-Challenge ein tolles Programm, um gemeinsam fit zu werden. Yoga, Bauch-Beine-Rücken-Po-Training wechseln sich ab mit Mobilisationstraining. Dazu wird täglich ein 20-minütiger Spaziergang empfohlen. An Tag sieben lautet das Programm: „Handynutzung reduzieren, an die frische Luft gehen und jemandem etwas Nettes sagen“. Trainiert wird per You-Tube-Video. Damit bietet der Meiendorfer Sportverein auch Nichtmitgliedern die Möglichkeit, Sportarten und Trainer kennenzulernen. Alle Informationen zu den vielfältigen Online-Angeboten, ihrer Nutzung und dem ständigen Programm in den verschiedenen Sparten des Sportvereins gibt es auf der Homepage unter [www.msvhamburg.de](http://www.msvhamburg.de). (red)

**POPPENBÜTTEL** Wer in Poppenbüttel und Umgebung das deutsche Sportabzeichen machen möchte, kommt an diesem Mann nicht vorbei. **Herbert Schacht (82 Jahre) nimmt es seit über 30 Jahren an der Bültenkoppel beim SC Poppenbüttel ab.**

VON JONAS CONRAD

Das Abzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes und damit die höchste sportliche Ehrung außerhalb des Wettkampfsports. Man kann es einmal im Jahr ablegen und nach fünf abgelegten Sportabzeichen bekommt man eine Sonderauszeichnung. Bei einem 25. Abschluss in Folge gibt es sogar eine Einladung ins Haus des Sports, wo dann eine Sonderehrung stattfindet. Herbert Schacht hat das Abzeichen bereits 50 Mal abgelegt. Ein sechsköpfiges Team rund um Mr. Sportabzeichen prüft die Teilnehmer von Mai bis September wöchentlich auf der Bültenkoppel. In den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination müssen die Sportler unter der Aufsicht von Herbert Schacht bestehen. Besonders wichtig, so der 82-Jährige, sei aber auch die Fähigkeit, schwimmen zu können.



Herbert Schacht in Prüfungsmontur

Foto: Jonas Conrad

„Denn ohne Schwimmen gibt's kein Abzeichen“, sagt er. Die zu erbringende Leistung sei natürlich an die jeweilige Altersklasse angepasst. Außerdem könne jede Grundfähigkeit in unterschiedlichen Disziplinen abgeprüft werden, meint der Ur-Poppenbütteler.

Herbert Schacht stieg in den 1970er-Jahren aus Liebe zum Sport und zum SC Poppenbüttel in das Projekt „Deutsches Sportabzeichen“ ein. Er selbst spielte lange Handball im SCP. Von Anfang an war es sein Ziel, so vielen Menschen wie möglich das Abzeichen zu verleihen, sagt er. Viel Freude mache ihm aber auch zu sehen, wie Kinder sich kontinuierlich verbesserten und dass Athleten ihre Leistung ehrgeizig von Jahr zu Jahr steigerten. So motivierten sie auch andere Sportler dazu, das Abzeichen abzulegen.

## Leistung steigern von Jahr zu Jahr

Nach einer Pause in den 1990er-Jahren fing Schacht 2001 erneut als Prüfer an und brachte in diesem Jahr 109 Sportler dazu, das Abzeichen zu meistern. Doch das reichte ihm noch nicht: Er umwarb sein Projekt mehr und mehr und verzeichnete ein paar Jahre später einen persönlichen Rekord, mit über 300 Teilnehmern binnen eines Jahres. Durch die Corona-

Krise im letzten Jahr musste Mr. Sportabzeichen natürlich auch seine Arbeit anpassen: „Mit Abstand und Desinfizieren haben wir das aber auch hingekriegt“, berichtet er. Zur Überraschung aller legten 2020 letztendlich sogar rund 150 Personen das Sportabzeichen ab. Gemessen am Vorjahr war das kein großes Minus. Die Behauptung, dass die Sportler durch die Corona-Krise an Fitness verloren hätten und somit in diesem Jahr mit einer geringeren Teilnehmerzahl zu rechnen sei, verneint Herbert Schacht: „Die Leute wollen ihr Abzeichen, und wenn es die Politik ermöglicht, werden wir in diesem Jahr locker die 150 knacken.“

So schaut schaut Mr. Sportabzeichen sehr positiv auf das Jahr 2021: „Wenn das mit den Impfungen erstmal losgeht, werde ich mich natürlich auch schnell impfen lassen. Angst habe ich davor nicht.“ So lange er gesund sei, würde er auch weiterhin das Sportabzeichen verleihen und versuchen, Menschen jeglichen Alters für Sport zu begeistern. Da wäre so eine Corona-Krise nur eine kleine Hürde.

Herbert Schachts tägliches Fitnessprogramm beginnt morgens in der Früh mit einem 20-Minuten-Training aus Liegestütz, Kniebeugen und Handtübungen. Außerdem fährt er gerne Rad und schwimmt. „Und Sport zusammen mit jungen Leuten – das hält fit“, verrät er.

## Laufstrecke mit Geschichte

Im Naturschutzgebiet Wittmoor gab es 1933 ein Konzentrationslager

**LEMSAHL/DUVENSTEDT** Eine Verlängerung des Lockdown wird immer wahrscheinlicher und so bleiben vermutlich erst einmal geschlossen. Wir kennen Alternativen! Das Heimat-Echo hat für Sie eine weitere Laufstrecke getestet, die nicht nur wunderschöne Natur beinhaltet, sondern auch ein Stück Lokalgeschichte. Das Naturschutzgebiet Wittmoor erstreckt sich über die Hamburger Stadtteile Lemsahl-Mellingstedt und Duvenstedt sowie über Nordstedt in Schleswig-Holstein. Es ist ein ruhiger, idyllischer Rückzugsort für Spaziergänger. Die vielen Wanderwege sind auch ideal für Jogger, die nicht immer nur über gepflasterte Straßen laufen möchten... Mit dem Auto kann man ganz einfach die Straße „Fiersberg“ in Lemsahl-Mellingstedt bis zum Ende hindurch fahren und ist dann am Eingang des Wittmoors. Parkmöglichkeiten gibt es links und rechts des „Fiersbergs“. Vom Wittmoor-Eingang aus geht es rechts

Richtung Moorsee, der in den letzten Jahren leider immer mehr schrumpft. Man läuft auf einem idyllischen kleinem Damm durch das Hochmoor, auf dem früher eine Lore fuhr, um den Torf aus dem Moor herauszutransportieren. Der Moorboden federt bei jedem Schritt optimal. Allerdings sollte man keine Angst vor dreckigen Schuhen haben. Bei Trockenheit ist es sehr sandig, bei regnerischem Wetter matschig mit Pfützen.

## Strecke führt an Gedenkstätte vorbei

Das Wittmoor Hamburg hat jedoch auch eine traurige Geschichte. Im Jahr 1933 befand sich hier eines der ersten nationalsozialistischen Konzentrationslager, dessen Insassen hier Torf stachen. Die aufgezeichnete Strecke führt an einer Infotafel und einer Gedenkstätte für die damaligen Gefangenen vorbei. Auch nach dem Krieg, bis 1958, wurde im Wittmoor noch industriell Torf gestochen. Außerdem kommt man auf dem Rundweg an zwei Hü-



Das Naturschutzgebiet Wittmoor bietet Joggern ideale Laufstrecken

Foto: Jonas Conrad

gelgräbern aus der Bronzezeit vorbei. Da die Laufstrecke zum größten Teil durch ein Naturschutzgebiet führt, muss man sich natürlich an die hier geltenden Regeln halten. Hunde dürfen angeleint, „mitlaufen“. Für Interessierte stehen viele Informationstafeln zu Pflanzen und Tieren zur Verfügung. Die

etwa fünf Kilometer lange Strecke ist die perfekte Laufroute, um in Ruhe durchzuschauften und dem Körper etwas Gutes zu tun. Wem fünf Kilometer nicht genügen, kann den Rundweg erweitern, das Moor weiträumiger erkunden oder einfach mehrere Runden drehen. (jc)

## Formsache



Die Sportkolumne von Sebastian Conrad

## Sportler beim Impfen nicht bevorzugen

Nach dem bescheidenen Jahr 2020 ist der Corona-Impfstoff in aller Munde. In einer Zeit, in der ältere Ungeimpfte sterben und der Impfstoff noch nicht in ausreichendem Maße vorhanden ist, muss sich auch der Sport hinten anstellen.

Und dennoch, die Debatte, warum Sportlerinnen und Sportler schneller geimpft werden – sie wird kommen. So könnte eine Impfscheinigung zur Eintrittskarte für Aktive, Trainer und Zuschauer werden. Spätestens wenn für die Fußball-EM und die Olympischen Spiele diese Lösungen formuliert werden, werden auch andere Profi- und Amateurligen erste Ansprüche anmelden. Sie werden sich, ebenso wie Fitnessstudios und Sportvereine, gedulden müssen.

In den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission ist von Sportlern ohnehin nicht die Rede. Die Experten haben empfohlen, die Impfung jenen anzubieten, die ein besonders hohes Risiko für schwere Verläufe einer Covid-19-Erkrankung haben oder aber Kontakt zu diesen Risikogruppen haben: Ältere, Menschen mit Vorerkrankungen, Ärzte und Pfleger. Gut so!

So erreichen Sie mich: [Sport@heimatecho.de](mailto:Sport@heimatecho.de)

## TuS Berne startet Online-Angebot

**BERNE** Der tus BERNE startet am 18. Januar mit dem ersten Qi Gong Online-Kurs, in dem wechselnde Übungsreihen aus dem Qigong erlernt werden. Fehlhaltungen werden sanft korrigiert, Stress abgebaut, körperliche und geistige Fitness erlangt. Ziel ist es, in dem Kurs Übungen zu lernen, die auch allein zu Hause durchgeführt werden können. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Der Kurs findet dreimal montags (18.01. bis 1.02.) von 9.30 bis 11 Uhr statt und kostet 31 Euro, Vereinsmitglieder zahlen 21 Euro. Die vorherige Anmeldung per E-Mail an [service@tusberne.de](mailto:service@tusberne.de) ist erforderlich. (red)