

Sitzvolleyball – mit Handicap zum Sieg

Dass Menschen mit Handicap Sport treiben können und dabei Spaß haben, ist kein Geheimnis mehr. Sitzvolleyball ist eine hervorragende Sportart, bei der Menschen mit und ohne Handicap gemeinsam und mit viel Action um den Sieg pritschen, baggern und schmetterern können.

Der Name täuscht

Auch wenn Sitzvolleyball auf dem Hallenboden „sitzend“ gespielt wird, mit „rumsitzen“ hat das Ganze absolut nichts zu tun! Sitzvolleyball ist der wahrscheinlich schnellste Ballsport im Mannschaftsbereich. Dynamik, Reaktionsvermögen, Kondition und Teamwork sind die wichtigsten Attribute im Sitzvolleyball. Für viele Menschen mit als auch ohne Handicap ist es schwierig oder auch schmerzhaft, Volleyball im Stehen zu spielen. Für genau diese Zielgruppe ist Sitzvolleyball perfekt geeignet. Nicht selten ist aus diesem Grund das anspruchsvolle Hobby für hauptsächlich beinamputierte Sportler schon zur Leidenschaft geworden.

Spielregeln

Beim Sitzvolleyball bewegen sich die Spieler rutschend, unter Einsatz ihres gesamten Körpers, vor allem mit Hilfe von Armen und Beinen, am Boden fort. Ansonsten gelten die bekannten Volleyballregeln, jedoch mit kleinen Ausnahmen:

- Bei der Aufgabe darf geblockt werden.
- Das Spielfeld ist mit 6 x 10 Metern kleiner als ein normales Volleyballfeld.
- Das Netz ist tiefer, die Höhe liegt zwischen 1,05 Metern bei Frauen und 1,15 Metern bei Männern.

Bei internationalen Veranstaltungen müssen mindestens fünf Spieler mit einer Behinderung auf dem Feld sein. Zusätzlich kann noch ein „Minimal Handicap Player“ mit von der Partie sein, der „nur“ eine minimale körperliche Einschränkung hat.

Deutschlandweit werden die Regeln jedoch nicht so streng genommen. Hier gibt es für alle vom Sitzvolleyball begeisterten Sportler die Möglichkeit, mitzuspielen. Eins gilt jedoch für alle: Im Moment des Ballkontakts muss der Spieler mit dem Gesäß Kontakt zum Boden haben.

Sitzvolleyball in Deutschland

Die Sitzvolleyballhochburgen sind Berlin, Leverkusen, Leipzig, Hamburg und Magdeburg. Aber auch in anderen Städten wird Sitzvolleyball gespielt.

Sitzvolleyball in Magdeburg

Mandy Küsel, Gründerin der ersten Gehschule für Beinamputierte in Magdeburg und ausgebildete AMPU-NOWA Trainerin (Nordic Walking für Beinamputierte), rief 2003 auch das Magdeburger Sitzvolleyball-Team, die Sivoba's, ins Leben.

Angegliedert an den größten Volleyballverein Magdeburgs (dem HSV Medizin) trainieren hier regelmäßig zwölf Spielerinnen und Spieler. Gemeinsam startet das Mixed-Team auch in diesem Jahr wieder bei den Deutschen Meisterschaften Mitte Oktober in Magdeburg. Seit der Gründung im Jahr 2003 hat sich die Mannschaft konstant weiterentwickelt. Das wird beispielsweise auch dadurch deutlich, dass vier der Spielerinnen zum Kader der deutschen Nationalmannschaft im Sitzvolleyball gehören.

Nachwuchs im Sitzvolleyball

Eins haben alle deutschen Sitzvolleyballteams gemeinsam: seit vielen Jahren werden sie von großen Nachwuchssorgen geplagt.

Durch eine Vielzahl von Aktionen und Events des Sitzvolleyballfördervereins we4sports e.V. konnten in der Vergangenheit einige Spieler/-innen gewonnen und in die Arbeit der Vereine integriert werden. Das jedoch genügt noch nicht, die Suche nach potentiellen Spielern geht weiter.

Wer Lust hat, Sitzvolleyball einmal auszuprobieren, ist jederzeit herzlich willkommen, auch wenn er bzw. sie noch keine Volleyballerfahrung hat. Mehr Infos dazu gibt es auch unter www.sivoba.de.



Mandy Küsel



Bilder: www.sivoba.de

