



Die Bewohner des Sportinternats.

WOHNEN – SCHULE – LEISTUNGSSPORT SPORTINTERNAT BREMEN

Das Resümee nach einem Jahr fällt extrem positiv aus: Die jungen Leistungssportler fühlen sich in dem vom Bremer HC betriebenen Sportinternat sehr wohl und optimal unterstützt. Damit ist das gesetzte Ziel erreicht: der ideale Dreiklang aus Wohnen – Schule – Leistungssport.



Basketballer Colin Schroeder gewann mit der U18-Nationalmannschaft EM-Gold für Deutschland.

Harmonischer Mix

Gelegen an der Mary-Astell-Straße im Stadtteil Horn-Lehe bietet das 2020 erbaute, moderne Sportinternat Platz für aktuell zehn Nachwuchssportler ab 16 Jahren. Ein engagiertes Team mit erfahrenen

Pädagogen betreut die Jugendlichen rund um die Uhr und fördert ihre emotionale Entwicklung sowie Alltagskompetenzen und Persönlichkeitsentwicklung. Die Organisatorische Leiterin Wibke Maitin und ihr Team wünschten sich von Beginn an eine möglichst diverse Zusammensetzung der Internatsbewohner. Neben den vier Handballern und drei Basketballern ergänzen nun auch eine

Handballspielerin, eine Hockeyspielerin sowie eine Triathletin die Wohngemeinschaft.



»Wir vom Bremer HC möchten jungen Leistungssportlern die Chance geben, ihren sportlichen Traum zu verwirklichen und als Vorbilder andere Jugendliche zu motivieren.

Deshalb engagieren wir uns hier! Wibke Maitin



Zwei Bewohner des Sportinternats haben jüngst bereits beachtliche Erfolge erreicht: Triathletin Lene Löwe wurde Deutsche Vizemeisterin im Triathlon und Basketballer Colin Schroeder gewann mit der U18-Nationalmannschaft EM-Gold für Deutschland.

Lene ist erst zu diesem Schuljahr nach Bremen gezogen, nachdem sie sich vorher deutschlandweit mehrere Alternativen angeschaut hatte. „Die Atmosphäre in Bremen gefiel mir von Anfang an sehr gut! Alles ist sehr familiär, gut organisiert und entspannt. Ich finde es gut, dass es Einzelzimmer als auch Gemeinschaftsbereiche gibt. So habe ich die Möglichkeit, mich zurückzuziehen, kann aber auch in Gemeinschaft sein.“

Colin wohnt schon seit letztem Jahr in der Mary-Astell-Straße und hat nur nette Worte übrig für das Sportinternatsteam: „Die Betreuer, die Pädagogen und die Internatsleitung sind alle sehr, sehr nette und herzliche Menschen – und auch sehr entspannt. Man hat das Gefühl, man kann im-

»Ich habe mich hier von der ersten Minute an wohlgefühlt! Lene



mer mit denen reden, wenn einen irgendwas bedrückt. Problemstellungen werden offen angegangen und konstruktiv gelöst“, berichtet der Basketballer.

Freiraum mit Sicherheitsnetz

Besonders schätzt der 17-Jährige am Internatsleben seinen Freiraum. „Natürlich muss man sich an die Regeln halten, aber ansonsten fühlt man sich, als würde man alleine in einer Art WG leben. Aber halt mit dem guten Gefühl, dass sofort Hilfe da ist, wenn man sie braucht“, beschreibt er das Internatsfeeling.

Kurze Wegezeiten

Beim größten Vorteil des Sportinternats sind Lene und Colin sich einig: die kurzen Wege von Internat zu Schule und Sport. „Früher hatte ich einen Schulweg von einer Stunde und zwanzig Minuten. Jetzt brauche ich mit dem Fahrrad fünf bis zehn Minuten zur Ronzelenstraße“, erzählt Colin. „Da ich in meinem Verein sehr spät Training habe, bin ich auch immer erst sehr spät zu Hause. Früher war es dann so, dass ich das Training früher beenden musste, damit ich noch den letzten Zug nach Hause erwischen konnte“, erinnert er sich. „Hier in



»Früher war ich so viel unterwegs – immer unter Stress und unter Druck. Den nimmt mir das Sportinternat jetzt einfach! Colin



Bremen verpasse ich jetzt nichts mehr vom Training und kann durch den kurzen Schulweg auch morgens länger schlafen.“

Optimale Bedingungen für schulischen Erfolg

Die pädagogische Leitung um Erika Hötte bietet bei Hausaufgaben und schulischen Problemen unkomplizierte Unterstützung an. „Manchmal kommen die Jugendlichen von selbst auf uns zu und bitten um Nachhilfe. In anderen Fällen zeigt sich der Bedarf durch den engen Austausch mit der Oberschule“, erklärt Erika Hötte. Dank der kurzen Wege können die Schüler auch in den Freistunden schnell ins Internat radeln, um dort in Ruhe allein oder in der Gruppe an ihren Projekten zu arbeiten.

Mehr Zeit für Regeneration

„Den größten Einfluss hat das Sportinternat auf meine Regeneration“, berichtet Colin. „Früher waren meine Tage mit 16 bis 18 Stunden sehr anstrengend. Aufgrund von langen Unterrichtszeiten, der vielen Hausaufgaben und des späten Zuhauseseins musste ich oft mit sehr wenig Schlaf

In den schönen Gemeinschaftsbereichen treffen sich die Bewohner zum gemeinsamen Austausch, Essen, Kochen oder Lernen.



auskommen – häufig mit nur vier Stunden.“ In Freistunden hätte es sich für ihn nicht gelohnt, nach Hause zu fahren. Stattdessen besorgte sich der 1,97 m große Leistungssportler dann irgendwo etwas zu essen – meistens günstig und eher ungesund, Hauptsache schnell und unkompliziert. „Und dann fuhr ich zum Training und konnte eben nicht meine volle Leistung abrufen“, erinnert er sich. Mit dem Umzug ins Sportinternat haben Colin und sein Trainer eine eindeutige Leistungssteigerung bemerkt: „Weil ich nach der Schule nach Hause fahren, mich ausruhen und mir eben auch mal schnell was Gutes zu Essen machen kann.“

Text: Anne Günter, Fotos: Axel Kaste, Anne Günter

SPORTZENTRUM RONZELENSTRASSE

Mit dem Anfang September frisch eingeweihten Sportzentrum Ronzelenstraße können die Bewohner des Sportinternats Bremen nun in einer der modernsten Sporthallen Norddeutschlands trainieren. Während die obere Halle für den Schulsport vorgesehen ist, ist die untere Halle bundesligatauglich für Handball, Volleyball und Hockey. Moderne Theorieräume bieten beste Bedingungen für Theorieunterricht und die Analyse von Spielzügen und Einzelleistungen, unterstützt durch in der Halle installierte Kameras. Ein moderner Krafraum bietet zudem die Möglichkeit für professionelles Athletiktraining.

