



1846

# 180

**ASC 46** gemeinsam. In Bewegung!



2026

# 225 Jahre

## Sparkasse Göttingen



### Ein besonderer Geburtstag.

Unser Jubiläum hält besondere Vorteile für Sie bereit.

Freuen Sie sich auf unsere exklusiven **Jubiläums-Produkte** in der Zeit vom 1.6. - 31.7.2026.

Sprechen Sie uns gern an!



Sparkasse  
Göttingen



# 180 JAHRE

## VEREINSSPORT IN GÖTTINGEN

Als unsere Gründungsväter im Jahr 1846 die Turngemeinde Göttingen gründeten wurde Geschichte geschrieben. Ein Sportverein von und für Studierende, das Handwerk und das Bürgertum unserer Stadt. Sie waren alle auch ein wenig politisch engagiert und von der damaligen Obrigkeit nicht unbedingt gern gesehen, denn die Sportbewegung von Turnvater Jahn war weit mehr als Sport. Sie war auch Ausdruck eines gesellschaftlichen und demokratischen Aufbruchs, der sich langsam durch Deutschland bewegte und auch in Göttingen seine Spuren hinterließ.

Hamburg machte im Jahr 1816 den Anfang. Die Hamburger Turnerschaft von 1816 ist der älteste Sportverein Deutschlands und hat bis in die Neuzeit den Sport in Deutschland maßgeblich beeinflusst. Von dort aus entwickelte sich der organisierte Sport stetig weiter und prägte das gesellschaftliche Leben in Deutschland nachhaltig. Sport ist ein wichtiger Teil unserer Kultur: In vielen Regionen waren Sportvereine Orte des Miteinanders, der Mitbestimmung und damit auch die erste Demokratiebewegung. Bewegung brachte uns Demokratie - oder Demokratie brachte uns in Bewegung!

Wir freuen uns, seit nun 180 Jahren als ältester und größter Sportverein Niedersachsens Teil dieser Geschichte zu sein und mit unserer Bewegung vielen Sportvereinen als Vorbild gedient zu haben.

Dieses besondere Jubiläum möchten wir gemeinsam feiern. Zusammen mit der Rhönrad Weltmeisterschaft werden wir vom 29. Juni – 04. Juli 2026 eine Woche erstklassigen Sports in Göttingen erleben und gleichzeitig einen Blick zurück in unsere Geschichte werfen sowie versuchen, ein Stück Zukunft im und mit dem Sport zu beschreiben. Freuen Sie sich auf schöne kleine Veranstaltungen, besondere Gäste und prägende Persönlichkeiten des Sports. Eingebettet in die Rhönrad WM möchten wir den Göttinger:innen eine besondere Woche des Sports anbieten. Wir freuen uns auf viele Besucher:innen.

Als demokratisch gelebter Sportverein sowie Träger von Freiwilligendiensten, Kitas und unseren Ganztags-

sangeboten an Göttinger Grundschulen verstehen wir uns bis heute als aktiven Teil unserer Gesellschaft und stehen für Offenheit, Gemeinschaft und demokratische Werte ein.

Und jetzt viel Spaß beim Lesen!

Ihr Jörg Schnitzerling  
Vorstandsvorsitzender



# 180 JAHRE ASC 46

**Es sind die Menschen, die dem ASC Göttingen die heutige Stärke gegeben haben. Ob Sportler:in, Trainer:in, Übungsleitung, Helfer:in Fachbereichsleitung, Vorstand oder Präsidialer - jede:r hat seinen Anteil. Der ASC ist ein Göttinger Stadtverein und seine Mitglieder kommen aus allen bürgerlichen und sozialen Schichten. Als Verein wird er seiner gesellschaftlichen Rolle für Sport, Integration, Inklusion, Betreuung und Bildung gerecht. Der ASC Göttingen war, ist und bleibt ein Teil von Göttingen!**

Jörg Schnitzerling

## Mal kurz durch 180 Jahre Sportgeschichte

Göttinger Bürger:innen und Studierende erkannten bereits im Jahr 1846, dass Turnen nicht nur Körper und Geist stärkt, sondern auch die Gelegenheit bietet, im Anschluss in der Vereinsgaststätte bei einem guten Glas Bier über Monarchie, Demokratie oder Kommunismus zu diskutieren. Diese Gespräche gingen sicherlich schon damals emotional zu, denn es waren unruhige Zeiten - nicht nur in Göttingen, sondern in ganz Europa. Die Göttinger Turnbewegung hatte daher von Beginn an weit mehr als nur einen sportlichen Antrieb und war zugleich Teil eines gesellschaftlichen und demokratischen Entwicklungsprozesses.

gemeinsam. In Bewegung – für unsere Demokratie

Die Verbindung von Sport und gesellschaftlichem Engagement ist leicht nachvollziehbar und bis in die Gegenwart übertragbar, denn auch heute erfüllt der Sport eine wichtige gesellschaftliche Aufgabe. Gemeinsam als Mannschaft oder auch allein zu gewinnen oder zu verlieren, sich in den Dienst des Teams zu stellen, eine Mannschaftsleitung zu wählen oder auf der Jahreshauptversammlung über Vorstand oder Präsidium abzustimmen, all dies sind Pfeiler unseres demokratischen Grundverständnisses. Im Sport werden diese Werte nicht nur vermittelt, sondern gelebt. Oder besser: täglich erlebbar gemacht.

gemeinsam. In Bewegung – für ein soziales Miteinander

„Es war ihrer Gewandtheit und ihrer Gewohnheit freiwillig unter Kommando zu stehen zu verdanken, dass die TG 46 im Jahre 1856 25 Männer für Rettungsaufgaben bei Bränden ausbildete und abstellte.“

Der Turnverein Göttingen wurde im Jahr 1856 zur Feuerwehr und erhielt dafür den langersehten

Turnplatz mit neuen Geräten. Ein Geschäft, von dem beide Seiten profitierten. Damit übernahm der Verein früh Verantwortung für die Gesellschaft über den reinen Sport hinaus und zeigte, dass gemeinschaftliches Engagement weit über die Turnhalle hinauswirken kann.



Der ASC war schon immer ein Verein mit Mut und Visionen. Die frühe Diskussion über die Aufnahme von Frauen, viele Jahre vor der Einführung des Frauenwahlrechts in Deutschland, ist ein weiteres Highlight in unserer Vereinsgeschichte. Bereits vor rund 120 Jahren machten die Turnfrauen ihren Anspruch auf Bewegung deutlich und im Jahr 1910 wurde schließlich eine eigene Frauenabteilung gegründet.



Als August Schütte Mitte der 1980er Jahre die Seniorengemeinschaft im ASC aufbaute, war es das gute Zusammenspiel aus Bewegung, Begegnung und Betreuung, das viele ältere Menschen zu uns führte. Ein breites und attraktives Angebot überzeugte innerhalb weniger Tage mehr als 500 neue Mitglieder. August Schütte hatte einen gesellschaftlichen Bedarf erkannt und mit passenden Angeboten erfolgreich ausgefüllt.



Bis heute kommen viele unserer Mitglieder nicht in erster Linie wegen des Sports in unseren Verein. Es sind gesundheitliche Gründe wie der Rücken oder das Herz, die Einsamkeit oder der Wunsch nach Gemeinschaft. Unsere Aufgabe ist es, diesen Menschen eine sportliche Heimat im Verein zu geben und ihnen Freude an Bewegung zu vermitteln. Kinder werden von ihren Eltern angemeldet, um schwimmen zu lernen, andere kommen gemeinsam mit ihren Freund:innen zu uns. Gelingt es uns, diese Menschen richtig anzusprechen und zu begeistern, gewinnen wir treue Mitglieder.

Dass wir heute Kindertagesstätten betreiben und den Ganztags an Schulen organisieren, zeigt, dass wir bis heute mehr als nur ein reiner Sportverein sind. Die Gesellschaft verändert sich und wir müssen die Kinder dort abholen, wo sie sind. Ohne diesen Nachwuchs wird auch der Mannschaftssport langfristig nur schwer bestehen können. Schon im 19. Jahrhundert hat der Turnverein mit seinen Turnwarten die Leibesübungen an Göttinger Schulen umgesetzt. Auch damals geschah dies nicht ohne Diskussionen - aber unsere Turner ließen sich nicht abspesen. Sie haben es gemacht.



gemeinsam. In Bewegung – durch Sport

Der Klassiker sind und bleiben unsere Sportangebote. Zu Beginn wurde ausschließlich geturnt, doch heute gibt es kaum noch eine Bewegungskultur, die

nicht einen eigenen Namen trägt und häufig sogar rechtlich geschützt ist. Trends setzen Impulse, die wir Sportvereine aufgreifen und versuchen daraus neue Sportarten zu entwickeln.

Inzwischen bietet der ASC mehr als 70 verschiedene Sportarten an. Angebote wie Kinderturnen, Gymnastik, Geräteturnen, Wandern, Parkour sowie unsere Fitness- und Gesundheitsprogramme haben jedoch alle ihren Ursprung im Turnen. Damit ist das Turnen bis heute eine tragende Säule des ASC. Gemeinsam mit den Wasser- und Ballsportarten, dem Tanzen, der Selbstverteidigung und den Rückschlagspielen bildet es das Fundament unseres Vereins. Hier findet Wettkampfsport statt und hier wird Gemeinschaft gelebt.



Im Laufe unserer Vereinsgeschichte wurden zahlreiche Erfolge gefeiert: Deutsche Meistertitel im Basketball oder in der Standardtanzformation sowie Olympiateilnahmen von Sportler:innen ebenso wie von Trainer:innen haben den Verein weit über die Grenzen Göttingens hinaus bekannt gemacht. Wir sind stolz auf jeden einzelnen dieser Erfolge. Sie sind einzigartig und prägen die Geschichte unseres ASC bis heute.

gemeinsam. In Bewegung – freiwillig, bildend und inklusiv

Heute müssen wir freiwilliges Engagement üben, erlernen und sogar ausbilden. Im Freiwilligen Sozialen Jahr vermitteln wir im ASC jährlich rund 1.000 jungen Menschen die Bedeutung des Ehrenamtes im Sport. Sie binden sich für ein Jahr an einen Verein, erleben ehrenamtliche Arbeit aus erster Hand, werden von uns qualifiziert und begeistern wiederum Kinder sowie neue Freiwillige für dieses wichtige Engagement.

Einige von ihnen gehen nach Afrika und kehren nach einem Jahr mit neuen Perspektiven und wertvollen Erfahrungen in ihre Heimat zurück. Die Freiwilligendienste sind ein Geschenk für unsere Gesellschaft und den Sport, für die Freiwilligen und ebenso für die Menschen, die von ihrem Einsatz profitieren. Unsere Gründer wären begeistert und unsere erste Feuerwehr hat würdige Nachfolger:innen gefunden.



Wenn unsere Auszubildenden ihre Prüfungen bestehen, dual Studierende erfolgreich ihren Abschluss machen oder Helfer:innen ihre Übungsleiterlizenzen erwerben und anschließend ihren Weg im Ehrenamt oder Beruf finden, dann wissen wir, dass wir etwas richtig gemacht haben.

Der ASC ist also demokratisch geprägt, leistet soziale Arbeit und fördert ehrenamtliches Engagement - und das alles mit dem großen Ziel,

Sport und Bewegung im Verein für Menschen jeden Alters, jedes Leistungsvermögens und unabhängig von kultureller Herkunft zu ermöglichen. Sport ist inklusiv, passt sich an, sucht nicht nach Grenzen und eröffnet neue Wege. Deshalb steht im Zentrum unseres Handelns immer der Sport. Er ist unser Antrieb und unser Zusammenhalt.

So soll es auch in Zukunft sein. Der ASC wird weiterhin auf seine größte Stärke bauen: die Menschen, die mit neuen Ideen zu uns kommen. Wir werden mutig und fordernd gegenüber unseren Partnern in Kommune und Sportverbänden bleiben, damit der ASC auch künftig Anreger, Vordenker, Entwickler und Visionär für den Sport sein kann. Ganz im Sinne unserer Geschichte und der Menschen, die uns geprägt haben.

Denn es sind die Menschen, die ihrem ASC die heutige Stärke gegeben haben. Als Sportler:innen, Trainer:innen, Übungsleitende, Helfer:innen, Fachbereichsleitende, Vorstands- oder Präsidiumsmitglieder, jede:r hat seinen Anteil daran. Der ASC ist ein Göttinger Stadtverein, dessen Mitglieder aus allen gesellschaftlichen und sozialen Schichten kommen. Als Verein wird er seiner Rolle in Sport, Integration, Inklusion, Betreuung und Bildung gerecht.

Der ASC war, ist und bleibt ein Teil von Göttingen!



# KISSBe und fit für pisa +



## Der Sportverein in der Grundschule

Als vor rund 40 Jahren die ersten großen deutschen Sportvereine mit sogenannten KinderSportSchulen dem zunehmenden Bewegungsmangel von Grundschulkindern entgegenwirken wollten, war der ASC von Beginn an mit dabei. Die Kinder-, Spiel-, Sport- und Bewegungsschule („KissBe“) wurde als wichtiger Baustein entwickelt, konnte jedoch die fehlende dritte Sportstunde sowie die teilweise unzureichende Qualität des Sportunterrichts allein nicht vollständig ausgleichen, da es an den notwendigen strukturellen Rahmenbedingungen fehlte.

Gerade bei Kindern ohne Vereinsbezug zeigte sich schnell, dass Bewegungsmangel bereits im frühen Alter zu gesundheitlichen und entwicklungsbezogenen Problemen führen kann. Weniger Bewegung im Alltag und fehlender Zugang zum Vereinssport blieben nicht ohne Folgen.

Aus dieser Erkenntnis entstand im Jahr 2002 das Projekt „Fit für Pisa“, das durch Dr. Thomas Suermann initiiert wurde. Ziel war es, in Göttingen und Niedersachsen die im Lehrplan vorgesehenen zwei Sportstunden für Grundschüler:innen durch eine tägliche Sportstunde an Grundschulen zu ersetzen. Da dies politisch nicht umsetzbar war, suchte er gemeinsam mit dem ASC einen Sportverein als

Partner, der die zusätzlichen Sportstunden durch Übungsleiter:innen an den Grundschulen ergänzen sollte. Dr. Thomas Suermann stellte hierfür ein interdisziplinäres Projektteam aus Mediziner:innen, Sportlehrkräften und Übungsleitenden zusammen, das später durch Ernährungswissenschaftler:innen ergänzt wurde.

Im weiteren Verlauf sollte die Wirkung täglicher Bewegung wissenschaftlich untersucht und die Politik von ihrer Bedeutung für die Entwicklung von Schulkindern überzeugt werden. Eine Sozialwissenschaftlerin der Universität Hannover begleitete das Projekt und Dr. Vicky Henze verfasste ihre Dissertation auf Grundlage unseres Modellversuchs. Es konnten fünf Grundschulen gefunden werden, die sich dem Projekt anschlossen und gemeinsam mit dem Gesundheitsamt, der Stadt und dem Landkreis Göttingen sowie dem Sportinstitut der Uni Göttingen wurde das Projekt gestartet und in den folgenden Jahren umgesetzt und ausgewertet.

Es war für die Beteiligten keine Überraschung, dass die Kinder an den Grundschulen durch das Sportangebot des ASC profitierten. Bereits nach kurzer Zeit zeigte sich, dass die Kinder an den Projektschulen mit großer Freude, mehr Eigeninitiative und höherer Konzentration am Schulalltag teilnahmen. Auch fehlende Unterrichtszeit konnte durch gesteigerte Lernbereitschaft und bessere Aufmerksamkeit teilweise kompensiert werden.

Das Projekt wurde um ein Ernährungsmodul erweitert, um den Kindern und ihren Familien die Grundlagen der Ernährung und der medizinischen Prävention näherzubringen. Leider konnten die positiven Ergebnisse in den Schulen die Politik nicht davon überzeugen, eine mittelfristige Förderung für das Projekt zu garantieren, sodass die Kosten durch Spenden und den ASC aufgefangen wurden und werden. Trotz zunächst fehlender politischer Unterstützung schlossen sich im Verlauf zunehmend weitere Schulen der Projektidee an.

Beide Projekte - die KissBe und Fit für Pisa - erwiesen sich als Einstieg und Schlüssel für die erfolgreiche Umsetzung unseres Ganztags an Grundschulen. Sie bereiteten den ASC frühzeitig auf diese heute so wichtige gesellschaftliche Aufgabe vor.



Die KissBe ist bis heute ein Erfolgsprojekt und im Verein fest verankert. Auch Fit für Pisa ist mittlerweile unter dem Namen „Fit für Pisa+“ fest in die Struktur an den Göttinger Grundschulen integriert und stellt eine gute Ergänzung des Ganztags an den Grundschulen dar.

Inzwischen betreuen wir acht und ab dem Sommer zehn Grundschulen, an denen wir den Ganztagsbereich mit einem bewegungsorientierten Betreuungs- und Bildungsangebot für Kinder gestalten. Darüber hinaus betreuen wir auch weiterhin Schulen, die nicht Teil unseres Ganztagsangebots sind. Tägliche Bewegungseinheiten sind selbstverständlich, ergänzt durch

Ernährungsberatung und medizinische Aufklärung, die weiterhin über unsere Organisation stattfinden.

In Zukunft wollen wir auch den Wettkampf in die Schulen tragen. Die Grundschulliga passt gut in unsere Überlegungen für mehr Bewegung in der Grundschule, ist eine gute Ergänzung der Ganztagsbetreuung und kann unseren Schulkindern den Spaß am Wettkampf vermitteln. Die KissBe und Fit für Pisa haben den ASC gut auf den Ganztags an den Göttinger Grundschulen vorbereitet. Jetzt ist es unsere Aufgabe, die Kinder weiterhin mit Bewegungsangeboten zu begeistern.



WHEEL GYMNASTICS

# WORLD

CHAMPIONSHIPS 2026

GÖTTINGEN | GERMANY | 01.07 – 04.07.2026

## Rhönrad Weltmeisterschaft 2026 in Göttingen

Vom 29. Juni – 05. Juli 2026 wird Göttingen zum Mittelpunkt der internationalen Rhönradscene. Gemeinsam mit dem Deutschen Turner-Bund (DTB) und der International Wheel Gymnastics Federation (IRV) richten wir die Rhönrad-Weltmeisterschaft 2026 aus.

Eine Woche lang treffen mehr als 150 Rhönradturner:innen aus aller Welt in Göttingen aufeinander und kämpfen um die begehrten Weltmeistertitel. Zuschauer:innen dürfen sich auf spektakuläre Wettkämpfe, beeindruckende Küren und faszinierende Vorführungen freuen, die die Vielseitigkeit und Dynamik des Rhönradturnens eindrucksvoll zeigen.

Am Start sind Teilnehmende aus Deutschland, Israel, Österreich, Ungarn, Belgien, Finnland, Griechenland, England, Kanada, Portugal, den Niederlanden, Spanien, den USA, der Schweiz, Norwegen, Japan, Indien sowie der Ukraine. Besonders freuen wir uns über Finnland und Griechenland, die erstmals vertreten sind. Für Finnland wird eine Teilnehmerin aus Göttingen selbst an den Start gehen - ein Zeichen der internationalen Verbundenheit, die den Wettbewerb prägt.

Die offiziellen Wettkämpfe finden vom 01. – 04. Juli statt und bilden das sportliche Herzstück der Veranstaltung. Neben dem sportlichen Programm erwartet die Besucher:innen ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm für die ganze Familie. Die Weltmeisterschaft soll nicht nur ein sportliches Highlight werden, sondern auch ein Fest der Begegnung, des Austauschs und der Begeisterung für unseren Sport.

Tickets für die Rhönrad-Weltmeisterschaft 2026 sind bereits im Vorverkauf unter [www.goettingen26.com/](http://www.goettingen26.com/) erhältlich. Wer Spitzensport hautnah erleben möchte, sollte sich dieses Ereignis nicht entgehen lassen.

Für unseren ASC ist die Ausrichtung einer Weltmeisterschaft etwas ganz Besonderes. Viele Helfer:innen engagieren sich bereits mit großem Einsatz in der Vorbereitung, damit dieses internationale Event für Athlet:innen und Gäste unvergesslich wird. Wie viel Planung, Herzblut und auch persönliche Geschichte hinter einer solchen Veranstaltung steckt, zeigt sich im Gespräch mit unserer Rhönrad-Fachbereichsleitung Alexandra Spinhoff, die im folgenden Interview Einblicke in die Organisation, die Bedeutung der WM und ihre ganz persönliche Verbindung zum Rhönradturnen gibt.

## Interview mit Alexandra Spinhoff

ASC Fachbereichsleitung Rhönradturnen

### 1. Wie fühlt es sich an, eine Weltmeisterschaft im eigenen Verein beziehungsweise in Göttingen auszurichten?

„Das Gefühl ist unbeschreiblich. Nicht nur, dass die WM seit 2011 endlich wieder in Deutschland stattfinden wird, sondern sogar hier bei uns in Göttingen, in meiner Heimat. Dass der ASC, bei dem ich nun seit über 28 Jahren Mitglied bin, dieses große Event ausrichten darf, ist ein riesiges Geschenk. Nicht jeder Verein in Deutschland könnte eine solche Veranstaltung mit so viel Engagement auf die Beine stellen.“

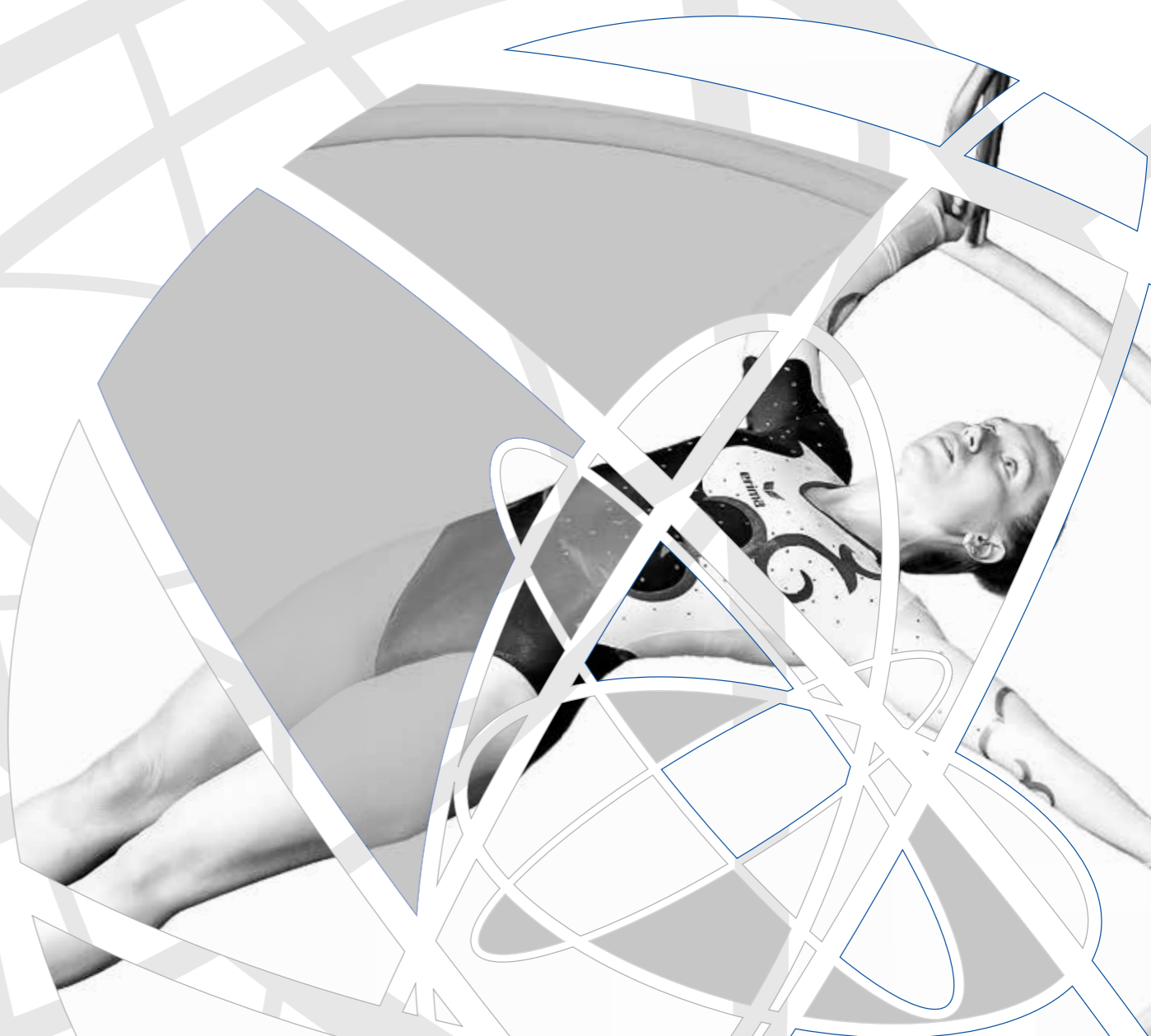
### 2. Wann entstand die Idee, die WM nach Göttingen zu holen und was bedeutet dieses Event

für den ASC und die gesamte Rhönrad-Abteilung? „Die Idee, die Rhönrad-WM nach Göttingen zu holen, entstand eher zufällig. Während einer Trainer-B-Fortbildung sprach mich der ehemalige TK-Vorsitzende des Rhönradturnens darauf an, dass er die nächste WM gerne nach Deutschland holen würde, unter anderem nach Göttingen. Zunächst hielt ich das eher für einen Scherz und musste darüber schmunzeln. Nachdem er mir jedoch erklärte, warum Göttingen als Austragungsort perfekt geeignet wäre, sagte ich schließlich: „Okay, ich frage mal nach.“ Als der ASC zusicherte, das Projekt voll zu unterstützen, falls wir dieses große Event tatsächlich nach Göttingen holen möchten, wurde das Rad im wahrsten Sinne des Wortes ins Rollen gebracht. Danach ging plötzlich alles ganz schnell und Göttingen setzte sich sogar gegen den Mitbewerber USA durch. Der ASC stellte in kürzester Zeit ein Organisationsteam auf die Beine, das seitdem mit unglaublich viel Engagement arbeitet, zusätzlich zur eigentlichen beruflichen Tätigkeit der Beteiligten.“

Die WM bedeutet für den ASC sehr viel. Der Verein wird dadurch international noch sichtbarer und kann erneut zeigen, dass er große Sportveranstaltungen ausrichten und Gäste aus aller Welt willkommen heißen kann. Für unsere Rhönrad-Abteilung ist dieses Event wahrscheinlich das Größte, das wir jemals erleben werden. Endlich können wir unsere oft noch unbekannte Sportart einem breiten Publikum in Göttingen und weltweit zu präsentieren. Nach der WM wissen hoffentlich deutlich mehr Menschen, was Rhönradturnen eigentlich ist und dass man mit dem Rhönrad weit mehr machen kann, als sich nur „auf den Kopf zu drehen“. Wir erwarten außerdem einen großen Zulauf an Interessierten für unsere Gruppen, die unseren Sport ausprobieren möchten.“

### 3. Welche Herausforderungen bringt die Organisation einer Weltmeisterschaft mit sich?

„Eine WM bringt unfassbare Herausforderungen mit sich. Die Organisation startete bereits vor knapp zwei Jahren. Es musste ein Team auf die Beine gestellt



werden und die gesamte Organisation rund um Halle, Volunteers, Verpflegung, Unterkünfte, Technik und vieles mehr koordiniert werden. Hinzu kommen natürlich auch die Finanzen, denn die Ausrichtung einer Weltmeisterschaft ist mit hohen Kosten verbunden.“

#### 4. Wie viele Helfer:innen und Ehrenamtliche sind an der Vorbereitung beteiligt?

Mehrere festangestellte Mitarbeiter:innen des ASC arbeiten zusätzlich zu ihrer eigentlichen Arbeitszeit an der Organisation der WM, worüber ich unglaublich froh und dankbar bin. Nicht jeder Verein könnte ein solch großes Event stemmen und dabei gleichzeitig so professionell arbeiten wie der ASC.

Während der WM selbst werden pro Tag rund 90 Volunteers benötigt. Das zeigt, welch großes Event uns erwartet. Wer möchte, kann sich aktuell noch online unter [asc46.de/volunteers-rhoenrad/](http://asc46.de/volunteers-rhoenrad/) als Volunteer anmelden und so hautnah Teil der Weltmeisterschaft werden.

#### 5. Wie bist du selbst zum Rhönradturnen gekommen und was macht Rhönradturnen für dich so besonders?

Eigentlich war das ganz simpel: Mit acht Jahren wollte ich unbedingt einen Sport machen. Meine Mutter brachte damals einen Zettel vom ASC mit, auf dem die verschiedenen Sportarten standen. Ich blieb sofort bei „Turnen, Rhönrad, Trampolin“ hängen. Rhönrad kannte ich damals nur als dieses „Rad, mit dem man auf den Kopf rollt“. Wir sind direkt zum nächsten Training gegangen - und ich bin bis heute geblieben.

Inzwischen bin ich seit 21 Jahren Trainerin, leite seit etwa 17 Jahren die Sparte, turne selbst noch aktiv und begleite meine Turner:innen auf viele Lehrgänge und Wettkämpfe. Ich verbringe viele Wochenenden in Sporthallen und mache das mit voller Freude und Hingabe.

Das Besondere am Rhönradturnen ist für mich die Vielfalt. Es gibt drei unterschiedliche Disziplinen (Gerade, Spirale und Sprung), die jeweils ganz eigene Anforderungen haben. Da sich das Rhönrad während des Turnens bewegt, braucht man ein besonderes Feingefühl, ein echtes „Radgefühl“. Die Kombination aus Bewegung, Eleganz und Schwierigkeit macht diesen Sport für mich so faszinierend. Auch das Cyr Wheel, dessen WM ebenfalls in Göttingen stattfindet, begeistert mich immer wieder. Vereinfacht gesagt ist es ein Rhönrad mit nur einem Reifen, aber eine ganz eigene und beeindruckende Sportart. Allein dafür lohnt sich ein Besuch der WM in der S-Arena.

#### 6. Wie hat sich der Sport in den letzten Jahren weiterentwickelt?

Das Rhönradturnen hat sich in den vergangenen Jahren stark weiterentwickelt. Zum einen durch neue Wertungsbestimmungen (auch im kommenden Jahr wird es erneut Änderungen geben) zum anderen aber vor allem durch die enorme Entwicklung der sportlichen Qualität. Wie in vielen anderen Sportarten werden auch im Rhönradturnen ständig neue und schwierigere Elemente entwickelt, bei denen man manchmal das Gefühl hat, sämtliche physikalischen Gesetze würden außer Kraft gesetzt. Selbst für mich ist es immer wieder faszinierend zu sehen, was die Weltspitze Jahr für Jahr Neues in und auf das Rhönrad zaubert.

#### 7. Worauf können sich Zuschauer:innen freuen, die vielleicht zum ersten Mal Rhönradturnen live erleben?

Die Zuschauer:innen können sich auf Rhönrad- und Cyr-Wheel-Turnen auf allerhöchstem Niveau freuen. Die besten Turner:innen aus der ganzen Welt kommen nach Göttingen, um um die Medaillen zu kämpfen. Rhönrad und Cyr Wheel in Perfektion! Außerdem wird eine unglaubliche Atmosphäre erwartet, denn wenn in Deutschland eine WM stattfindet, dann bebt die Halle.

Aus Göttinger Sicht ist besonders spannend, dass erstmals überhaupt eine Göttingerin bei einer Rhönrad-WM teilnehmen wird. Meine Turnerin Isabell Schnell (17) wird bei der WM an den Start gehen. Dank ihrer zweiten Staatsangehörigkeit startet sie allerdings nicht für Deutschland, sondern für Finnland. Ich begleite sie als Trainerin auf diesem Weg und bereite sie aktuell mit bis zu vier Trainingseinheiten pro Woche auf dieses besondere Ereignis vor.

#### 8. Welche Disziplinen oder Wettkämpfe sollte man auf keinen Fall verpassen?

Aus Göttinger Sicht sollte natürlich niemand unsere Turnerin Isabell verpassen. Ihr Wettkampf findet am Donnerstag, den 02. Juli, statt. An diesem Tag treten die Junior:innen sowie die Cyr-Turner:innen in der Vorrunde aller drei Disziplinen an. Am Freitag und Samstag (03. – 04. Juli) folgen die Finals für Jugend (Juniors) und Erwachsene (Seniors) im Mehrkampf sowie in den einzelnen Disziplinen. Besonders die Musikküren der Erwachsenen sind bei jedem Wettkampf ein echtes Highlight und für die Zuschauer:innen sehr sehenswert.

#### 9. Worauf freust du dich persönlich am meisten während der WM-Woche?

Für mich persönlich wird es als finnische Nationaltrainerin natürlich besonders aufregend. Ich war bei den

letzten zwei WMs als Zuschauerin dabei, diesmal bin ich mittendrin. Das kann ich selbst manchmal noch gar nicht richtig glauben.

Ich freue mich besonders darauf, die vielen Turner:innen aus den verschiedenen Ländern nicht nur kennenzulernen, sondern sie auch im Wettkampf zu sehen. Neben meinem kleinen finnischen Team werde ich auch die starke deutsche Nationalmannschaft anfeuern und mit allen Nationen mitfiebern. Denn die Rhönradwelt ist im Grunde eine große Familie, genau das macht diesen Sport so besonders. Es ist immer faszinierend zu sehen, was andere Turner:innen leisten, und sich ehrlich mit ihnen über Erfolge zu freuen. Eine Weltmeisterschaft bringt viele Emotionen mit sich und genau darauf freue ich mich am meisten.

#### 10. Warum sollte man sich die Rhönrad-WM 2026 auf keinen Fall entgehen lassen?

Bei der WM kommen Turner:innen aus aller Welt zusammen, die unterschiedlicher nicht sein könnten und doch hier alle dasselbe verbindet. Für eine Woche teilen wir die Freude an diesem Sport, erleben ihn gemeinsam und zeigen ihn auf höchstem Niveau. Niemand sollte diese Weltmeisterschaft und die Weltspitze verpassen.

Lasst uns zeigen, dass wir die Welt in Göttingen als Gäste willkommen heißen!

**TICKETS ERHÄLTlich UNTER**  
[goettingen26.de](http://goettingen26.de)



# Bewegung gegen Krebs

Jedes Jahr erhalten in Deutschland rund 510.000 Menschen die Diagnose Krebs. Für die Betroffenen bedeutet das oft körperlich ebenso wie psychisch einen tiefen Einschnitt in ihr Leben. Wissenschaftliche Studien zeigen jedoch deutlich, dass Bewegung während und nach einer Krebsbehandlung einen wichtigen Beitrag leisten kann. Sport hilft dabei, die Nebenwirkungen von Chemo-, Immun- oder Strahlentherapien zu lindern, die körperliche Fitness zu verbessern und das Wohlbefinden zu stärken. Auch das Risiko eines Rückfalls kann durch regelmäßige Bewegung gesenkt werden.

Mit der bundesweiten Kampagne „Bewegung gegen Krebs“ macht der Deutsche Behindertensportverband (DBS) auf die Bedeutung von Rehabilitationssport für Krebspatient:innen aufmerksam. Ziel ist es, mehr qualifizierte Übungsleiter:innen zu gewinnen und Vereine dabei zu unterstützen, ihre Angebote weiter auszubauen. Gemeinsam mit der Deutschen Krebshilfe, dem DOSB und der Deutschen Sporthochschule Köln wurden dafür einheitliche Lehr- und Lernmaterialien für den Reha-Sport in der Krebsnachsorge entwickelt.

Auch wir engagieren uns bereits aktiv. Gemeinsam mit der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) bieten wir Reha-Kurse im Bereich Onkologie an. Im Mittelpunkt stehen individuell angepasste Übungen aus den Bereichen Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Gleichzeitig schaffen die Kurse Raum für Austausch und gegenseitige Unterstützung.

Unsere Onkologie-Gruppen in der Trockengymnastik sind inzwischen seit zwei Jahren fest etabliert. Ergänzend dazu bieten wir einen Wassergymnastik-Kurs sowie einen zusätzlichen Kurs mit dem Schwerpunkt Yoga an.

**Bewegung und Gemeinschaft als wichtige Anker**  
Eine Krebsdiagnose verändert den Alltag von einem Moment auf den anderen. Viele Betroffene erleben große körperliche und psychische Belastungen. Bewegung kann in dieser Situation helfen, wieder Struktur zu gewinnen und Schritt für Schritt zurück in den Alltag zu finden. Besonders wertvoll ist dabei das Miteinander in der Gruppe. Die Teilnehmenden befinden sich oft in sehr unterschiedlichen Phasen der Therapie oder Nachsorge: Während einige noch

in Chemo- oder Strahlentherapie stehen, sind andere bereits weiter auf dem Weg der Genesung. Fortschritte zeigen sich daher nicht immer sofort, doch auch stabile Phasen sind ein wichtiger Erfolg.

Der Austausch untereinander und die individuelle Begleitung werden von den Teilnehmenden als große Unterstützung erlebt. Oft zeigt sich erst im Verlauf, wie positiv sich regelmäßige Bewegung auf Körper und Psyche auswirkt.

## Gemeinsam aktiv werden

Die Erfahrungen aus unseren Kursen zeigen deutlich, wie wichtig qualitätsgesicherte Bewegungsangebote für Krebspatient:innen sind. Bewegung kann Kraft geben, Mut machen und dabei helfen, wieder Vertrauen in den eigenen Körper zu gewinnen.

Wer Interesse an unseren Onkologie-Kursen hat oder sich eine Tätigkeit als Übungsleiter:in vorstellen kann, ist herzlich eingeladen, Kontakt aufzunehmen. Denn gemeinsam fällt der Weg zurück in ein aktives Leben oft ein gutes Stück leichter.



# WENN

ihr Familie seid,

# DANN

sind wir eure  
Versicherung.



&

Versicherungsschutz für Kids

Vertretung  
Meier & Wiegand OHG  
Königsberger Str. 2  
37083 Göttingen  
Tel. 0551 507360  
MW.OHG@vgh.de

**VGH**   
fair versichert

 Finanzgruppe



## IMPRESSUM

Herausgeber:  
ASC Göttingen von 1846 e. V.  
Danziger Str. 21  
37083 Göttingen  
Telefon: (0551) 517 46 45  
E-Mail: [info@asc46.de](mailto:info@asc46.de)

Erscheinungsweise: halbjährlich

Satz und Layout: Sven Winkler und Jana Arzer  
Fotos: Sven Winkler, Jana Arzer und Adobe Stock  
Redaktion: Jörg Schnitzerling und Zara-Carlotta Stehling

Die Artikel spiegeln nicht in jedem Falle die Meinung des Vorstandes wieder.

Druck: DDMedia GmbH, Kassel  
Vertrieb: haushaltsdeckende Verteilung mit der Deutsche-Post plus ausgewählte Ablagestellen

Gesamtherstellung & Projektmanagement:  
Mundus-Marketing & Interactive GmbH  
Sichelnsteiner Weg 2, 34346 Hann. Münden

Datenschutzerklärung unter: [www.asc46.de/datenschutz](http://www.asc46.de/datenschutz)