



BETRIEBSSPORTGRUPPEN

Schwitzen mit Kollegen

Bäume und Sträucher am Streckenrand fliegen förmlich vorbei, genauso wie die Begrenzungsmauern aus alten Autoreifen. Die Helmkamera von Yanick Bitzer zittert und wackelt, als er mit seinem Kart und rund 80 Kilometer pro Stunde über die Fahrbahn in Hagen rast. Die Bilder, die er einfängt, machen dem Zuschauer schnell klar: Kartfahren ist tatsächlich Sport – und alles andere als ein lockeres Zurücklehnen. Jede Unebenheit auf der Strecke geht durch Mark und Bein, und aufgrund fehlender Servolenkung ist die Steuerung der kleinen Flitzer ein echter Kraftakt. „Da sieht man die Belastung sehr deutlich“, kommentiert Markus Müller die Aufnahmen seines Kollegen. Der 40-Jährige hält seit einigen Jahren das BSG-Kart-Team Siegen zusammen, eine von neun Betriebssportgruppen des RWE-Unternehmens Westnetz GmbH. „Wenn man dann noch den Rennanzug

dazu nimmt, außerdem Handschuhe und Helm, und bedenkt, dass man gleich neben Motor und Auspuff sitzt – das wird schon kuschelig“, zerstört der Techniker auch die letzte Illusion vom lässigen Männersport. Fahren, bis der Helm beschlägt – „man ist tatsächlich pitschnass geschwitzt, wenn man da aussteigt“, bestätigt Betriebsratsvorsitzender Ralf Kehl.

Seit man 2007 einmal einen Ausflug unter Kollegen privat organisiert hatte, ist man bei Westnetz im Kart-Fieber. Schnell wurde eine neue Betriebssportabteilung daraus. Im Schnitt kommen die RWEler einmal im Monat zusammen: zum Training auf Kartbahnen in Dortmund, Köln oder Hagen sowie für die Teilnahme an Wettbewerben – zum Beispiel beim CityKart auf dem Weidenauer Bismarckplatz. Allerdings ist die Zahl der Mitglieder leicht rückläufig. „Es

Durchschnittlich 80.000 Stunden verbringt ein deutscher Büromitarbeiter im Laufe seines langen Arbeitslebens im Sitzen. Der Rücken schmerzt, das Fettgewebe nimmt zu, das Muskelgewebe ab. Wer einen Großteil seiner Zeit mit Arbeiten beschäftigt ist, den begeistert man am besten gleich an seinem Arbeitsplatz für körperliche Ertüchtigung: Rund 300.000 Sportlerinnen und Sportler vertritt allein der Deutsche Betriebssportverband. Bei der Bewegung mit Kollegen steht der Spaß im Vordergrund. Von Aerobic über Fußball bis hin zum Kartfahren ist da nahezu jede Sportart denkbar. Der WIRTSCHAFTSREPORT stellt zwei Betriebssportgruppen aus der Region vor.

gibt eben Bereiche, in denen es Schichtdienst oder Bereitschaften gibt, privat kommen auch Termine dazu. Außerdem müssen wir für die Fahrt zu den Kartbahnen auch Zeit einkalkulieren“, erklärt Ralf Kehl. Organisator Müller sieht durchaus Parallelen zu den Vereinen, die auch aufgrund immer flexiblerer Arbeitszeitmodelle Schwierigkeiten haben, Mitglieder zu halten. Und genauso wie die Betriebssportgruppen sind Vereine immer häufiger mit dem Problem konfrontiert, keine Gruppenleiter zu finden. Dabei ist ein Motivator im Unternehmen manchmal nötig – das weiß Markus Müller nur zu gut. Er hakt nach, wenn jemand sich längere Zeit nicht mehr hat blicken lassen. Aktuell sind es 23 Kollegen, die ihre Freizeit im Rausch der Geschwindigkeit verbringen. Vom Azubi bis zum Mitarbeiter in Altersteilzeit sind alle Altersgruppen vertreten. Das „Du“ untereinander ist selbstverständ-



lich. „Was machen Sie denn hier für einen Schwachsinn – das sagt doch keiner, wenn gerade jemand in ihn reingerauscht ist“, ist sich Markus Müller sicher. Beim Kartfahren werde es eben auch mal ein bisschen emotional – da haben Hierarchien keinen Platz.

Das Unternehmen unterstützt den Betriebs-sport im Haus – auch finanziell. Grundsätzlich zahlen alle Teilnehmer am Betriebs-sport einen Mitgliedsbeitrag, RWE beteiligt sich mit einem gewissen Obolus daran. Darüber hinaus gewährt der Sozialausschuss regelmäßig Zuschüsse, zum Beispiel für die Schutzanzüge. Mit dem Firmenlogo bestückt, demonstrieren sie auch nach außen hin das besondere Zusammengehörigkeits-gefühl. Das entsteht automatisch beim gemeinsamen Schwitzen. „Und wenn man stundenlang im strömenden Regen nebeneinander gestanden hat, dann verbindet das mehr, als wenn man sich morgens über den Hof mal einen ‚Guten Morgen‘ zuruft“, ist sich Markus Müller sicher. „Es kommt durchaus vor, dass man an der Strecke auch mal was Berufliches über den kleinen Dienstweg regelt“, betont Ralf Kehl die praktischen Vorteile des lockeren Miteinanders.

Das Thema Sicherheit hat einen hohen Stellenwert beim Kart: Ein Rippenschutz aus Carbonfasern verhindert blaue Flecken und ein Nackenschutz beugt einem Schleuder-

trauma vor. Während des Trainings sind die Kartfahrer über die Betriebssportgruppe versichert – allerdings greift die nur, wenn es um das reine Freizeitvergnügen geht. Bei der Teilnahme an Wettbewerben überwiegt der Wettkampfcharakter, hier kommt jeweils die private Versicherung zum Tragen. „Es gibt aber bei solchen einmaligen Veranstaltungen die Möglichkeit, Versicherungen über einen kurzen Zeitraum abzuschließen“, weiß Ralf Kehl. Die Sicherheitsmaßnahmen scheinen jedoch zu greifen: „Unsere Fußballer haben auf jeden Fall eine schlechtere Verletzungstatistik als wir“, meint der 50-Jährige augenzwinkernd.

Tatsächlich verknackst sich auch das eine oder andere Mitglied der BSG Bombardier Transportation mal den Knöchel beim Kicken – vor allem beim Training in der Halle. Die 20 Damen und 65 Herren nutzen den gemeinsamen Sport gar, um internationale Beziehungen zu knüpfen. Denn die größte Motivation neben dem Spaß an der Bewegung ist das alljährliche Bogie-Turnier, bei dem sich Bombardier-Kicker aus den verschiedensten Ländern der Erde Duelle in der Sporthalle liefern. Bogies, das sind die Drehgestelle, die von Bombardier unter anderem im Kompetenzzentrum in Netphen-

Internationale Beziehungen knüpfen

Dreis-Tiefenbach für den nationalen und internationalen Schienenverkehr produziert werden. In diesem Jahr reisen die Betriebs-sportler ins polnische Wroclaw, also nach Breslau, um dort gegen Mannschaften aus Ungarn, Frankreich, England, der Schweiz, Polen und sogar China anzutreten. „Kurz vor dem Turnier muss man niemanden motivieren“, erzählt Sonja Schneider, Vorsitzende der Betriebssportgruppe. Sie ist seit 1997 beim Betriebsfußball aktiv. Angefangen hat die Veranstaltung als freundschaftliches Miteinander von Mannschaften regional angesiedelter Unternehmen und der Belegschaft der damaligen Adtranz (heute Bombardier Transportation GmbH).

Die Vorsitzende weiß: „Die Begeisterung für das Training ist schwankend. Da geht es uns wie allen Vereinen.“ Dabei sieht sie viele Vorteile für ihre Kicker – zum Beispiel sind sie über den Deutschen Betriebssportverband versichert, der Schutz greift auch bei der Teilnahme an Turnieren. Der Verband stellt den Mitgliedern zudem den Deutschen Sportausweis zur Verfügung, der Kauf- und Servicevorteile bei Partnern, Sportverbänden und im Verein bietet. „Und wenn wir die BSG nicht hätten, würde ich zum Beispiel kaum Leute aus der Produktion kennen“, gibt Sonja Schneider zu. Der

Sport verbindet alle Abteilungen – ganz egal, wie wenig sie im normalen Arbeitsalltag miteinander zu tun haben. Trotzdem bemüht sich der Vorstand ständig um neue Mitglieder. Beisitzer Franco Ergoi erzählt: „Wir wollen auch durch außersportliche Aktivitäten attraktiver werden. Das schaffen wir schon jetzt durch Bowling-Abende oder gemeinsames Grillen.“ Ergoi ist begeisterter Sportschütze und lädt die Kicker regelmäßig auf den Schießstand ein. Die Betriebssportgruppe hat einen eigenen Internetauftritt und ist auch bei Facebook zu finden – alles Maßnahmen, um den Bekanntheitsgrad zu steigern. Das Durchschnittsalter der Fußballerinnen und Fußballer liegt aktuell bei 39,9 Jahren. „Ein paar Jüngere würden wir schon gerne für uns gewinnen“, gibt Sonja Schneider zu. Deswegen gestaltet der Vorstand gerade neue Flyer, die unter anderem den Willkommenspaketen für neue Bombardier-Mitarbeiter beiliegen sollen. Trainiert wird im Winter alle zwei Wochen in der Realschul-Turnhalle am Geisweider Schießberg, während der Sommermonate können die Spieler den Platz des benachbarten SV 1919 Dreis-Tiefenbach wöchentlich kostenlos nutzen. Über die Mitgliedsbeiträge allein kann die BSG den Gemeinschaftssport nicht finanzieren. „Wir decken die Kosten für Hallenmiete und Material über die Turniere, die wir hier organisieren, aber wir werden auch von Bombardier unterstützt“, erzählt Sonja Schneider. Über den Getränkeverkauf oder die Tombola kommt Geld in die Kasse der BSG – allerdings bedeutet das auch „eine Heidenarbeit“.

Für ein Bogie-Turnier reisen zwischen 150 und 200 Spieler an – und für die gilt es

Hotels zu finden, den Shuttleservice zu planen und Führungen auf die Beine zu stellen. Die Organisation solcher Veranstaltungen findet nach Feierabend statt. „Da mache ich einen klaren Schnitt“, betont Sonja Schneider. Ihre Arbeit soll schließlich nicht durch ihr ehrenamtliches Engagement beeinträchtigt werden. Abgesehen vom großen Turnier einmal im Jahr ist es der Spaß an der Freude, der die Kickerinnen und Kicker in die Halle beziehungsweise auf den Platz treibt – aber kurz vor der heißen Bogie-Phase erwacht der Ehrgeiz. „Wenn wir trainieren, dann ist es just for fun“, betont Sonja Schneider. „Aber für uns ist schon klar, dass wir in Wrocław um Platz 1 spielen“, schiebt sie mit einem Augenzwinkern hinterher. Franco Ergoi räumt gleich ein, dass man es so bierernst dann doch nicht nehme: „Bei uns hat auch schon der Busfahrer mitgespielt. Und wenn den anderen mal ein Spieler fehlt, dann helfen wir natürlich aus. Auch das Turnier soll in erster Linie Spaß machen.“ Dass jemand vom Betriebssport gesund wird, das bezweifelt der Hobbykicker. „Aber Bewegung ist immer gut, egal, in welcher Form.“

Dieser Aussage würde Uwe Steingraber, Geschäftsführer des T1-Gesundheitszentrums im Geisweider SI-Haus, durchaus zustimmen. Allerdings sagt er auch: „Sport führt nur zufälligerweise zu einer Steigerung der Gesundheit.“ Denn jeder Mensch bringt andere körperliche Voraussetzungen mit – und hat ganz individuelle Schwachstellen und Beschwerden. Deswegen unterscheidet Steingraber den Betriebssport ganz klar von der betrieblichen Gesundheitsförderung, bei der er und sein Team mittlerweile über 40 Unternehmen aus der Region zur Seite



„Kartfahren ist tatsächlich Sport – und alles andere als ein lockeres Zurücklehnen“, weiß Markus Müller (re.) von der Westnetz GmbH aus Erfahrung. Mit im Bild: Betriebsratsvorsitzender Ralf Kehl.

„Sport führt nur zufälligerweise zu einer Steigerung der Gesundheit“, meint Uwe Steingraber, Geschäftsführer des T1-Gesundheitszentrums im Geisweider SI-Haus.



stehen. „Der Betriebssport unterstützt in erster Linie die Freizeitaktivitäten des Mitarbeiters, vor allem die sozialen Aspekte stehen im Mittelpunkt. Bei der betrieblichen Gesundheitsförderung ist der Erhalt der Beschäftigungsfähigkeit das Ziel, und sie führt zwangsläufig zum Erfolg.“ Das Gesundheitszentrum übernimmt die gesamte Betreuung, führt ergonomische Beratungen am Arbeitsplatz durch und überprüft auch die Bewegungsabläufe der Mitarbeiter in der Produktion. Anschließend erfolgt die Diagnostik im Haus: Wo liegen die Schwachstellen? Wie leistungsfähig ist das Herz-Kreislauf-System? Wie ist die Situation im Bereich der Muskulatur und des Bewegungsapparates? Im Anschluss folgen Theorie-Workshops, in denen beispielsweise geklärt wird, was eigentlich ein Ruhepuls ist und warum man seine persönlichen Pulsgrenzen kennen sollte. Im praktischen Teil erstellt einer der über 40 Mitarbeiter ein individuelles Trainingsprogramm, das auch die Situation am Arbeitsplatz berücksichtigt. Danach erfolgt eine praktische Einweisung auf den teilweise chip- und computergesteuerten Trainingsgeräten. Der Grundgedanke bei dieser Vorgehensweise ist, das Anforderungsprofil des Arbeitsplatzes und das Fähigkeitsprofil des Mitarbeiters in eine optimale Übereinstimmung zu bringen. „Die größte Motivation entsteht dadurch, dass die Leute ihre Fortschritte sehen können, Rücken- und Gelenkprobleme bei den meisten Teilnehmern in kurzer Zeit verschwinden und der Arbeitsalltag erheblich besser bewältigt werden kann. Das steigert auch die Lebensqualität ganz enorm“, erklärt der T1-Geschäftsführer. Dafür wird das Training von gut ausgebildeten Trainern wie Dipl.-

Steigerung der Gesundheit

Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten begleitet, die Erfolge werden durch alle sechs Monate stattfindende Re-Tests objektiv überprüft. Die erzielten Erfolge sind wissenschaftlich belegt: Als einziger Anbieter in Deutschland hat das T1 eine umfangreiche Studie zum Thema „Betriebliche Gesundheitsförderung“ unter praxisnahen Bedingungen mit regionalen Firmen durchgeführt.

Die Angebote im Siegen-Geisweider Gesundheitszentrum beinhalten auch die Präventionskurse der Krankenkassen. „Wir hoffen, dass das neue Präventionsgesetz qualitätsgeprüfte Maßnahmen im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung als dauerhafte Unterstützung durch die Krankenkassen möglich macht. Die Effektivität und die Nachhaltigkeit könnte so erheblich gesteigert werden“, erzählt Uwe Steingraber von seinen Wünschen für die Zukunft.

Natürlich seien Unternehmen schon jetzt daran interessiert, dass gesunde Mitarbeiter auch gesund bleiben. „Aber vorrangig geht es ihnen um die, die schon Beschwerden haben. Nämlich um den Herrn Meier, der in diesem Jahr schon sechs Wochen zu Hause bleiben musste wegen seines Rückens.“ Meistens übernehmen die Firmen 50 Prozent bis zwei Drittel der Kosten für ihre Mitarbeiter. Der demografische Wandel fordert überlegtes Handeln von den Unternehmen: Ziel ist es, Fachkräfte zu finden und möglichst lange zu halten. „Die Unternehmen müssen sich fragen: Fühlen sich die Mitarbeiter wohl? Gerade für das Siegerland ist es wichtig, eine Willkommenskultur zu schaffen, die qualifizierte Fachkräfte langfristig an die Region bindet“, ist sich Steingraber sicher. cri