

Betreff: Sportfachliche Begründung für die Einrichtung eines Kraftraums zur Sicherung der leistungssportlichen Zukunft des SV Fortuna ´50 Neubrandenburg e.V.

1. Einleitung und Ausgangslage

Der SV Fortuna ´50 Neubrandenburg e.V. versteht sich als leistungssportorientierter Handballverein, der ambitionierte Athletinnen und Athleten fördert und ihnen eine sportliche Heimat auf hohem Niveau bietet. Unser erklärtes Ziel ist es, den Handballsport in der Region nachhaltig zu stärken und unseren Spielerinnen und Spielern optimale Bedingungen für ihre Entwicklung zu bieten.

Aktuell sehen wir uns jedoch mit einer erheblichen infrastrukturellen Herausforderung konfrontiert, die unsere sportlichen Ziele und die Gesundheit unserer Spielerinnen und Spielern direkt beeinträchtigt: **Die fehlende Möglichkeit für ein angeleitetes, sportstättennahes Krafttraining.**

Um die für den modernen Handball unverzichtbare athletische Ausbildung zu gewährleisten, sind unsere Mannschaften derzeit gezwungen, ein externes Fitnessstudio am anderen Ende der Stadt aufzusuchen. Diese Situation führt zu erheblichen Problemen:

- Verlust wertvoller Trainingszeit: Die An- und Abreise verkürzt die effektive Trainingsdauer erheblich. Aus einer geplanten 90-minütigen Einheit werden schnell 150 Minuten Gesamtzeit, was die Belastung für Berufstätige, Schüler und Studenten erhöht bzw. im Schulalltag nicht darstellbar ist und eher zu einer netto Trainingszeit von ca. 60 Minuten führt.
- Hohe finanzielle Belastung: Dem Verein entstehen monatliche Fahrkosten (für ÖPNV oder Kraftstoff) sowie Kosten für die Kooperationen mit Fitnessstudio, um insbesondere für junge Athletinnen und Athleten die Mitgliedschaften zu kompensieren.
- Fehlende Sport-Spezifität: Kommerzielle Fitnessstudios sind nicht auf die Bedürfnisse von Mannschaftssportlerinnen ausgerichtet. Es mangelt an spezifischen Geräten (z.B. für Wurfbewegungen, Sprungkraft) und der notwendigen Fläche für gruppenbasierte Athletikübungen.
- Geringere Trainingsqualität und -kontrolle: Unsere Trainer können das Krafttraining nicht direkt überwachen, Techniken korrigieren oder in den Gesamttrainingsplan integrieren. Die Gefahr von Fehlbelastungen und ineffizientem Training steigt.

2. Sportfachliche Begründung: Die Bedeutung des Krafttrainings im modernen Handball

Handball hat sich zu einem extrem schnellen, körperbetonten und athletisch anspruchsvollen Sport entwickelt. Ein gezieltes Krafttraining ist keine optionale Zusatzmaßnahme mehr, sondern eine sportmedizinische und leistungssportliche Notwendigkeit.

Ein vereinseigener Kraftraum würde direkt in die folgenden zentralen Leistungsfaktoren eingreifen:

- Verletzungsprophylaxe: Gezieltes Training der Rumpfstabilität (Core), der Schultermuskulatur (Rotatorenmanschette) und der Kniegelenke ist der beste Schutz vor typischen Handballverletzungen. Dies sichert die Spielpraxis unserer wichtigsten Akteure
- Leistungssteigerung: Schnellkraft und Explosivität: Für schnelle Antritte, Sprints und hohe Sprünge im Angriff und in der Abwehr.
- Wurfkraft: Erhöhung der Schussgeschwindigkeit, was Torhüterinnen weniger Reaktionszeit lässt.
- Körperliche Robustheit: Ermöglicht das Standhalten von Körpereinsatz in Abwehr und Angriff.
- Rehabilitation: Ein direkt verfügbarer Kraftraum ist essentiell für die gezielte Wiederherstellung der Belastbarkeit nach Verletzungen unter Anleitung unserer Physiotherapeuten.
- Ganzjähriges Training: Ermöglicht einen systematischen Aufbau in der Vorbereitungsphase und den Erhalt der Kraftfähigkeiten in der Wettkampfphase.

3. Konkreter Nutzen eines vereinseigenen Kraftraums

Die Schaffung eines Kraftraums in unmittelbarer Nähe zu unseren Trainingshallen würde einen Quantensprung in unserer Vereinsentwicklung bedeuten:

1. Zeit- und Kostenersparnis: Wegfall der Fahrten und Doppelmitgliedschaften. Die Trainingszeit wird effizient genutzt.
2. Integriertes Training: Der Kraftraum kann direkt im Anschluss an das Technik - oder Taktiktraining genutzt werden. Trainer können reibungslos zwischen Einheiten wechseln und ganzheitliche Trainingseinheiten gestalten.
3. Attraktivitätssteigerung & Nachwuchsförderung: Ein moderner Kraftraum ist ein starkes Argument für talentierte Jugendspielerinnen und potenzielle Neuzugänge. Er signalisiert Seriosität und fördert die Identifikation mit dem Verein.
4. Gesundheitsmanagement: Gezielte Präventionsprogramme können für alle Mannschaften standardisiert und überwacht werden.
5. Teambuilding: Gemeinsames Athletiktraining stärkt den Zusammenhalt über die einzelnen Mannschaften hinweg.

4. Übergeordneter Nutzen: Standortsicherung für einen DHB-Bundesstützpunkt

Die Einrichtung eines leistungsorientierten Kraftraums wäre nicht nur ein Gewinn für unseren Verein, sondern ein entscheidender infrastruktureller Baustein für die gesamte Handball-Region.

Aktuell werden Bundesstützpunkte des Deutschen Handballbundes (DHB) nur an Standorte vergeben, die über herausragende und zentral gebündelte Trainingsmöglichkeiten verfügen. Dazu zählt zwingend eine moderne Athletik- und Krafttrainingsfläche, die direkt an die Hallen angebunden und für die talentiertesten Jugendspielerinnen der Region leicht erreichbar ist.

Ein vereinseigener Kraftraum in unmittelbarer Nähe zu unseren Trainingshallen würde:

- Die Bewerbung als offizieller DHB-Bundesstützpunkt massiv unterstützen und überhaupt erst ermöglichen.
- Den Zusammenschluss der regionalen Talente an einem optimal ausgestatteten Trainingszentrum fördern.
- Die Attraktivität unserer Sportstätte für überregionale Auswahllehrgänge, Sichtungen und Veranstaltungen enorm steigern.
- Die Vernetzung unseres Vereins mit dem Spitzensport intensivieren und unsere Rolle als Leuchtturm des Handballs in der Region unterstreichen.

Die Investition in einen Kraftraum ist somit auch eine Investition in die Förderung des Handball-Spitzensports in Neubrandenburg. Sie sichert die Zukunft der talentiertesten Jugendspielerinnen vor Ort und verhindert, dass diese für eine adäquate athletische Ausbildung abwandern müssen.

5. Räumliche Situation und geplante Lösung

Aufgrund der beengten Räumlichkeiten in der Webasto Arena und der fehlenden Flächen für einen festinstallierten Kraftraum planen wir die Errichtung eines modularen Anbaus direkt an die bestehende Halle. Diese Lösung nutzt modernste modulare Bauweise, die eine schnelle, flexible und kosteneffiziente Realisierung ermöglicht, ohne die bestehende Infrastruktur zu beeinträchtigen. Der Anbau wird südlich der Haupttribüne positioniert, wo aktuell ungenutzte Flächen vorhanden sind.

Der Kraftraum wird als eigenständiger Modulbau mit einer Größe von ca. 60–80 m² errichtet, basierend auf Systemen von spezialisierten Anbietern wie Eventcontainer /Messestand24 GmbH & Co.KG. Diese ermöglichen eine individuelle Anpassung an die räumlichen Gegebenheiten und sportfachliche Anforderungen.

Der Zugang zum Kraftraum erfolgt über einen verbindenden Durchgang zur Hauptarena, sodass Athletinnen Trainingseinheiten nahtlos zwischen Halle und Kraftraum wechseln können. Die modulare Lösung erfüllt die Anforderungen für die Anerkennung als DHB-Bundesstützpunkt, da sie professionelle Bedingungen für athletisches Training bietet und zentral gelegen ist.

6. Zusammenfassung und Appell

Die Einrichtung eines vereinseigenen Kraftraums ist für einen leistungsorientierten Handballverein wie den unseren keine Luxusmaßnahme, sondern eine Investition in die Zukunft, die Gesundheit und die Erfolge unserer Athletinnen. Sie löst ein akutes infrastrukturelles Problem, spart langfristig Kosten, steigert die Leistungsfähigkeit und macht unseren Verein nachhaltig wettbewerbsfähig.

Wir sind bereit, diesen Kraftraum durch Eigenmittel (Kraftgeräte etc.) und ehrenamtliche Arbeit (z.B. beim Umbau) mitzutragen. Für die Anschaffung des modularen Anbaus sind wir jedoch auf finanzielle Unterstützung angewiesen.

Wir bitten Sie daher, unser Projekt zu unterstützen und uns bei der Realisierung dieses zentralen Bausteins unserer sportlichen Zukunft zur Seite zu stehen.

SV Fortuna ´50 Neubrandenburg e.V.