

Ilka & Ralf, Nachwuchstrainer/-in  
Postschwimmverein Leipzig e.V.

SSBL  
Stadtsportbund  
Leipzig



**EHRENAMT** im Sportverein bedeutet

**Teamarbeit**

Der Stadtsportbund Leipzig e.V. unterstützt das Ehrenamt im Sport.  
Mehr Informationen unter: [www.ssb-leipzig.de](http://www.ssb-leipzig.de)

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch  
Steuermittel auf der Grundlage des vom  
Sächsischen Landtag beschlossenen Haushalts.

## ÜBER ILKA UND RALF

Jahrgang: 1976 (Ilka) 1970 (Ralf)  
Berufe: Physiotherapeutin und  
Handwerker

Postschwimmverein Leipzig e.V.  
Nachwuchs-Trainer\*innen  
zeitl. Aufwand: 4 h pro Woche

Der Postschwimmverein Leipzig  
e.V. ist ein Einspartenverein mit  
circa 500 Mitgliedern und über 60  
Trainer\*innen in Leipzig.

Schwimmenlernen, Freizeit- und  
Breitensport sind ebenso wie  
Nachwuchs- und Leistungssport  
Inhalte der Vereinsarbeit.

<https://postsvleipzig.de/>



## Wie seid ihr zum Schwimmen und zu euerem Ehrenamt gekommen?

Wir sind beide schon im Vorschulalter im Verein geschwommen. Ilka hat über einen kleinen Abstecher zum Triathlon zurück zum Schwimmen und zum Postsportverein gefunden.

Unsere Trainerrollen haben wir unabhängig voneinander durch das Vorschulschwimmen der eigenen Kinder erlangt. Ilka hat als erste am Beckenrand und in Trainingslagern geholfen und mitgemacht. Als Ralf gesehen hat, wie Ilka das Training leitet, wollte er nicht nur zusehen, sondern gern unterstützen. Seitdem sind wir als Trainergespann aktiv.

## Warum engagiert ihr euch im Sportverein? Was bedeutet euch das?

Man merkt im Training mit den Kindern relativ schnell, dass man auf einer ganz anderen Ebene unterwegs ist als im Alltag. Kinder sind grundsätzlich ehrlich. Diese Eigenschaft begegnet einem im Alltag bzw. in unserer heutigen Gesellschaft nicht immer. Da kann ich in der Schwimmhalle immer sofort abschalten, das ist sehr schön. Die Schwimmhalle ist da wie eine völlig andere Welt.

Wir stellen immer wieder fest, dass wir mit unserer Arbeit den Sport und das Schwimmen zu einem wichtigen Teil im Leben der Kinder machen. Dies zieht sich bis ins Erwachsenenalter. Da gibt es ehemalige Sportler\*innen, die nehmen sich extra eine Woche Urlaub, um mit ins Trainingslager zu fahren- weil es eben eine tolle Gemeinschaft ist. Da kann man stolz drauf sein. Die Wertschätzung, die einem entgegengebracht wird, ist toll. Ob das bei Wettkämpfen, Trainingslagern oder Feriencamps ist, die Unterstützung seitens der Trainer\*innen, der jungen Sportler\*innen oder auch der Erwachsenen ist enorm hoch. Das bedeutet schon was, da ist man für die Unterstützung sehr dankbar und auch stolz darauf.

## Die Zeit und das Engagement, welches man im Ehrenamt einbringt, sind unbezahlbar.

## Welche Art der Anerkennung bzw. Honorierung würdet ihr euch wünschen?

Wir beide sind selbstständig tätig. Daher haben wir das Glück, uns unsere Zeit größtenteils frei einteilen zu können. Für andere Trainer/ÜL in einem Angestelltenverhältnis ist es teils sehr schwer, sich die Zeit für Wettkämpfe und Trainingslager nehmen zu können. Hier müsste ehrenamtliche Arbeit mehr anerkannt werden, auch von Seiten des Arbeitgebers. Schlussendlich muss es aber „von oben“ (politisch) gewollt sein.

# DANKE ILKA & RALF