

4. Fachtagung des LSB – Berlin



Abb.: 4. Fachtagung (Bild Jürgen Hornung)

Am 10.10.2026 fand auf dem Gelände der Humboldt Universität die 4. Fachtagung „Sport für die Seele“ in der Zeit von 09:30 Uhr – 15:30 Uhr statt.

Was macht nun diese Fachtagung für mein Buch so interessant? Es ging um die Gesundheit und wie der Sport für die menschliche Seele helfen kann. Es betraf ein Stückweit die Arbeit als Trainer und wie wir unsere Teilnehmer der Kurse in ihrem Leben unterstützen können. Aber auch eine gewisse Selbsterkenntnis lag mit in den Vortragsbeiträgen. Der Umgang mit seinem eigenen „ich“ aber auch mit unseren Schülern.

Vom TKCB waren anwesend:

- Sophia Bock (Kinderschutzbeauftragte und Sportwart des TKCB)
- Sabrina Schulze (Trainerin Schmöckwitz)
- Michael Bock (Cheftrainer TKCB)



Abb.: links: Die Teilnehmer des TKCB; rechts: 1. Podiumsdiskussion der 4. FT des LSB Berlin (Bilder Michael Bock)

Mit einer Podiumsdiskussion und geladenen Gästen wie Dr. med. C. P. Klapproth (Psychometrie und Health Outcomes Research – Medizinische Klinik mit Schwerpunkt Psychosomatik der Charite) und Judit Kleinschmidt (Bereichsleitung Sport-/ Bewegungstherapie, Abt. Psychosomatik – Reha-Zentrum Seehof DRV Bund) startete die spannende Fachtagung.

Nach einer kurzen Pause wurde mit einer moderierten Expertentalkrunde weiter diskutiert. Hierbei waren die Gäste:

- Dr. med. Christoph Paul Klapproth
- Dr. Lea Gutz (Vizepräsidentin der Psychotherapeutenkammer Berlin)
- Judit Kleinschmidt
- Angelika Matern-Grutzeck und Helga Faölke von TSG Steglitz 78 e.V. (Trainer/ Übungsleiter und Teilnehmer einer Herzsportgruppe)

Moderiert wurde die Podiumsdiskussion durch Anke Nöcker (Leiterin Bereich Sport des LSB)

Nach der Talk-Runde gab es eine Mittagspause und darauf folgte eine Fachtagung in verschiedenen Bereichen. Wir als TKCB-Trainer nahmen am 2,5 h Unterricht bzw. Vortrag „Rehasport für die Seele – Was hilft, was hindert, was braucht es in der Praxis. Durch den Unterricht führte Frau Dr. Petra Lange-Braun (FA für Kardiologie).



Abb.: Vortrag Frau Dr. Petra Lange-Braun (Bild Michael Bock)

Hier ging es um das Verstehen von Stress – Stresssituationen → Gefühl und Sicherheit → Gefahr. Das Zusammenspiel von Sympathikus und Parasympathikus als autonomes Nervensystem. Der Vortrag war spannend mit praktischen Übungen und Frage-/Antwortspielen untermauert. Die Zeit verging daher wie im Fluge.



Abb.: Ein Erinnerungsfoto v.l.n.r.: Sabrina Schulze, Sophia Bock, Autor, Marion und Jürgen Hornung (Foto: Jürgen Hornung)

Worüber ich mich als Sahnehäubchen an diesem Samstag noch zusätzlich gefreut hatte, war, dass ich nach vielen Jahren Marion Hornung (6. Dan Gojo-Ryu) und ihren Mann Jürgen Hornung (10. Dan Gojo-Ryu) wieder getroffen habe. Nach vielen Jahren hatten wir uns viel zu erzählen, das kann man sich sicher denken. Wir tauschten Telefonnummern aus und haben weitere Treffen geplant.

Michael Bock

Cheftrainer des TKCB

Dojo – Leiter TKCB Karate Müggelheim und Schmöckwitz