

# Tina Deeken bricht reihenweise Rekorde

Die **SPORTLERIN DES VFL EINTRACHT HANNOVER** ist deutsche Meisterin im Para-Triathlon

„Ich mag einfach Bewegung“, sagt Tina Deeken. Mit Ausdauer, Enthusiasmus und Disziplin hat sich die 48-Jährige an die Spitze des Para-Sports gekämpft. Die Ausnahmesportlerin ist 19-fache Weltmeisterin im Para-Eissschwimmen und amtierende deutsche Meisterin im Para-Triathlon. Und sie fährt weiterhin reihenweise Rekorde ein – für den VfL Eintracht Hannover in der Südstadt.

„Als junges Mädchen war ich tennisverrückt“, erzählt Deeken, die im Oldenburger Münsterland aufwuchs und heute in der List lebt. Doch im Alter von 14 Jahren musste sie diesen Sport aufgeben. Bei einer Operation an der Hüfte wurde ein Nerv geschädigt. In der Folge blieben ihr linkes Bein und in Teilen der linke Arm gelähmt.

Um sich zu mobilisieren, ging sie schwimmen. Dass sie rund 40 Jahre später durch das halbe Ijsselmeer und quer durch den Oslo-Fjord in Norwegen schwimmen würde, hätte sie damals nicht gedacht. Trainiert hat Deeken immer nur mit Sportlern ohne Handicap. „Leider habe ich andere Para-Sportler erst später kennengelernt“, bedauert sie. „Von deren Erfahrungen hätte ich als Jugendliche sehr profitieren können.“ Deshalb ist es ihr heute ein Anliegen, Kinder und Jugendliche mit Behinderung zum Sport zu ermutigen.

Vor ihrer Arbeit als Förder-schullehrerin schwimmt die 48-Jährige täglich ihre Runden. Spätestens um 6.30 Uhr ist sie im Wasser. „Bei Wettbewerben muss mich immer jemand ins Wasser bringen, denn das Schwimmen mit Orthese ist dann verboten“, erklärt Deeken. Wie kräftezehrend das Eis-schwimmen ohne Neoprenanzug ist – so geschehen im Januar bei der WM in Italien in 1,9 Grad kaltem Wasser – das spürt sie meist erst nach dem Schwimmen.

## DER TRANSPORT: EINE LOGISTISCHE HERAUSFORDERUNG

Privat ist Deeken in Hannover viel mit dem Fahrrad unterwegs. „Ich trete mit rechts, der linke Fuß ist in einer Art Käfig auf der Pedale“, schildert sie. Die Radstrecken für den Triathlon legt sie im Handbike zurück. Die Laufstrecken absolviert sie in einem Rennrollstuhl. Der Hannover Marathon ist jedes Jahr ein fester Termin in ihrem Kalender. Der Transport ihrer Gefährte stellt jedes Mal eine logistische Herausforderung dar. „Freunde von mir fahren meine Sportgeräte in ihrem Kombi zu Wettkämpfen, während ich mit dem Zug hinfahre“, sagt die Pädagogin.

Die größte Hürde im Para-Sport seien jedoch die Kosten, so

Deeken. „Das Equipment ist sehr teuer, weil jede Behinderung individuell ist“, sagt sie. Nach ihren ersten Triathlon-Teilnahmen war ihr klar, dass sie ein besseres Handbike brauchte. Der VfL Eintracht Hannover unterstützte sie beim Kauf eines geeigneten Modells. Das gab der Sportlerin den nötigen Push. Es folgten Wettkampf auf Wettkampf und Medaille auf Medaille. 2023 erhielt Deeken die niedersächsische Sportmedaille für ihre sportlichen Leistungen und wurde zu Niedersachsens Behindertensportlerin des Jahres gewählt. Das ist für sie Ansporn, die Besonderheiten und Möglichkeiten des Behindertensports regelmäßig in die Öffentlichkeit zu tragen. Denn der Weg zur Barrierefreiheit ist noch weit. Deeken kann ein Lied singen von Toiletten, die zu eng sind, um mit einem gelähmten Bein darin Platz zu finden.

Umso mehr freuen sie die positiven Entwicklungen und die tollen Begegnungen im Sport. Die 48-Jährige ist allgegenwärtig, so scheint es: Sie beteiligt sich an Triathlon-Staffeln mit nicht-behinderten Sportlern, wirkt bei Spendenläufen mit und motiviert Kinder beim Triathlon-Kids-Camp. Überall zeigt Deeken, was Menschen mit Behinderungen sportlich erreichen können – wenn sie eine Chance bekommen.



Im April im Ziel des Hannover Marathons: Tina Deeken vom VfL Eintracht Hannover bricht im Para-Triathlon und im Para-Eissschwimmen alle Rekorde. Foto: Debbie Jayne Kinsey

## Die Krone des Reitsports in Twenge

Das große internationale Vielseitigkeitsturnier verspricht atemberaubende Momente

**TWENGE.** Spitzensport ist an drei Tagen, vom 12. bis 14. September, in Langenhagen auf dem Hof Münkel, Twenge 1, zu erleben. Das große internationale Vielseitigkeitsturnier steht für „die Krone des Reitsports“, denn es müssen Aufgaben auf dem Dressur-Viereck, im Spring-Parcours und im Gelände-Parcours gemeistert werden.

„Auch in diesem Jahr gibt es wieder einen großen Zuspruch, so dass wir uns auf einen spannenden Wettkampf und hohes sportliches Niveau freuen können“, unterstreicht Marc Dennis Münkel, Vorsitzender des ausrichtenden Vereins für Vielseitigkeitsreiterei. Mehr als 350 Starter, darunter Reiter aus elf Nationen, geben ihm Recht. Darunter sind bekannte Vielseitigkeitsstars, die sich durch die Teilnahme an Welt- und Europameisterschaften oder bei Olympischen Spielen einen Namen gemacht haben.

So haben beispielsweise Ingrid Klimke und Julia Krajewski ihre Teilnahme in Twenge angekündigt. Beide haben mit den jeweiligen Mannschaften bereits olympisches Gold errungen. Ingrid Klimke schon zwei Mal, 2008 in Peking und 2012 in London, zudem Silber in Rio de Janeiro im Jahr 2016. Julia Krajewski ist ebenfalls in Twenge am Start, Silber-Teamkollegin von Ingrid Klimke in Rio de Janeiro. Ihre größten Einzel-Erfolge waren Gold bei den Olympischen Spielen in Tokio im Jahr 2020 und Sil-

ber bei der Weltmeisterschaft im Jahr 2022 in Pratoni del Vivaro (Rom, Italien), wo sie zudem Mannschafts-Gold errungen hat.

Das Leistungsniveau, das in Twenge zu sehen sein wird, lässt sich auch in der deutschen Rangliste ablesen: Neun der ersten Zwanzig sind am Start, darunter

Arne Bergendahl und Christoph Wahler. Mittendrin, statt nur dabei, sind Zuschauer, insbesondere auf der Geländestrecke, denn man darf quasi direkt an den gewaltigen Hindernissen erleben, wie Reiter und Pferd den Absprung passend machen. Schon beim Herannahen des nächsten Paares traut man kaum seinen

Augen, denn die Geschwindigkeit beträgt 550 Meter pro Minute und sorgt für großen Respekt. Man hört das Atmen von Pferd und Reiter, man spürt die Dynamik und die Perfektion in der Ausführung.

Das Internationale Vielseitigkeitsturnier in Langenhagen-Twenge, das in der 40. Auflage

stattfindet, bietet Concours Complet International, kurz CCI, also vom Weltverband FEI definierte Bewertungen für Prüfungen in der Disziplin Vielseitigkeitsreiten.

Ausgetragen werden CCI1\*-S Intro, CCI2\*-S und CCI3\*-S, zudem das Deutsche Amateur-Championat und die Deutschen Amateur-Meisterschaften sowie die Landesmeisterschaften aller Altersklassen. Einiges läuft parallel, ein genauer Blick auf die Startzeiten auf der Internetseite [VfV-Langenhagen.de](http://VfV-Langenhagen.de) lohnt sich. Die CCI 3\*-S Teilprüfung Geländereit hat eine Streckenlänge von ca. 3.500 Meter mit bis zu 32 Hindernissen, darunter auch Kombinationen im Wasser. Die Springprüfung mit 14 Hindernissen und einer Streckenlänge von 600 Meter, immer der Abschluss nach Dressur und Gelände, sorgt für Wettkampfspannung pur. Fällt noch eine Stange oder können die Favoriten aus der Dressur- und Gelände-Wertung ihr Position halten? Ein Bruchteil einer Sekunde entscheidet über die Platzierung.

Der Eintritt ist frei. Ein kulinarisches Arrangement am Springplatz lädt zum Verweilen ein. Den Anweisungen zur Turniersicherheit vor Ort ist Folge zu leisten. Für Hunde gilt strikte Leinenpflicht. Ein ehrenamtliches Team aus dem Verein für Vielseitigkeitsreiterei sorgt für einen reibungslosen Ablauf in einem landschaftlich grandiosen Ambiente. **GG**



Stars des Spitzensports auf der Geländestrecke in Twenge: Julia Krajewski auf Ero de Cantraie. Foto: Katharina Walkemeyer, Moimmoindesign, VfV

## Das elektrisiert: E-Days in Hannover

Am 13. und 14. September: Mobilitätsmesse bei der Madsack Mediengruppe in Bemerode

**HANNOVER.** Die Alte Druckerei wird wieder zum modernen Showroom: Bei den E-Days von HAZ und NP auf dem Gelände der Madsack Mediengruppe gibt es am 13. und 14. September wieder Elektromobilität zum Anfassen und Ausprobieren. 17 Aussteller, darunter zwölf Autohäuser sowie vier Fahrradhändler, zeigen ihre beliebtesten und neuesten Modelle. Und ein Anbieter von Photovoltaikanlagen und Wallboxen bietet an seinem Stand Beratungen an. Fernab aller Ökobilanz- und Reichweiten-

Diskussionen: Es lohnt sich auf jeden Fall, die Gokart-ähnliche Beschleunigung, das überraschend üppige Raumangebot und zum Teil futuristische Interieur der E-Autos einmal auszuprobieren.

Die Besucherinnen und Besucher dürfen kostenlos Probefahren: Ob Volvo EX40, Tesla Model Y, Kia EV9, Toyota Yaris Cross, Renault Scenic, Mercedes eVito Tourer, Smart Brabus, Peugeot E 3008, Opel Corsa Electric, Skoda Elroq, VW ID Buzz, Cupra Tavascan, Abarth 600e, Mazda 6e,

Jeep Avenger e oder ein chinesisches Modell der Marke XPeng – es sollte für jeden Geschmack etwas dabei sein.

Für den etwas anderen, ganz besonders luftigen und kompakten Fahrspaß stehen auch noch – wenn das Wetter mitspielt – der Fiat Topolino e und der Microlino Spiaggina bereit. Die kleinen Flitzer verzichten zum Teil auf Fenster, Türen oder Dach und verbinden moderne Elektromobilität mit spannender Retro-Ästhetik. Der Fiat ist dabei als vierrädriges Leichtkraftfahr-

zeug sogar schon von Jugendlichen ab 15 Jahren fahrbar.

Wetterunabhängig ist in der Alten Druckerei eine Teststrecke für die E-Bikes und -Roller abgesteckt. Vier große Zweiradhändler aus der Region werden viele Modelle bereitstellen. Und für die Zeit zwischen den Testfahrten und Beratungsgesprächen gibt es diverse Foodtrucks und ein Café.

Kommen Sie zu den E-Days von HAZ und NP – am Sonnabend, 13. September, und Sonntag, 14. September, jeweils

von 10 bis 18 Uhr. Der Eintritt ist kostenlos. Im vergangenen Jahr wollten an den zwei Messtagen fast 20.000 Besucherinnen und Besucher die Elektromobilität erleben. Das Gelände der Madsack Mediengruppe ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln bequem zu erreichen – die Stadtbahnlinie 6 hält direkt vor der Haustür (Haltestelle August-Madsack-Straße). Über die Bemeroder Straße können Besucher auch mit dem Auto zum Verlagshaus gelangen, die Parkplätze sind allerdings begrenzt.

**KLEIN** Badausstellung  
Ausstellung und Verkauf auf **150 m<sup>2</sup>**

- Badsanierungen – Sanitär – Fliesen – 3D-Badplanung
- Duschwand nach Maß – Lackspanndecke
- Wandplatten für fugelosen Badumbau oder Teilsanierung

**Förder- und zuschussfähig:**

- Magic-Wannentüren / nachgerüstete Wannentür
- Höhenverstellbare WC – Anlagen für körperlich eingeschränkte Menschen

Walsroder Straße 260 • 30855 Langenhagen  
Fon 0511-77 63 73  
info@klein-badkonzepte.de  
www.klein-badkonzepte.de

**BIRKENSTOCK**  
**STOCK-SCHUHE**  
GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover

Machen Sie einen lebensverändernden Unterschied für Lakota-Kinder!

Fordern Sie heute Ihr GRATIS-Magazin an!

Rufen Sie 069 / 8383 8742 an oder besuchen Sie [stjosefs.de/nachlass](http://stjosefs.de/nachlass)

**Wir suchen Verkäufer (m/w/d)**

**Heimann**  
Fleischerei • Partyservice

**Wir suchen Verstärkung!**

Oesselse • Weidenstraße 6 • Tel.: 0 51 02 / 32 24  
fleischerei-heimann@t-online.de  
Di., Do., Fr.: 8 - 12.30 Uhr u. 15 - 18 Uhr • Mi.: 8 - 12.30 Uhr • Samstag: 7 - 12 Uhr

**EDELSTEINTAGE**  
13. & 14. Sept.  
Sa. 11-18 So. 11-17

Hannover Congress Centrum

3236001\_002624