

Rhythmische Sportgymnastik



Die Rhythmische Sportgymnastik ist eine der beiden Schwerpunktsportarten am Olympiastützpunkt Westfalen / Bochum.

Faszination Rhythmische Sportgymnastik

Die harmonische und ästhetische Sportart wird durch die Körperlemente - Sprünge - Stände (Gleichgewichtselement) - Pirouetten - Beweglichkeitselemente, Körperwellen geprägt. Diese körpertechnischen Schwierigkeiten, koordiniert mit der Handhabung des jeweiligen Gerätes (Seil, Reifen, Ball, Keulen oder Band) bestimmen den Schwierigkeitsgrad eines Elementes und somit der ganzen Übung. Bei Gruppenübungen kommt natürlich auch die gute Zusammenarbeit und Harmonie der gesamten Gruppe (fünf Gymnastinnen) hinzu.

[Wochenplan einer Sportgymnastik](#)

Erfolgshistorie

Die erfolgreichsten Gymnastinnen des Deutschen Turnerbundes werden seit vielen Jahren am Olympiastützpunkt durch die Bundestrainerin Livia Medilanski auf ihre internationalen Auftritte vorbereitet. Auch so erfolgreiche Sportlerinnen wie Carmen Riescher (mehrfache Weltmeisterin), Regina Weber (Bronzemedaille Olympische Spiele / Los Angeles), Diana Schmiemann, Marion Rothhaar (Teilnahme Olympische Spiele / Seoul) und Edita Schaufler (mehrfache Deutsche Meisterin, Europa-Meisterschaft Bronze, Teilnahme Olympische Spiele 2000 in Sydney) wurden in Bochum-Wattenscheid ausgebildet.



Die Sportlerinnen

Gegenwärtig trainieren 70 Prozent des gesamten deutschen A/B-Kaders - darunter auch die potentiellen Olympiakandidatinnen - und 100 Prozent des A/B-Gruppenkaders - somit auch die Nationalmannschaft Gruppe - am Olympiastützpunkt Westfalen / Bochum. Die Wattenscheider Einzelgymnastinnen bilden die nationale Spitze und gehören auch bei internationalen Wettkämpfen zum engeren Favoritenkreis. Damit liegt die Verantwortung für die Erfüllung der Zielstellungen des Deutschen Turnerbundes (bis zu den Olympischen Spielen 2008 in Peking) eindeutig beim Team des Olympiastützpunktes Westfalen / Bochum.

Interviews mit den Gymnastinnen der Nationalmannschaft Gruppe:

- [Doreen Gepert](#)
- Samantha Kazmierczak
- Olga Lukjanow
- [Anja Naujoks](#)
- [Lena Nowichkova](#)

und der Nachwuchsathletin Einzel:

- [Maria Motorin](#)