

Interview mit Dr. Barbara Oettinger

■ Interview

■ Was bedeutet Sport Ihrem Leben?

Sport ist ein wichtiger Begleiter meines ganzen Lebens. Bei der Fußball-Weltmeisterschaft 1974 konnte ich die Nationalspieler genauso schnell herunterrasseln wie mein älterer Bruder. Ich betrieb Sportarten von Leichtathletik, Schwimmen, Golf und Tischtennis bis zu alpinem Skifahren mit Spaß und erfolgreich. Meine Liebe für funktionelle Gymnastik und Aikido prägt mich seit mehr als eineinhalb Jahrzehnten, und Aikido wirkt als ganzheitliche japanische Kampfkunst ohne Wettkämpfe mit harmonischen Bewegungen auch im Alltag nach. Seit dem Medizinstudium begeistert mich Sport noch mehr, da ich die Theorie seiner präventiven Komponente kenne. Meinen beruflichen Schwerpunkt habe ich auf die Gesundheitsförderung gelegt, indem ich ein Gesundheitsamt leite und Sportmedizinerin bin. Ergänzend engagiere ich mich ehrenamtlich im Sport, betätige mich als Referentin und habe gemeinsam mit meinem Mann ein Gymnastikbuch verfasst.

■ Warum engagieren Sie sich für Frauen im Sport?

Unsere Bevölkerung ist zur Hälfte männlich und weiblich. Alle profitieren in gleicher Weise von Sport als Bewegungsangebot, das die Gesundheit fördert und hilft, gesund älter zu werden. Die Interessen der Frauen im Sport zu vertreten heißt für mich, sie darin zu unterstützen, immer mehr an den Angeboten des baden-württembergischen Sports teilzuhaben. Und natürlich würde ich gerne in den Gremien des Sports noch mehr Frauen sitzen sehen. Die Zahlen verbessern sich stetig, aber noch besteht ein deutlicher Informations- und Motivationsbedarf.

■ Haben Sie selbst noch Zeit, Sport zu treiben?

Mir ist wichtig, regelmäßig sportlich aktiv zu sein. Denn nur dies dient der Prävention nachhaltig. Als Gesundheitsamtsleiterin und Funktionärin auf höherer Ebene lebe ich so Sporttreiben als wichtigen Lebensinhalt vor. Ich sitze oft im Wechsel mit der ganzen Familie auf dem Ergometer, mache fast täglich Gymnastik, unterrichte regelmäßig als Aikido-Übungsleiterin, besitze seit dem letzten Jahr den 4. Dan (Meistergrad) im Aikido und lege jährlich die Sportabzeichen-Prüfung ab. Manchmal streue ich auch eine Pausengymnastik in Sitzungen ein. Aber



Dr. Barbara Oettinger, Präsidentin des Deutschen Aikido-Bundes, Mitglied/Frauenvertreterin des Präsidiums des LSV und des WLSB, Vorsitzende des Frauenbeirats des WLSB und der Präsidialkommission „Frau im Sport“ des LSV, Vorsitzende der baden-württembergischen Landes-Arbeitsgemeinschaft SPORT PRO GESUNDHEIT.



natürlich würde ich gerne noch mehr Sport treiben.

■ **Wie vereinbaren Sie Beruf, Familie, ehrenamtliches Engagement?**

Im Aikido ist ein Ziel die Einheit von Körper und Geist. Ich strebe daneben die Einheit aller Lebensfelder an. Ein Bindeglied für Familie, Beruf und Ehrenamt ist dabei der Sport. So trainieren mein Mann und ich gemeinsam Aikido, und unsere beiden Kinder spielen im Sandkasten neben dem Dojo (Übungsraum) oder sind bei Bundesversammlungen der „Frauen im Sport“ dabei. Mein Mann und meine Eltern (meine Mutter promovierte vor wenigen Jahren über ein Frauenthema) stellen eine wichtige logistische, physische und psychische Unterstützung dar, hinzu kommen eine optimierte Zeitplanung, die Nutzung moderner Medien und im Beruf wie im Ehrenamt jeweils engagierte Teams.