

# Geselligkeit, Humor und viel Bewegung

**RÜCKSCHLAGSPIEL** In der Wesermarsch wird in drei Vereinen Prellball gespielt

VON HERGEN HADELER

**BERNE/RODENKIRCHEN/JADERBERG** – Kurt Neubauer hat ein großes Ziel. Wenn der Turnkreis Wesermarsch in diesem Jahr sein 70-jähriges Bestehen feiert, will der Sportler vom AT Rodenkirchen während des Kreisturntages in Ovelgönne mit seinen Mitstreitern seine große Leidenschaft präsentieren: das Prellball-Spiel. „Hoffentlich macht uns die Corona-Pandemie keinen Strich durch die Rechnung“, sagt er.

## DREI VEREINE

Prellball wird in der Wesermarsch nur noch in drei Vereinen gespielt: beim TuS Jaderberg, beim STTV Berne und beim AT Rodenkirchen. Bundesweit ist die Sportart sehr beliebt. In mehreren Staffeln wird um Punkte gekämpft. Die höchste Spielklasse ist die Bundesliga. In der Nordgruppe treten acht Mannschaften gegeneinander an. Teams aus der Wesermarsch beteiligen sich schon lange nicht mehr an offiziellen Wettkämpfen. Die Übungsleiter Frank Piontek (Jaderberg), Kurt Neubauer (Rodenkirchen) und Rolf Demke-Morisse (Berne) sagen, dass ihre Gruppen Freizeitriegen seien, in denen der Humor und die Geselligkeit ein ganz wichtige Rolle spielen.

In den drei Gruppen spielen fast ausschließlich Senio-

## DIE GESCHICHTE

Prellball hat seine Wurzeln in den 20er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts. Die Turner empfanden damals die Wartezeiten zwischen den Wettkämpfen als schlichtweg zu lang. Die flachen Sitzbänke wurden daher flugs umgedreht und der Ball zur Auflockerung mit

## Die Trainingszeiten

Trainiert wird in Rodenkirchen (Großsporthalle) mittwochs von 20 bis 22 Uhr, in Jaderberg (kleine Halle) montags von 19 bis 21 Uhr und in Berne (Sporthalle) freitags ab 18.30 Uhr.

ren. „Bei uns sind einige schon über 70 Jahre alt. Es zählt der Zusammenhalt“, sagt Demke-Morisse. Es gibt fast keine Jugendlichen in den Gruppen. Piontek sagt, warum. „Die Jugend in Jaderberg findet in unserem Ort keine Arbeit und verlässt die Heimat. Der Sport leidet darunter.“ In Rodenkirchen warben die Prellballspieler wiederholt für ihren Sport – mit wenig Erfolg. Einige befürchten, dass Prellball in der Wesermarsch bald nicht mehr gespielt wird.

Aber die Zuversicht überwiegt. Die Übungsleiter freuen sich über jeden Zugang. Alle seien herzlich willkommen. Sie werben nimmermüde für ihre Sportart, die unter dem Dach des Deutschen Turnerbundes ausgeübt wird.

## GEMEINSCHAFT STÄRKEN

Um die Gemeinschaft zu stärken, unternehmen die Gruppen regelmäßig Rad- und Wandertouren oder – wie in Berne – Paddeltouren. „Unser nächstes Ziel ist eine Paddel-

der Faust und dem Unterarm drüber gespielt.

Seit 1945 gibt es für den Sport ein offizielles Regelwerk. Prellball war bis heute nie olympisch. Seit 1964 werden offizielle Deutsche Meisterschaften im Prellball angeboten.

# Mit Kraft und Köpfchen

**VEREINE** So trainieren die drei Prellball-Gruppen

VON HERGEN HADELER

**BERNE/JADERBERG/RODENKIRCHEN** – An erster Stelle steht an den Übungsabenden der Prellball-Gruppen aus der Wesermarsch die Gymnastik. Erst danach wird beim Stedinger Turnverein Berne, beim AT Rodenkirchen und beim TuS Jaderberg Prellball gespielt.

## Spaß im Vordergrund

Das Regelwerk wird dabei nicht unbedingt strikt eingehalten. Der Spaß steht im Vordergrund. Kurt Neubauer vom AT Rodenkirchen stellt jedoch klar: „Ganz ohne Regeln geht es nun mal nicht. Viel hängt

auch davon ab, wie viele Teilnehmer dabei sind.“ Ist die Zahl der Spieler groß genug, wird auch schon mal zur gleichen Zeit auf zwei Feldern gespielt.

## Prellball-Trainer

Neubauer hat sich in der Landesturnschule Melle zum Prellball-Trainer ausbilden lassen: „Da waren Bundesligaspieler dabei. Die haben uns in der Praxis mächtig schwitzen lassen“, erzählt er.

Prellball könne schnell erlernt werden, wenn man regelmäßig trainiere, sagt er. „Man muss den Ball mit Kraft und Effet zu schlagen.“



Geschafft und glücklich: Prellball-Spieler aus der Wesermarsch nach einer Fortbildung im Jahr 2017

BILD: TUS JADERBERG

tour auf der Ruhr“, sagt Demke-Morisse. Die Jaderberger nehmen unter anderem am Dorfgemeinschaftsschießen teil. Im vorigen Jahr fiel all das wegen der Corona-Pandemie aus. „Hoffentlich haben alle nach Aufhebung des Lockdowns wieder Lust auf unseren Sport und igeln sich nicht zuhause ein“, sagt Neubauer, der auch Prellball-Beauftragter im Turnkreis Wesermarsch ist.

Bei Frauen hat sich Prellball in der Wesermarsch unterdessen nicht durchgesetzt. Die Riegen sind Männerunden. Neubauer: „Ich bin seit 1980

dabei. Eine Frau war noch nicht dabei.“

## KEINE TURNIERE

Bis zum Jahr 2015 hat der AT Rodenkirchen noch Prellball-Turniere angeboten. Neubauer: „Da nahmen sogar Teams aus Nordenham und Tossens teil. Doch dort gibt es unseren Sport nicht mehr. Zudem hagelte es immer mehr Absagen. Deshalb haben wir die Turniere schweren Herzens eingestellt.“

Geblieben ist der Kontakt

zur SG Spaden im Landkreis Cuxhaven: „Wenn alles passt, stimmen wir uns kurzfristig ab und spielen gegeneinander“, sagt Neubauer. Piontek hat Respekt vor der Spielweise

der Spadener: „Die schlagen regelkonform schon mit dem ersten Kontakt den Ball zurück. Das kennen wir hier gar nicht. Wir spielen die möglichen drei Kontakte stets aus.“

## DAS SIND DIE REGELN

### Im Eigenfeld prellen

**BERNE/RODENKIRCHEN/JADERBERG/HAD** – Das Spielfeld beim Prellball ist ein Rechteck. Es ist 16 Meter lang und acht Meter breit. Ein 40 Zentimeter hohes Netz trennt die beiden Spielfeldhälften.

Zu jeder Mannschaft gehören vier Spieler und zwei Auswechselspieler. Allerdings gibt es auch eine Prellball-Variante mit nur zwei Spielern auf jeder Seite. Eine Partie dauert zwei Mal zehn Minuten.

## Klare Regeln

Punkten können beide Mannschaften – unabhängig von der Angabe. Jeder Fehler wird der gegnerischen Mannschaft mit einem Punkt angerechnet. Die Mannschaft mit den meisten Punkten nach Ablauf der regulären Spielzeit gewinnt. Bei Gleichstand ent-

scheidet eine Verlängerung.

Prellen ist das Spielen eines Balles zum Boden mit der geschlossenen Faust oder dem Unterarm. Der Ball muss beim Schlag eine Abwärtsbewegung machen und zunächst im Eigenfeld geprellt werden, ehe er in der gegnerischen Hälfte landen darf.

## Eine Berührung

Bis zu drei Mal ist das Prellen im Eigenfeld erlaubt. Ein Spieler darf dabei den Ball nur ein Mal berühren. Handschuh und Bandagen sind beim Prellball verboten. Das Tapen der Fingergelenke ist erlaubt.

Der straff aufgepumpte Ball besteht aus Leder oder Kunstleder, ist bis zu 380 Gramm schwer und hat einen Umfang von 62 Zentimetern. Er kostet bis zu 60 Euro.



Flink und aufmerksam: Otto Bramstedt vom TuS Jaderberg

BILD: TUS JADERBERG

## Kopf ist wichtig

Frank Piontek vom TuS Jaderberg stellt klar: „Rauf aufs Feld und den Ball mal eben übers Netz schlagen? Das reicht bei weitem nicht aus. Der Kopf ist ein wichtiger Bestandteil beim Prellball.“

Rolf Demke-Morisse aus Berne sagt: „Unser Sport gibt uns die Bewegung, die uns im Alltag zu Gute kommt.“ Und Prellball sei auch nicht schädlich für den Rücken – im Gegenteil. Neubauer schmunzelt und sagt: „Natürlich liegen wir in unserem Alter nicht mehr wie die Spieler in Topvereinen beim Rückschlag waagrecht in der Luft.“



Eine echte Gemeinschaft: die Prellball-Gruppe des STTV Berne

BILD: STTV BERNE