

## Lebenslanges Lernen prägt die Persönlichkeit

*„Meine eigene Person ist unwichtig“, sagt Ina Schmidt-Bollhorst. Doch so ganz stimmt das nicht. Denn wenn es nicht Menschen, wie die 78-Jährige gäbe, dann wäre der Gesundheitssport im Turnkreis Nienburg nicht da, wo er heute steht. Mit Ina zog hier schon vor Jahrzehnten eine Pionierin des Gesundheitssports ein. Sie gründete vor 30 Jahren den Sport und Gesundheit e.V. Warmsen und ist nach wie vor Vorsitzende. Insgesamt zwölf Lizenzen hat sie in ihrer 54-jährigen Übungsleiterinnentätigkeit absolviert und arbeitet zudem nach wie vor als Lehrerin.*



„Ich habe einfach eine Mordsenergie“, sagt Ina über sich selbst. Und diese Energie ist ebenso ansteckend, wie ihr fröhliches Wesen. Mit Ausstrahlung und Charme erobert die Übungsleiterin jede Gruppe. „Diese Begabung habe ich wohl geerbt“, sagt sie schmunzelnd. Von Kinderturnen, Tanz und Psychomotorik über Rehasport, Pilates und Yoga bis hin zu Stressbewältigung und Rhythmischer Sportgymnastik – Ina Schmidt-Bollhorst ist die Vielseitigkeit in Person. Wer nicht weiterweiß, der fragt Ina – „und dann legt Ina los“, sagt sie lachend.

„Mir ist es wichtig, dass es den Menschen gut geht“, begründet sie ihre Motivation. Und gerade solchen, die vielleicht etwas länger brauchen, um in einer Gruppe anzukommen und sich zu öffnen, gibt sie den notwendigen Raum. Sich kümmern, ohne andere einzunehmen – das ist nur ein Aspekt, der ihr wichtig ist. Vielmehr möchte Ina die Teilnehmenden in ihren Gruppen davon überzeugen, dass ein aktiver Lebenswandel und vor allem lebenslanges Lernen wichtig sind und zu einer hohen Lebensqualität beitragen. „Lebenslanges Lernen entfaltet die Seele, fördert den Geist und aktiviert den Körper“ – so formuliert sie es voller Enthusiasmus. Und es bringt Menschen zusammen, und was ist schöner, als Gemeinschaft?

Wer nun glaubt, Ina habe mit ihren 78 Jahren keine Ziele mehr, der täuscht sich gewaltig! „Ich möchte noch sehr lange so tätig sein, wie ich es bin. Die Übungsleiterei ist für mich Erfüllung! Ich möchte den Menschen einfach vermitteln, wie man sein Leben gestalten, verändern und genießen kann.“ Deshalb steht außer Frage, ob sie sich auch künftig weiterfortbildet. Denn lebenslanges Lernen wirkt sich ihrer Meinung nach auf die Persönlichkeit aus: „Es ist eine Begleitform für die Erscheinung, die ich darstelle“, ist sie überzeugt. Ein Satz, der durchaus zum Nachdenken anregt.

 Heike Werner

 SG Warmsen

### Ina Schmidt-Bollhorst

#### Erster Verein:

TuS Alstertal in Hamburg

#### Vereinsfarben:

Weiß-Grün und Lila

#### Sportarten:

Geräturnen, RSG

#### Erste prägende Trainerin: ...

war gleichzeitig meine Dozentin an der Uni Bielefeld

**Was war prägend?** Viele positive Erlebnisse beim Sport und besonders beim Kinderturnen, wenn ich Tanz- und Turnshows einstudiert und aufgeführt habe. Das größte beeindruckende Erlebnis war meine Tanz- und Turnshow „Cats!“



### Bitte vervollständige die Sätze:

**Ich liebe Bewegung, weil...** sie das Herz erfreut, dem Körper gut tut und die Seele erfrischt!

**Gemeinschaft ist für mich...** eine soziale Notwendigkeit, um Lebensfreude zu teilen!

**Meine größte Leidenschaft ist...** das fröhliche, sportliche Miteinander, um Empathie und Fürsorge füreinander und miteinander zu pflegen.

