



AKTUELLES
BERICHTE
INFOS AUS DEN
VEREINEN
AUSBILDUNG
VERANSTALTUNGEN
BUNDESVERBAND
SPORT UND MEHR...

INHALT

GRUSSWORTE

Diözesanverband und
Geschäftsstelle 03



Geistliches Wort Klaus Waldeck 04



Landesverband 05

VORSTAND

05

Herbsttagung 06



Vorstandsklausur 07

VERANSTALTUNGEN

Übungsleiterausbildung C-Lizenz 08



Sportexerzitien 10

Frauenfahrt 11

Radexerzitien 13

Bundessportfest 16

Aus den Vereinen 17

Termine 2026 20



GRUSSWORTE

Liebe DJKlerinnen und DJKler,

ein bewegtes Jahr neigt sich wieder dem Ende zu – für Euch in den Vereinen ein Jahr voller sportlicher Erfolge, Einsatzbereitschaft und persönlichem Engagement. Wir hoffen, dass das, was unseren Verband besonders macht, auch in diesem Jahr wieder sichtbar geworden ist: das Miteinander, der Fairplay-Gedanken und eine wertschätzende Haltung. Oft sind es die kleinen Dinge, die motivieren und Freude bereiten: das stolze Lächeln der Kinder und Jugendlichen, ein Lob, eine Dank, ein nettes Gespräch am Rande des Spielfelds oder die zufriedenen Gesichter der Menschen, die nach einer sportlichen Einheit nach Hause gehen. Viele solcher Momente tragen zu einem guten Miteinander bei.

Wir möchten uns von Herzen bei allen bedanken, die die DJK das ganze Jahr über mit Leben füllen: bei unseren Sportlerinnen und Sportlern, Trainerinnen und Trainern, Engagierten in Ehrenamt und Vorstand, bei Eltern, Unterstützern und Förderern. Euer Beitrag ist unverzichtbar und macht Euren Verein und unseren Verband zu einem wichtigen Ort gelebter Gemeinschaft.

Auch im Vorstand blicken wir auf ein arbeitsreiches, konstruktives Jahr zurück, das wir mit einer erfolgreichen Klausur in Schmitten beendet haben. Weitere spannende Highlights waren für uns der Bundestag in Bad Marienstatt und die Herbstklausur dem Thema "Künstliche Intelligenz". Auf weitere Unterstützung im Vorstand und ein neues Jahr voller Begegnungen mit Euch freuen wir uns!

Wir wünschen Euch und Euren Familien ein frohes, gesegnetes und friedvolles Weihnachtsfest. Möge Euch das neue Jahr 2026 Gesundheit, Zuversicht und viele schöne sportliche Momente schenken.

Herzliche Grüße senden für den DJK Diözesanverband Limburg und die Diözesangeschäftsstelle



Salome Sinz *Carsten Toll* *D. Weis*

G. Kaus



ALLE JAHRE WIEDER

Alle Jahre wieder... jedes Jahr dasselbe. Die Bilder sind uns vertraut: Maria, Josef und das Kind in der Krippe. Die Geschichte kennen wir in- und auswendig.

Das ist auf der einen Seite gut so: das Vertraute ist uns nah, es spricht uns an. Auf der anderen Seite birgt es auch eine Gefahr: Wir haben uns so an die vertrauten Bilder gewöhnt, dass wir nicht mehr wirklich hinschauen, dass wir das Wunder von Weihnachten gar nicht mehr richtig wahrnehmen: Gott wird Mensch, um uns Menschen nahe zu sein, uns zu heilen, uns zu retten.

Das wäre in etwa so, wie wenn wir im Sport das eigentliche Ereignis, das Spiel, den Wettkampf gar nicht mehr richtig wahrnehmen, sondern uns schon mit anderen Dingen beschäftigen. Oder wenn das Sportereignis im Fernsehen nur nebenbei läuft und wir eigentlich schon die Sitzung für den nächsten Tag vorbereiten. Dann wird es uns nicht mehr wirklich berühren. Oder wenn der Vereinsvorstand nur sagt: Jedes Jahr dasselbe und nicht mehr offen ist für Neues, für neue Ideen oder neue Menschen.

Alle Jahre wieder... Im Kind Jesus kommt Gott jedes Jahr neu auf uns zu. Das liegt auch daran, dass wir in diesem Advent andere Menschen sind als im Advent 2024. Wir sind vielleicht in einer neuen Lebenssituation, wir sind ein Jahr älter, vielleicht sind wir innerlich gereift, wir haben 2025 sicher auch andere Erfahrungen gemacht als im letzten Jahr. Auch mein Verein, meine Mannschaft, meine Sportgruppe, mein Vorstand hat sich verändert.

Alle Jahre wieder... Im Kind Jesus will Gott uns begegnen, so wie wir jetzt sind. Er will unser Leben teilen, so wie es jetzt, im Advent und an Weihnachten 2025, auf uns zu kommt. Im Kind will Gott bei uns ankommen, in unserem Leben, auch in unserem sportlichen Engagement, in unseren Sportvereinen. Alle Jahre wieder... Gott kommt auf uns zu, will uns begegnen, Gott kommt und sucht einen Platz bei uns. So ist Weihnachten viel mehr als nur Erinnerung – es wird Begegnung.

Ich wünsche Euch und Ihnen allen gute und frohmachende Begegnungen im Advent und zum Weihnachtsfest 2025

Klaus Waldeck

DANK UND WEIHNACHTSWÜNSCHE

Liebe DJKlerinnen, liebe Djkler,

Ehrenamtliches Engagement ist ein unverzichtbarer Beitrag für unsere Gesellschaft. Es stärkt den Zusammenhalt und zeigt gelebte Verantwortung füreinander. Ehrenamt ersetzt weder Politik noch staatliches Handeln, sondern ergänzt sie durch Menschlichkeit, Nähe und freiwilligen Einsatz.

Was wäre unsere Gesellschaft ohne Sie/Euch, ohne das Ehrenamt,

....



Tatsache ist, dass wir, alle im Ehrenamt, egal von welcher Position, täglich vor vielfältigen Herausforderungen stehen, versuchen unser Bestes zu geben, das Eine oder Andere gelingt und zum Erfolg führt, durchaus auch mal scheitert.

Trotz alledem, haben wir, mit bestem Wissen und Gewissen, unseren Beitrag für den Sport, für die Menschen, und für den Zusammenhalt der Gemeinschaft gearbeitet und unser Bestes gegeben.

Herzlichen Dank Ihnen und Euch Allen, gesegnete Weihnachten, guten Rutsch und ein gutes Neues Jahr,
Ihre/Eure ehrenamtliche 1.Vorsitzedes des Landesverbandes Hessen,

A. Kaus





HERBSTTAGUNG

Am 25. Oktober 2025 trafen sich die Delegierten der DJK-Vereine aus dem gesamten Bistum zur diesjährigen DJK-Herbsttagung im Priesterseminar in Limburg. Die Veranstaltung begann mit einem feierlichen Gottesdienst, der von Pfarrer Simon Schade sowie Klaus Waldeck zelebriert wurde. Beide würdigten in ihrer Predigt das Engagement der DJK-Vereine und betonten die Bedeutung des christlich geprägten Sports für Gemeinschaft, Wertevermittlung und gelebten Glauben.

Im Anschluss an den spirituellen Auftakt begann der inhaltliche Teil der Tagung mit einem Workshop zum Thema „Künstliche Intelligenz im Verbandsalltag“. Referent Christian Gottas vom Pädagogischen Zentrum der hessischen Bistümer stellte anschaulich vor, welche Chancen und Veränderungen die rasante Entwicklung künstlicher Intelligenz für Verbände, Ehrenamt und Vereinsleben mit sich bringt. Der Nachmittag stand traditionell im Zeichen der Berichte und Wahlen.

Zunächst legte der Vorstand Rechenschaft über die Ereignisse, Projekte und Entwicklungen des vergangenen Jahres ab. Die Delegierten nutzten die Aussprache, um Rückfragen zu stellen, Herausforderungen aus der Praxis einzubringen und gemeinsam Perspektiven für die kommenden Jahre zu überlegen.

Im Anschluss fanden die turnusmäßigen Wahlen statt. Zur stellvertretenden Vorsitzenden wurden Monika Kaiser und Sabine Gniza wiedergewählt. Sie erhielten starken Rückhalt aus den Reihen der Delegierten und werden ihre bewährte Arbeit im Verband fortsetzen.

Weitere Ämter wurden wie folgt besetzt:

- Dominik Heuser wurde zum Jugendleiter gewählt
- Beatrix Rinkardt wurde zur Gleichstellungsbeauftragten gewählt.
- Jörg Schneider wurde als Fachwart Tischtennis gewählt
- Klaus Waldeck und Simon Schade wurden in ihrer geistlichen Begleitung des Verbandes ebenfalls bestätigt.

Nach den Wahlen entwickelte sich eine lebhafte Diskussionsrunde, in der die Delegierten Berichte aus ihren Vereinen einbrachten. Es wurden Erfahrungen ausgetauscht, Herausforderungen benannt und gute Beispiele geteilt, die im gesamten Bistum zur Weiterentwicklung beitragen können. Abschließend gab der Vorstand einen Ausblick auf die Neuigkeiten und geplanten Schwerpunkte für das Jahr 2026, darunter geplante Veranstaltungen, Projekte sowie neue Impulse.

VORSTANDSKLAUSUR IN SCHMITTEN

Vom 21. bis 23. November 2025 traf sich der Vorstand zu einer intensiven Klausur in Schmitten. Ziel der Zusammenkunft war es, das vergangene Jahr Revue passieren zu lassen, gesammelte Eindrücke und Erfahrungen zu reflektieren sowie die Weichen für die zukünftige Arbeit des Verbandes zu stellen.

In mehreren Arbeitsphasen beschäftigte sich der Vorstand eingehend mit zentralen Themen. Dazu gehörten Prävention und das institutionelle Schutzkonzept, die Finanzplanung für das kommende Jahr sowie die Planung zukünftiger Tagungen und Veranstaltungen. Ein besonderer Schwerpunkt lag auf der Entwicklung und Umsetzung der DJK-Vision „Hingehen zu den Menschen“, die den Bezug zu den Vereinen, Mitgliedern und der gesamten Gemeinschaft stärken soll.

Darüber hinaus wurden neue Angebote für Vereine diskutiert, Wege zur Unterstützung der Vereinsarbeit erarbeitet und Ideen für Exerzitien und spirituelle Angebote gesammelt. Auch die Satzung wurde geprüft, um sicherzustellen, dass sie den aktuellen Bedürfnissen des Verbandes entspricht.

Auch die Jahresplanung mit den Terminen für das Jahr 2026 wurde besprochen und als Highlight freut man sich auf das Bundessportfest in Essen.

Die Klausur bot Raum für intensive Gespräche, gemeinsames Nachdenken und strategische Planung. Mit klaren Zielen und neuen Impulsen verabschiedete sich der Vorstand, gestärkt für die Aufgaben und Herausforderungen des Jahres 2026.



MACH MIT

Der Vorstand freut sich auch in Zukunft über Engagierte aus unseren DJK-Vereinen, die sich im Diozesanverband einbringen möchten. Eine Mitarbeit ist nicht an ein gewähltes Amt gebunden: Unterstützung ist sowohl durch die Fachwarte der einzelnen Sportarten als auch bei Projekten, Veranstaltungen oder der Bearbeitung spezieller Themen möglich. Sie kann flexibel gestaltet werden und ganzjährig erfolgen. Jede Form der Beteiligung trägt dazu bei, die Gemeinschaft zu stärken, die Angebote des Verbandes zu bereichern und die DJK lebendig und zukunftsorientiert zu gestalten.



23. DJK-ÜBUNGSLEITENDEN - C- LIZENZ AUSBILDUNG

Elf hochmotivierte Teilnehmende aus fünf DJK-Sportvereinen haben in der Sportschule Schöneck bei Karlsruhe erfolgreich ihre C-Übungsleitenden-Ausbildung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) abgeschlossen. Unter dem Motto „Klein, aber fein“ erlebte die Ausbildungsgruppe eine intensive, bewegende und bereichernde Zeit, die sie nicht nur sportlich, sondern auch menschlich wachsen ließ.

Die frisch gebackenen Übungsleitenden, im Alter zwischen 16 und 59 Jahren, kamen aus den DJK-Vereinen Oberwesel, Wissen-Selbach, Betzdorf, Saarburg sowie vom Turnerbund Essen-Haarzopf. Sie nutzten die zweiwöchige Ausbildungszeit, um neben fachlichen Inhalten in Sportpraxis und Theorie auch viel über sich selbst, den Menschen im Sport und die Werte der DJK zu lernen.

Getragen wurde die Ausbildung von einem erfahrenen Referententeam: Michael Leyendecker, Carina Bappert, Marc und Lukas Monnerjahn, Andrea Weber, Christoph Zimmermann, Philipp Tworeck, Dominic Heuser, Adrian Wirtz, Philip Riedschy, Michael Gosebrink und Rainald Kauer sorgten mit fundiertem Wissen, pädagogischem Geschick und spürbarer Begeisterung für eine vielseitige, praxisnahe Ausbildung.

Besonders eindrücklich waren die Lehrproben in unterschiedlichsten Disziplinen – von Volleyball, Badminton und Turnen über Tennis und Bogenschießen bis hin zu Showtanz und Gleichgewichtstraining.

Die Ergebnisse überzeugten auf ganzer Linie und fanden große Anerkennung bei den Lehrenden.

Neben sportpädagogischen Themen stand auch die Persönlichkeitsbildung im Mittelpunkt. Das Einstiegswochenende mit erlebnispädagogischen Elementen, spirituellen Impulsen und pädagogischen Grundlagen legte den Grundstein für eine wertschätzende, gemeinschaftliche Lernatmosphäre. Insgesamt absolvierten die Teilnehmenden 120 Lerneinheiten, die in Theorie und Praxis abwechslungsreich gestaltet waren.

Aktuelle Themen wie „Kinder stark machen“, „Doping im Sport“ und „Sexualisierte Gewalt im Sport“ wurden intensiv behandelt. Dank der Kooperation mit dem Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) standen den Teilnehmenden dazu zahlreiche Materialien und Praxishilfen zur Verfügung.

Den feierlichen Schlusspunkt setzte der Abschlussgottesdienst mit Schulpfarrer Erhard Bechtold aus der Erzdiözese Freiburg, bevor bei ausgelassener Stimmung die wohlverdienten DOSB-Lizenzen verliehen wurden.

Die Ausbildungsinitiative Südwest, getragen von den sieben DJK-Diözesanverbänden Speyer, Limburg, Mainz, Freiburg, Fulda, Rottenburg-Stuttgart und Trier, sichert mit dieser fundierten Ausbildung die hohe Qualität in den DJK-Sportvereinen.

QUALITY-TIME IM WINTER

REISE FÜR JUNGE ERWACHSENE

AB 18 JAHREN INS ZILLERTAL



14.03.2026 - 21.03.2026

Mayerhofen (Burgstall), Zillertal AT



Was erwartet dich?

- Wintersport (Ski, Snowboard, Wandern)
- Nachtrodeln
- Besuch von Innsbruck, Kufstein
- Wellness in der Erlebnistherme Zillertal
- Spiele- und Themenabende
- Quality time für dich im Winter
- gemeinsam kochen am Abend
- u.v.m.



Reisepreis für 8 Tage (ohne Skipass)

- Schüler*innen; Azubis; Studierende im DZ: 425 €
- Verdienster*in im DZ: 485 €
- Einzelzimmer: 550 €

NEU: Reisepreis, individuelle An- und Abreise

- Schüler*innen; Azubis; Studierende im DZ: 55 € pro Nacht
- Verdienster*in im DZ: 63 € pro Nacht
- Einzelzimmer: 72 € pro Nacht



Reiseleitung: Peter Simon

017612539098 oder peter.simon@bistum-mainz.de

WWW.KJB-SUEDHESSEN.DE



SPORTEXERZITIEN 2025

Vom 10. bis zum 16. Oktober 2025 durften die Teilnehmer der Sportexerzitien im Kloster Benediktbeuern eine besondere Woche voller Bewegung, Natur und geistlicher Impulse erleben. Inmitten der herbstlichen Stimmung am Fuße der Alpen boten die Exerzitien eine ausgewogene Mischung aus sportlicher Aktivität, Besinnung und Gemeinschaft. Wanderungen rund um die Benediktenwand

Mehrere Touren führten die Gruppe durch die farbenprächtigen Wälder und hinauf zu aussichtsreichen Höhenwegen. Ein Höhepunkt war die herbstliche Wanderung rund um die Benediktenwand, die sich in den warmen Farben des Oktobers von ihrer eindrucksvollsten Seite zeigte. Die klare Luft, raschelndes Laub und stille Gipfelmomente machten jede Tour zu einem intensiven Naturerlebnis, das die Teilnehmer sowohl körperlich forderte als auch innerlich bereicherte.

Kanu im Morgennebel & Fahrradtour durchs Moor Ein besonderes Erlebnis bot der frühmorgendliche Ausflug aufs Wasser: Im dichten Nebel glitten die Teilnehmer mit dem Kanu beinahe lautlos über den See, während langsam die Sonne durch die weiße Wand brach – ein Moment, der vielen als spirituell und atmosphärisch zugleich in Erinnerung blieb.

Auch die Fahrradtour durch das herbstliche Moor rund um Benediktbeuern war ein Highlight. Zwischen rotbraunen Gräsern, schimmernden Wasserflächen und moosigen Wegen konnten die Teilnehmer die besondere Stimmung dieser Landschaft intensiv wahrnehmen und miteinander teilen.

FAZIT

Gemeinschaft und Vorfreude auf 2026

Neben den sportlichen Herausforderungen stand auch die Gemeinschaft im Mittelpunkt. Die Abende wurden genutzt, um bei gemeinsamen Gesprächen und Reflektionen die Erlebnisse des Tages zu teilen und sich auf den kommenden Tag einzustimmen. Wer die diesjährigen Sportexerzitien verpasst hat oder schon wieder voller Vorfreude auf das nächste Jahr ist, kann sich den Termin schon vormerken. Es verspricht erneut eine Woche voller Abenteuer und spiritueller Bereicherung zu werden!

Termin 2026

27.8 - 2. September
Infos unter Sportexerzitien.de

14. Sportexerzitien in Benediktbeuern/Bayern

Datum

27.08 - 02.09.2026

Unterkunft

Zentrum für Umwelt und Kultur
Zeilerweg 2
83671 Benediktbeuern

Kosten

Unterkunft / Verpflegung(EZ)

für DJK - Mitglieder 690,-€
für Nichtmitglieder 750,-€

(DZ 660,-€/690,-)

ggf. Kosten für Radleihe (49,-€)

Anmeldefrist

30. Juni 2026

Anmeldung



<https://form.jotform.com/232403882054351>

www.sportexerzitien.de

Exerzitien - ist eine Zeit der intensiven Suche nach mir und den Fragen

- Was suche ich, was bewegt sich in mir, welche Umschichtungen oder Veränderungen kündigen sich an, wie geht es weiter auf „meinem“ Weg?

Kurzbeschreibung:

Wieder finden rund um das Kloster Benediktbeuern die Sportexerzitien des DJK Diözesanverband Limburg statt.

Die attraktive Umgebung rund um das Kloster Benediktbeuern lädt dazu ein, bei Wanderungen in der Ebene, im Moor in den Bergen, an den Seen oder den Erlebnispfaden rund um das Kloster innezuhalten und sich als Teilnehmende mit sich selbst zu beschäftigen.

Das ist es, was wir bei den Sportexerzitien mit der Gruppe erreichen wollen: das Wohlbefinden stärken durch sportliche Aktivität und geistliche Impulse, die die Teilnehmer/innen der Gruppe auf ihrem persönlichen Weg zur inneren Ruhe begleiten.

Wir werden tägliche Wanderungen/Bergwanderungen, oder auch eine Radtour oder Kanutour unterschiedlicher Länge und Schwierigkeitsgrade unternehmen.

Es wird Zeiten des Schweigens und Zeiten des Austausches geben, begleitende spirituelle Impulse, und Entspannungsübungen, die das Team um Pfarrer Klaus Waldeck und Philipp Tworeck einfließen lassen.

Voraussetzungen

Fitness und Trittsicherheit u.a. für alpine Wanderungen von 10 - 20 km.
Wichtig ist die Bereitschaft sich auf einen Exerzitienprozess einzulassen.

Zum Kloster Benediktbeuern

Das ehemalige Benediktinnerkloster wird inzwischen von Salesianern geleitet. Es liegt idyllisch im Voralpenland zwischen Bad Tölz und Kochel.

Unsere Gruppe ist im Maierhof des Klosters - dem ehemaligen Gutshof, heute Tagungshaus des Zentrums für Umwelt und Kultur untergebracht.

Veranstalter

DJK Diözesanverband Limburg
Philipp Tworeck
Gebenstraße 56
65549 Limburg
T +49(0)6431 295-364
djk@bistumlimburg.de



FRAUENFAHRT

An diesem Jahr fand die Tagesfahrt unseres Diözesanverbandes am 5.Juli statt an einem herrlichen Sommertag. Der große Reisebus sammelte die 40 Teilnehmerinnen aus 4 Vereinen an den Haltepunkten Flörsheim und Hattersheim ein und brachte uns zur ersten Station nach Miltenberg am Main. Das schmucke Fachwerkstädtchen liegt an einer Mainschleife und ist mit seinem mittelalterlichen Ortskern ein lohnendes Ausflugsziel. Dort erwarteten die Gruppe zwei Gästeführer zu einer Erlebnisführung mit dem Titel „Frauen machen Geschichte(n)“. Sie erzählten uns kurzweilig von besonderen weiblichen Persönlichkeiten der Stadtgeschichte. Ihre Erzählungen waren spannend und berührend und eingebunden in einen Ortsrundgang.

Anschließend hatten die Frauen viel Zeit zum Bummeln durch das nette Städtchen und zum Sammeln weiterer Eindrücke . Selbstverständlich luden auch gepflegte Gasthäuser und Biergärten ein zum Genuss fränkischer Spezialitäten.

Am frühen Nachmittag ging die Fahrt weiter zur zweiten Station nach Seligenstadt. Dort bekamen wir im Rahmen einer Gruppenführung Einblick in die repräsentativen Räume des Abtes der ehemaligen Benediktinerabtei . Die Einrichtung der Räume ist genauso wie im 17. und 18. Jahrhundert.

Alle Gebäude der Abtei sind gut erhalten , die Basilika ist imposant und in einem Gebäude ist das Klostercafe untergebracht. In gemütlichem Ambiente haben wir dort von der großen Auswahl der Kuchentheke Leckeres gekostet .

So fand ein Tag mit vielen schönen Eindrücken und netten Begegnungen in entspannter Atmosphäre einen heiteren geselligen Abschluss.

Die Rückfahrt war von angeregten Gesprächen geprägt und die Frauen verabschiedeten sich mit Vorfreude auf die nächste Fahrt.

Die jährliche Frauenfahrt bietet eine gute Gelegenheit für persönliche Kontakte unter den Frauen verschiedener Vereine unseres Diözesanverbandes.

Beatrix Rinkart

Gleichstellungsbeauftragte des Verbandes

Frauenfahrt

**Datum**

13. Juni 2026

Ort

Würzburg

Kosten

Für Busfahrt, Stadtrundgang
und Stadtrundfahrt

35,-€

Anmeldefrist

bis 18. April 2026

Anmeldung

beatrix.rinkart@gmx.net

Beatrix Rinkart
Gleichstellungsbeauftragte

DJK Frauenfahrt 2026

In diesem Jahr besuchen wir auf unserem Tagesausflug mit dem Bus die sehenswerte Stadt Würzburg in Mainfranken.

In dieser Stadt wurde vor 105 Jahren der erste DJK Verein gegründet. Eine Stadtrundfahrt mit unserem Bus gibt einen ersten Eindruck der Sehenswürdigkeiten. Nach dem anschließenden Rundgang durch die Altstadt mit kurzen Wegen haben wir Lust auf eigene Entdeckungen.

Anschließend steht eine längere Zeitspanne zur freien Verfügung zum Bummeln, Genießen und Erleben der „Perle am Main“. Es gibt auch gepflegte Parks und das

Residenzschloss ist eine Welterbestätte mit seinem berühmten italienischen Deckengemälde im Treppenhaus. In einem rustikalen Gasthaus mit typisch fränkischer Küche wollen wir den gemeinsamen Tag in Geselligkeit und netter Atmosphäre ausklingen lassen.

Die Teilnehmerinnen aus unseren Vereinen erwarten ein Tag mit neuen Eindrücken und Begegnungen. Das gemeinsame Erlebnis verbindet uns Frauen aus mehreren Vereinen.

Im Teilnahmebeitrag sind die Busfahrt und das geplante Programm enthalten.

Programmänderungen sind möglich.



RADEXERZITIEN 2025

Vom 19. bis 23. Mai 2025 fanden die Fahrradexerzitien erneut in Neustadt an der Weinstraße statt. Diese besondere Woche verband spirituelle Besinnung mit aktiver Bewegung und führte die Teilnehmenden durch die frühlingshafte Landschaft der Südlichen Weinstraße.

Exerzitien: Zeit zur inneren Einkehr

Unter einem neuen geistlichen Leitmotiv boten die Exerzitien die Möglichkeit, sich bewusst aus dem Alltag herauszunehmen und in die eigene Lebens- und Glaubensgeschichte hineinzuhören. Die spirituellen Impulse luden dazu ein, Fragen wie „Wohin führt mein Weg?“, „Was trägt mich?“ und „Was möchte wachsen?“ nachzugehen – passend zur aufblühenden Natur des Mai.

Ein klar strukturierter Tagesrhythmus

Jeder Tag begann mit einem meditativen Morgenimpuls, der die Gruppe auf das jeweilige Themen einstimmte. Anschließend folgten leichte sportliche Übungen, die Körper und Geist aktivierten. Die täglichen Schwerpunkte boten Orientierung für persönliche Reflexionen, Gespräche und Zeiten der Stille, die von allen Teilnehmenden geschätzt wurden.

Fahrradfahren durch die Weinberge

Mit eigenen oder geliehenen Fahrrädern erkundete die Gruppe die idyllischen Radwege der Region. Die frischen Rebstöcke, blühenden Felder und die klare Mai-Luft machten jede Etappe zu einem besonderen Erlebnis. Die Touren führten über abwechslungsreiche Strecken nach Bad Dürkheim, Landau und Speyer, wo inspirierende Orte besucht und gemeinsame Pausen genossen wurden.

FAZIT

Die Fahrradexerzitien in Neustadt a.d. Weinstraße waren ein voller Erfolg und boten den Teilnehmenden eine wertvolle Zeit der inneren Einkehr und körperlichen Betätigung in einer der schönsten Regionen Deutschlands. Die DJK Diözesanverbände Speyer, Mainz und Limburg haben einmal mehr bewiesen, wie wichtig und bereichernd solche Veranstaltungen sein können. Für alle Interessierten wird empfohlen, sich frühzeitig für die nächsten Fahrradexerzitien anzumelden, um die Chance auf eine Teilnahme an diesem inspirierenden Erlebnis nicht zu verpassen.

Termin 2026

18.-22. Mai
Infos unter Sportexerzitien.de
(Ausgebucht)



Spiritual Turn - Eine inspirierende Segelreise auf dem IJsselmeer

Datum

29.06 - 05.07.2026

Unterkunft

Zweimaster "Vriendschap"

Start-Zielpunkt

Enkhuizen, Niederlande

Kosten

Unterkunft (Zwei-Bett Kabinen)

für DJK - Mitglieder 600,-€

für Nicht- Mitglieder 650,-€

Anmeldefrist

31. März 2026

Anmeldung



<https://form.jotform.com/253133395260352>

www.sportexerzitien.de

Kurzbeschreibung:

Gemeinsam gehen wir an Bord der „Vriendschap“, einem über 100 Jahre alten, liebevoll restaurierten Zweimaster. Unsere Reise führt uns über das IJsselmeer und - wenn es Wind und Wetter erlauben - hinaus ins faszinierende niederländische Wattenmeer. Start- und Zielhafen ist Enkhuizen.

Was dich erwartet:

- Spirituelle Auszeiten: Starte deinen Tag mit einem freiwilligen Morgenimpuls. Abends lassen wir den Tag mit Gebet, Andacht oder einem spirituellen Workshop ausklingen.
- Segelerlebnis zum Mitmachen: Gemeinsam setzen wir die Segel, lernen Knoten, orientieren uns mit Kompass und Seekarte - und erleben Teamgefühl ganz direkt.
- Zeit für dich: Ob in der Hängematte an Deck, beim Blick in die Weite oder beim Spaziergang durch kleine Hafenstädtchen - du entscheidest, wie viel Ruhe oder Gemeinschaft du möchtest.
- Gemeinsames Kochen & Essen: Abends kochen wir in kleinen Teams. Im gemütlichen Salon oder an Deck genießen wir das Essen und die besondere Atmosphäre.

Segeln zeigt uns, wie wir Herausforderungen meistern können: mit Teamgeist, Geduld, Klarheit und Vertrauen. Viele dieser Erfahrungen lassen sich wunderbar in Alltag, Beruf und Beziehungen übertragen. Unser Törn richtet sich daher besonders an berufstätige Alleinreisende und Paare, die Kraft tanken und Impulse für ihr Leben mitnehmen möchten.

Unser Schiff - die „Vriendschap“

Ein robustes, sicheres Segelschiff mit sieben Segeln und modernem Komfort. Du schlafst in gemütlichen Zweierkabinen, es gibt Duschen, einen großen Salon sowie eine voll ausgestattete Küche. Und wenn der Wind einmal Pause macht, sorgt ein starker Motor dafür, dass wir trotzdem ans Ziel kommen.

Segeln. Auftanken. Verbundenheit spüren.

Ausführliche Informationen auf unserer Webseite.

Veranstalter

Ankerplatz Ffm

Jörg Heuser

Haus am Dom - Domplatz 3-

60311 Frankfurt a. Main

TMobil: 0160 9444 6208

heuser@stadtkirche-ffm.de

DJK Diözesanverband Limburg

Simon Schade / Philipp Tworeck

Grabenstraße 56

65549 Limburg

T +49(0)6431 295-364

djk@bistumlimburg.de

Los geht's!

Anmeldungen für das **Bundessportfest**
ab sofort möglich!

ANMELDUNG ZUM 20. DJK-BUNDESSPORTFEST 2026 JETZT FREIGESCHALTET

Die Anmeldung zum 20. DJK-Bundessportfest, das vom 22. bis 25. Mai 2026 in Essen stattfindet, ist ab sofort möglich. Unter dem Motto „Sportsgeist trifft Kohlenfeuer“ lädt das Bundessportfest Sportler:innen aus ganz Deutschland ein, an vielfältigen Wettkämpfen teilzunehmen und Gemeinschaft zu erleben.

Erwartet werden über 4.000 Teilnehmer*innen, die in zahlreichen Sportarten an den Start gehen. Das Bundessportfest bietet neben den Wettbewerben ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm sowie vielfältige Begegnungsmöglichkeiten – inklusiv, fair und getragen vom Leitgedanken „Sport um der Menschen willen“.

Der Teilnahmebeitrag beträgt 30 €. Zusätzlich fallen 9 € pro Tag pro Person für das Frühstück bei Übernachtungen in Gruppenunterkünften an.

Aus Gründen der Nachhaltigkeit erfolgt die Bestellung der T-Shirts separat und ist nicht im Teilnehmerbeitrag enthalten. Die Bestellung ist über einen eigenen Webshop möglich. Den Link zum Webshop findet ihr direkt auf der Anmeldeplattform.

Interessierte können sich ab sofort registrieren und einen Platz bei Deutschlands größtem DJK-Sportereignis sichern.



20. DJK-Bundessportfest | Essen 2026

© Thomas Wolf, www.foto-tw.de (CC-BY-SA 3.0 DE)



**SPORT
EHRENHEART**

Gefördert durch:
Bundeskonsortium
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Der Ministerpräsident
des Landes Nordrhein-Westfalen

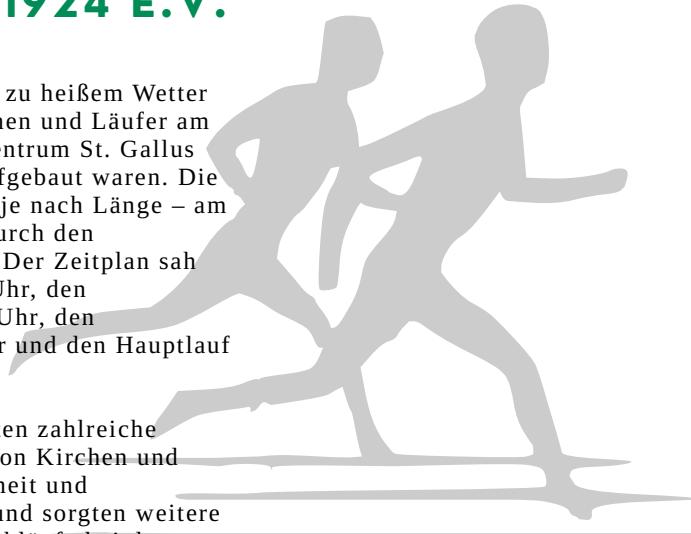


SPORTLAND.NRW

14. LEBENSLAUF DER DJK SC SW FLÖRSHEIM 1924 E.V.

Bei sonnigem, aber nicht zu heißem Wetter fanden sich die Läuferinnen und Läufer am katholischen Gemeindezentrum St. Gallus ein, wo Start und Ziel aufgebaut waren. Die Strecken führten dabei – je nach Länge – am Main entlang und auch durch den Flörsheimer Stadtgarten. Der Zeitplan sah den Bambinilauf um 17 Uhr, den Einsteigerlauf um 17:20 Uhr, den Jedermannlauf um 18 Uhr und den Hauptlauf um 19 Uhr vor.

Entlang der Strecke sorgten zahlreiche Helferinnen und Helfer von Kirchen und Sportvereinen für Sicherheit und Versorgung. Im Hintergrund sorgten weitere Helfer für reibungslose Abläufe bei der Anmeldung, Zeitnahme und Auswertung. Ihnen allen galt am Ende der Dank der Organisatoren. Die größte Teilnehmergruppe stellte die Kita St. Michael Flörsheim, die mit vielen Kindern und Betreuerinnen an den Start ging. Der älteste Starter war Bernd Zürn (Jahrgang 1938), die älteste Teilnehmerin Cornelia Veith (Jahrgang 1955).





DJK BUNDESTAG 2025

Bad Neustadt a. d. Saale – Der DJK Bundestag 2025 erwies sich als lebendiges Zentrum des Austauschs, zukunftsweisender Beschlüsse und einer starken Gemeinschaft.

Erstmals kam erfolgreich ein digitales Abstimmungssystem zum Einsatz, das die Effizienz und Transparenz der Entscheidungsfindung maßgeblich steigerte und auch beim kommenden DJK Bundestag 2027 in Passau Anwendung finden soll. Dennis Fink (ADH) führte souverän durch die Veranstaltung.

Das Bundesministerium des Innern und für Heimat war durch Referatsleiterin Dr. Elke Meyer vertreten, das katholische Hilfswerk Adveniat durch Thomas Jung und der katholische internationale Dachverband FICEP durch Präsidentin Stefani Groß und Sportdirektor Peter Bouschen.

Ein inhaltliches Glanzlicht setzte der Vortrag von Michaela Röhrbein zur deutschen Olympiabewerbung. Die anschließende Podiumsdiskussion mit ihr, Bischof Stefan Oster und Staatssekretär Sandro Kirchner, moderiert von DJK-Präsident Michael Leyendecker, beleuchtete intensiv die vielfältigen Perspektiven einer möglichen Olympiade in Deutschland und deren Auswirkungen auf den Breiten- und Spitzensport. Zudem erläuterte Michaela Röhrbein die Bedeutung und Notwendigkeit des SafeSportsCode zum Schutz aller Athlet*innen.

Dieser SafeSportsCode fand am Folgetag seine Verankerung in der DJK-Satzung. Nun folgen die entsprechenden Ausführungsbestimmungen.

Einen visionären Ausblick bot die Vorstellung der DJK-Vision "Hingehen zu den Menschen". Ein professionell produzierter Erklärfilm veranschaulichte den Vereinen die praktische Umsetzung dieser zukunftsweisenden Ausrichtung in ihrer täglichen Vereinsarbeit.

Der Geist der Gemeinschaft und die spirituelle Dimension des DJK-Sports wurden im feierlichen Gottesdienst mit Bischof Jung aus Würzburg lebendig. Die Konzelebration zahlreicher geistlicher Beiräte unterstrich die enge Verbindung von Glaube und Sport in der DJK und setzte inspirierende Impulse für die sportliche Arbeit vor Ort.

Zusammenfassend war der DJK Bundestag 2025 eine erfolgreiche Veranstaltung, die durch wichtige Entscheidungen, inspirierende Begegnungen und eine starke Gemeinschaft zukunftsweisende Impulse für den DJK-Sportverband setzte.

Der nächste DJK Bundestag wird im Jahr 2027 in Passau stattfinden.

Quelle: DJK Bundesverband



DJK LV WANDERTAG AM 9. AUGUST 2026

Schon jetzt im Kalender vormerken!

Lieber DJKler, liebe DJKlerinnen, liebe Freunde der DJK,

mit großer Freude dürfen wir nach einer längeren Zwangspause, den traditionellen Familienwandertag des DJK Landesverbandes Hessen ankündigen, der im Rahmen des Sommerfestes der DJK SSV Großenlüder, am **09. August 2026 in Großenlüder** stattfindet.

Nach den entbehrungsreichen Jahren der pandemiebedingten Unterbrechung steht dieser Tag ganz im Zeichen der Begegnung, der Gemeinschaft und der Dankbarkeit, endlich wieder miteinander feiern und unterwegs sein zu dürfen.

Anfang des Jahres werden wir allen Vereinen eine detaillierte Wandertags-Ausschreibung plus Teilnehmerliste zukommen lassen.

Gerne würden wir als Landesverband einen Sammelbus laufen lassen, der einzelne Kleingruppen unterwegs einsammelt, so dass möglichst viele Menschen eine Chance haben, mit dabei zu sein.

Ab sofort nehmen wir unter den Mailadressen kaiserloewin@gmx.net ; djk@bistumlimburg.de Interessenbekundungen dafür entgegen.

Bis dahin, wir sehen uns!! Monika Kaiser



DATUM	TERMIN	ORT
09.-11. Januar	Bundesjugendtag DJK Sportjugend	Saarbrücken
28.2.-1. März	Bundesfrauenkonferenz	Limburg
14.-21. März	Skifreizeit	Zillertal
18.- 22. Mai	Fahrradexerzitien	Neustadt a.d. Weinstraße
22. - 25. Mai	Bundessportfest	Essen
29.6. - 5. Juli	Segelexerzitien	Ijsselmeer
13. Juni	Frauenfahrt	Würzburg
9. August	DJK LV Wandertag	Großenlüder
11.-13. September 10.-18. Oktober	Übungsleiter C- Lizenz Ausbildung	Karlsruhe
27.8. - 2. Sept.	Sportexerzitien	Benediktbeuern
24. Oktober	Herbsttagung	Limburg

HERAUSGEBER: DJK DIÖZESANVERBAND LIMBURG

REDAKTION: PHILIPP TWORECK, DOMINIC HEUSER, DJK VORSTAND, DJK

FACHWARTE, DJK LANDESVERBAND HESSEN, DJK BUNDESVERBAND

KORREKTUR/VERSAND: ESTHER HOLLER

LAYOUT: PHILIPP TWORECK, DOMINIC HEUSER CANVA.COM

FOTOS: DJK VERANSTALTUNGEN, DOMINIC HEUSER, CANVA

AUFLAGE: 120 STÜCK

KONTAKT: DJK DIÖZESANVERBAND LIMBURG, GRABENSTRASSE 56,

65549 LIMBURG

MAIL: DJK@BISTUMLIMBURG.DE

WEBSEITEN: WWW.DJK-DV-LIMBURG.DE / WWW.SPORTEXERZITIEN.DE

