

– Es gilt das gesprochene Wort –

Ehrenpreis der Stadt Oranienburg 2018

»Ingrid Hennicke«
Ehrenpreis in der Kategorie »Einzelperson«

Sehr geehrte Damen und Herren!

„Wer rastet, der rostet“ laute eine Weisheit aus dem Volksmund, die inzwischen durch unzählige wissenschaftliche Studien belegt ist. Wie wichtig sportliche Betätigung für die eigene Gesundheit ist, und dafür auch im Alter noch fit zu sein, ist eigentlich allgemein bekannt. Wenn da nur nicht der innere Schweinehund wäre, den es jedes Mal aufs Neue zu besiegen gilt, wenn es darum geht, sich vom Sofa zu erheben und etwas für die eigene Fitness zu tun.

Bei der Person um die es jetzt hier gehen soll, besteht die Gefahr des „Rostens“ nun wirklich nicht. Seit mehr als 30 Jahren überwindet sie nicht nur jeden Tag den eigenen inneren Schweinehund, sondern hilft auch anderen dabei, fit und aktiv zu bleiben. „Muskelkater kenne ich nicht, dafür trainiere ich zu viel“ hat sie einmal ganz selbstbewusst in einem Zeitungsinterview gesagt und ihr sportliches Programm hört sich auch dann noch beeindruckend an, wenn man nicht weiß, dass sie inzwischen 78 Jahre alt ist.

Erst mit Mitte 30 hat sie angefangen Sport zu treiben, aber inzwischen ist ein Tag ohne Übungen für die waschechte Oranienburgerin undenkbar. Jeden Morgen beginnt der Tag der zweifachen Mutter und vierfachen Oma um 5.30 Uhr mit Gymnastik, bevor sie sich dann um die Familie und natürlich um ihre Seniorensportgruppen kümmert.

Vor 35 Jahren hat Ingrid Hennicke ihre Trainerausbildung gemacht und ihre erste Seniorensportgruppe gegründet. Seitdem leitet sie ununterbrochen ehrenamtlich Turngruppen mit Senioren aus ganz Oberhavel. Ein wirklich beachtlicher Zeitraum.

Zwischen 60 und 85 Jahre alt sind die Teilnehmerinnen der Gruppen, die zum Beispiel im Regine-Hildebrandt-Haus zusammenkommen. Überwiegend sind es Frauen, denn „Männer machen einfach früher schlapp“ wie sie es in ihrer humorvollen Art ausdrückt.

Aber es sind nicht nur Bewegung und Fitness um die es geht, wenn Ingrid Hennicke mit ihren Gruppen zusammenkommt. Beim Sport geht es auch um

die sozialen Kontakte, die Gesellschaft mit anderen. Und deshalb kennt sie ihre Schützlinge genau, weiß woher die Teilnehmerinnen kommen, wie alt sie sind, und wie lange schon dabei. Nie vergisst sie einen Geburtstag.

Ihre Freundlichkeit, ihre Hilfsbereitschaft, und dass sie eigentlich immer gute Laune hat, das alles schätzen alle die Teilnehmerin und Teilnehmer der Seniorensportgruppen an Ingrid Hennicke ebenso wie ihre Ausdauer darin andere zu motivieren.

„Ausdauer wird früher oder später belohnt. Meistens später.“ hat Wilhelm Busch gesagt. Ingrid Hennicke zeigt uns immer wieder, dass Ausdauer sich lohnt. Und heute soll sie auch belohnt werden. Deshalb bitte ich nun Ingrid Hennicke auf die Bühne, um den Ehrenpreis der Stadt Oranienburg in Empfang zu nehmen.