

STECKBRIEF



Milena Kintrup

Sportart: Ultimate Frisbee
Verein: SC Münster 08
Trainer*innen: Lena Schäfer,
Sebastian Schreiber

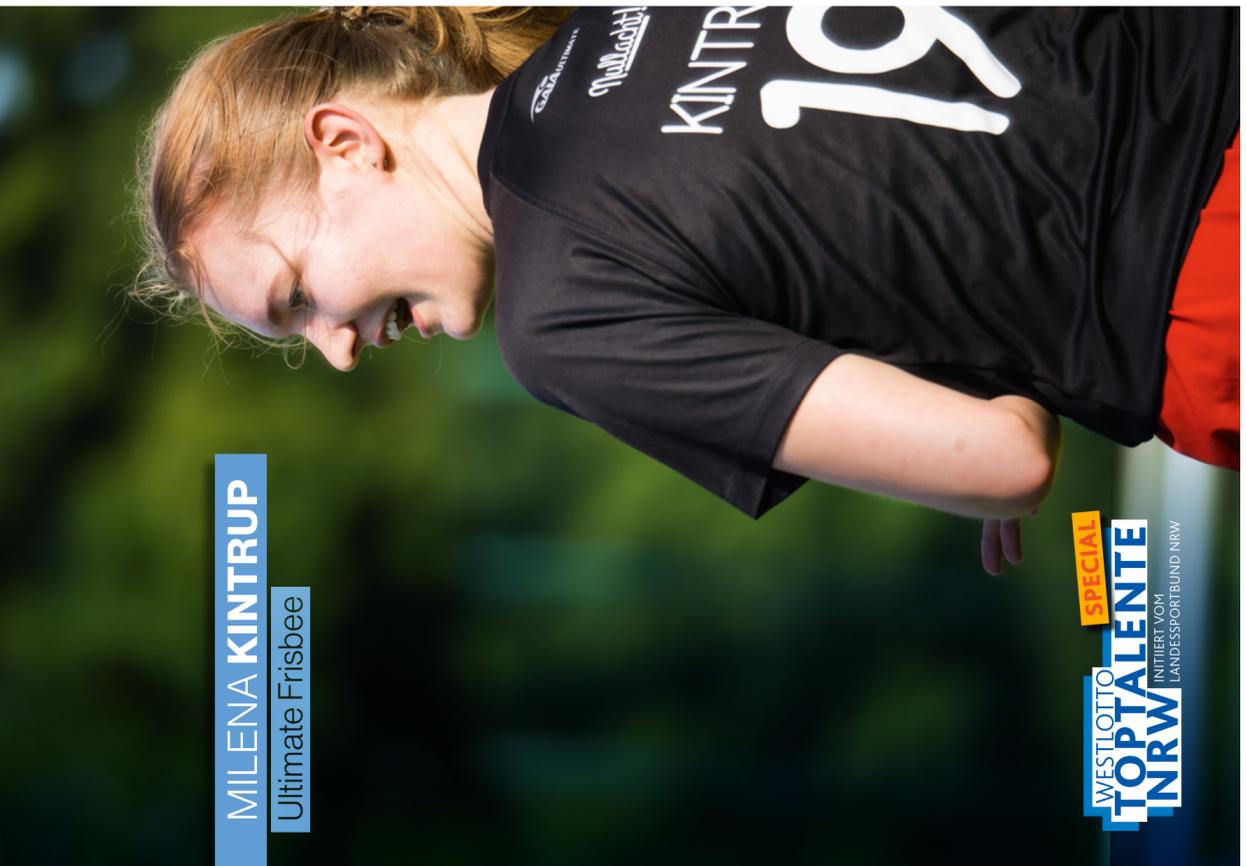
Erfolge:

2023

- 3. Platz | 1. Liga Mixed **Deutsche Meisterschaft** mit SC Münster 08 | in Aachen
- 3. Platz | **Weltmeisterschaft** mit Deutschland (U24 Damen) | in Nottingham, England
- 7. Platz | **EUJCF** mit SC Münster 08 (Club Europameisterschaft) | in Breslau, Polen



VIDEO: [GOLSB.NRW/2024TOPTALENT-SOMMERSPECIAL](#)



MILENA KINTRUP

Ultimate Frisbee

WESTLOTTOP
TOPTALENTE
INITIIERT VOM
LÄNDERSPORTBUND NRW

„SPIRIT OF THE GAME“

Die 21-jährige Milena Kintrup aus Münster spielt professionell Ultimate Frisbee. Für die meisten unter uns ist der Sport mit der Scheibe nur eine Freizeitbeschäftigung im Park, doch für die Psychologiestudentin war es ihr sportliches Aufleben. Wie sie dazu gekommen ist und welche Bedeutung das Team im Sport hat, erzählt sie uns im Interview.

Wie bist du zum

Ultimate Frisbee gekommen?

Ich bin durch meinen Papa zum Ultimate Frisbee gekommen. Er hat im Verein gespielt bei der älteren Mannschaft. Er hat mich einfach zum Training mitgenommen und ich fand es ganz cool. Irgendwann wurde ich gefragt, ob ich vielleicht zum Training in meine Altersklasse gehen will. Das war dann die U17.

Seit wann spielst du Ultimate?

Das erste Training war Ende 2017 und seit Mitte 2018 habe ich parallel zur U17 auch im Erwachsenenbereich angefangen. Ab dann war ich mehrmals die Woche beim Training.

Die meisten kennen Frisbee als Freizeitsport im Park. Erkläre uns gerne, was Ultimate Frisbee ist und wie es funktioniert.

Es ist eine Teamsportart. Es gibt zwei Mannschaften zu sieben Personen, das Spielfeld ist etwas kleiner als ein Fußballfeld und es gibt zwei Endzonen. Das Ziel ist die Scheibe in der Endzone der gegnerischen Mannschaft zu fangen – dann gibt es einen Punkt.

Man kann bis zu 15 Punkte machen. Mit der Scheibe in der Hand, darf ich als Spielerin nicht mehr laufen, sondern nur noch einen Sternschritt machen – wie beim Basketball. Sobald man die Frisbee in der Hand hält, beginnt das gegnerische Team zu zählen, denn binnen zehn Sekunden muss die Scheibe weiter fliegen. Dadurch wird es schnell und die anderen haben Druck, dass sie gute Angebote laufen.

Ich habe was vom „Spirit of the Game“ gelesen. Was ist das?

Ultimate Frisbee ist ein sehr fairer Sport. Das liegt am „Spirit of the Game“, es ist ein Ehrenkodex und den nehmen alle ernst. Am Ende eines Spiels gibt es eine „Spirit of the Game“-Bewertung, da wird das gegnerische Team in verschiedenen Kategorien bewertet. Die Bewertung spiegelt wider, wie das Team aufgetreten ist. Und ich finde ein Sieg fühlt sich nur gut und verdient an, wenn man eine gute Spirit-Bewertung bekommt.

→ → → DAS KOMPLETTE INTERVIEW: [MAGAZIN.LSB.NRW](#)



#TOPTALENTENRW

WESTLOTTOP
TOPTALENTE
INITIIERT VOM
LÄNDERSPORTBUND NRW



MILENA KINTRUP

Ultimate Frisbee

SPECIAL
WESTLOTTO
TOPTALENTE
NRW
INITIIERT VOM
LANDESPORTBUND NRW

Foto Andrea Bowinkelmann