

Workshop

Für den Sport im Verein begeistern – Ansprache und Aktivierung von Erwachsenen mittels des Alltags-Fitness-Test

Wann??	Dienstag 16.05.2017 - 18.00 bis 21.30 Uhr
Wo??	Franziskusgemeinde - Gleiwitzstraße 287 - 44328 Dortmund-Scharnhorst

Eine Maßnahme innerhalb des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ des LSB und des MfFKJKS

Zum Thema

Unsere Gesellschaft wird immer älter. Aber von wegen alt – viele Menschen über 60 Jahre sind noch erstaunlich fit. Dabei hängt die Lebensqualität der späten Jahre entscheidend davon ab, in welcher körperlichen Verfassung ein Mensch in diesem Lebensabschnitt ist. Gerade das regelmäßige Treffen in einer Sportgruppe oder auch die Mithilfe in einem Verein können dafür sorgen, auch weiterhin lange fit und mobil zu bleiben. **Aber wie können wir als Sportverein diese Zielgruppe ansprechen und für unsere Arbeit gewinnen?**

Ziel des Workshops

In diesem Workshop geht es um Möglichkeiten der Ansprache und der Gewinnung von Personen der Zielgruppe 50+. Mit der Vorstellung und Erläuterung des Alltags-Fitness-Test (A-F-T) des DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) erarbeiten und diskutieren die Teilnehmer den Einsatz des Tests in der Vereinsarbeit. Der A-F-T ermöglicht eine Überprüfung der für den Alltag wichtigen Fitness. Jeder will doch wissen wie fit er eigentlich ist!

Teilnehmer

Alle interessierten Übungsleiter und Funktionäre, die noch nach einer attraktiven Idee für einen Tag der offenen Tür im Sportverein, für eine besondere Sportgruppenaktion oder auch für die Beteiligung in einem Netzwerk im Stadtteil suchen, sind herzlich zu diesem Workshop eingeladen.

Anmeldung

Eine Anmeldung ist ab sofort möglich! Bitte schicken Sie Ihre Anmeldung unter Angabe von Name, Adresse, Geburtsdatum, Telefonnummer per E-Mail an unten angegebene Adresse.

Die Teilnahme ist kostenlos. Für einen kleinen Imbiss und Getränke ist gesorgt.

Bei weiteren Fragen können Sie sich wenden an:

Iris Peters -

Projektkoordination „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“ & „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
StadtSportBund Dortmund e. V.

E-Mail: i.peters@ssb-do.de

Tel.: 0231-50 111 04

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



StadtSportBund
Dortmund

lebendig | menschlich | fit

DJK

SPORTVERBAND
Diözesanverband
Paderborn e.V.