

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Herzlich willkommen zum „Zukunfts-Café“!

Thema: „Den Sportverein draußen stark machen!“

Michael Weber vom TuS 05 Oberpleis e.V. stellt das Projekt „fit for you and planet blue“ vor, das im Rahmen des DOSB-Projekts „SPORTOUT“ gefördert wurde und geht dabei insbesondere auf die daraus entwickelten Vereinsangebote im Freien ein, für die es zumeist keine vereinseigenen Gelände bedarf.

TuS 05 Oberpleis e.V. – Über uns

- **Sport:**

- 1.550 Mitglieder - 700 Kinder & Jugendliche
- Angebote im Leistungs- und Breitensport
- Gesundheitssport (Reha & Prävention)
 - 250 Teilnehmer*innen in 11 Orthopädie- (auch Aqua) und 2 Herzsportkursen

- **Trägerschaft Offener Ganztag:**

- 350 Kinder und Jugendliche
- OGS Sonnenhügel
- Gymnasium am Oelberg





SPORTOUT beim TuS – Chronologie

- **01.08.2022:** Amtsantritt als Geschäftsführer des TuS 05 Oberpleis e.V.
- **Spätsommer 2022:** Ausschreibung SPORTOUT
- **Brainstorming – Hochschule Bonn-Rhein-Sieg:** „Fit for you and planet blue“
- **07.12.2022:** Zuschlag SPORTOUT
- **Januar 2023:** Akquise von Partnern - „Einladung von Organisationstalenten“
- **Januar/Februar:**
 - SPORTOUT-Angebote: innovativ, gesundheitsorientiert, vielfältig, altersübergreifend, naturbewusst, draußen
 - Orte & Zeiten





SPORTOUT beim TuS – Konzept

Bootcamp:

- **Ziel:** Fitnesseinheiten für hochmotivierte Sportler*innen, die eine neue Herausforderung suchen und Trainingsreize setzen wollen
- **Zielgruppe:** 16+
- **Übungsleiter*in:** Qualifikation (Trainerlizenz/Sportwissenschaftler*in etc.), „Motivator*in“, „Wer kennt wen?“
- **Orts-Kriterien:** eben, gut erreichbar, evtl. Hindernisse und Fixpunkte => **Grundschulhof am Sonnenhügel**
- **Zeit-Kriterien:** außerhalb Schul- und Arbeitszeiten (nicht zu spät), 2 x Woche => **Dienstag & Donnerstag 17.00 – 18.00 Uhr**

Laufen – Erlebnis Natur:

- **Ziel:** Kinder mit Lauf-, Ball- und Geschicklichkeitsspielen Spaß am Sport in der Natur vermitteln
- **Zielgruppe:** Kinder im Grundschulalter
- **Übungsleiter*in:** Qualifikation (Trainerlizenz/Leichtathlet*in, Sportwissenschaftler*in etc.), kindgerecht, „Wer kennt wen?“
- **Orts-Kriterien:** abwechslungsreich, kindgerecht, verkehrssicher => Limperichsberg
- **Zeit-Kriterien:** familiengerecht, nicht zu häufig (Kinder sind i.d.R. sportlich aktiv) => 2. Sonntag im Monat, 10.30 – 13.00 Uhr



SPORTOUT beim TuS – Konzept

Sportrubriken - Sportangebote - Sportreise - Sportevents

HIDDEN-PLACES GYM

Bootcamp * GymWalk *** Nordic Walking & Gymnastik *** Pilates**

LAUFEN

Erlebnislauf * Erlebnis Natur *** Trimm-Dich-Fit in der Natur *** Lauf AG**

NATURERLEBNIS WANDERN

NATURAL OLYMPICS

OUTDOOR TANZ

Breakdance * Standardtänze *** Ecstatic Dance *** Zumba Kids *** Zumba Teens *** Nature Dance**

RADSPORT FÜR ALLE

SPORT AM BEACH

Beachvolleyball * Beachtennis *** Speedminton *** Roundnet (Spikeball)**

STREUOBSTWIESEN-YOGA



SPORTOUT beim TuS – Chronologie

- **Februar:** Layout und Druck Broschüre, Flyer, Plakate
- **Ende Februar:** Pressegespräch
- **Anfang März:** SPORTOUT-Messe
- **Mitte März:** Start der ersten Angebote
- **Erwerb der Beachsportanlagen**
- **April:** Bewerbung und Start der „Sommersportarten“ nach den Osterferien
- **Highlights:** Beachsportfeste, Euro-Radtour, SPORTout-Fest, „Ich möch zo Foß noh Kölle jon“





TuS 05 Oberpleis e.V. – Aktivitäten und Ehrungen

Preise:

- „Stern des Sports in Silber“ 2023
- „Großer Stern des Sports in Bronze“ 2023
- Nachhaltigkeitspreis
- Bayer 04-Ehrenamtspreis 2023



3.12.2023 - SOZIALES

Bereits zum 17. Mal hat die Bayer 04 Sportförderung gGmbH den Ehrenamtspreis für ein herausragendes Engagement im Fußball in Leverkusen und der näheren Region vergeben. Die drei herausragenden Vereine in 2023 sind der BSV Roleber 1919, der TuS 05 Oberpleis und der SV 1924 Glehn. Sie erhalten jeweils ein Preisgeld in Höhe von 5.000 Euro.



Das Wissensportal bietet Sportvereinen und -verbänden Inspiration und praktische Ratschläge rund um das Thema Sport im Freien.



Das interaktive Wimmelbild vermittelt Wissen und liefert Inspiration zum Thema "Sport im Freien". Foto: DOSB

Das neue Wissensportal 'Sport im Freien' ist erfolgreich gelauncht worden. Entwickelt im Rahmen des EU-geförderten DOSB-Projektes 'SPORTOUT', dient das Portal als Quelle der Inspiration und des Wissens, um Sportvereine und -verbände dabei zu unterstützen, Sport- und Bewegungsangebote im Freien zu etablieren.

Michaela Röhrbein, DOSB-Vorständin für Sportentwicklung, unterstreicht die Relevanz dieses Portals: „Unser Ziel ist es, Sportvereine, Verbände und Bünde zu ermutigen und zu inspirieren, während wir sie gleichzeitig mit Hinweisen und Tipps zur Umsetzung von Sportangeboten im Freien unterstützen. Uns ist es wichtig, dass wir die Basis erreichen. Jede*r einzelne ist somit Multiplikator*in für dieses Thema.“

Beim Besuch des Wissensportals werden die Nutzer*innen auf der **Startseite** zunächst von einem motivierenden Wimmelbild abgeholt, welches sie in die vielfältigen Themen rund um Sport im Freien einführt und dabei u.a. die Potenziale für die Gesundheit hervorhebt. Das Portal bietet umfassende Informationen darüber, in welchen Sporträumen Sport im Freien möglich ist, und unterstützt bei der Planung und Durchführung solcher Angebote. Zusätzlich gibt es rechtliche Einblicke in die notwendigen Richtlinien für eine natur- und umweltverträgliche Sportausübung und beantwortet die wichtigsten Fragen.

Ein besonderes Highlight sind die Checklisten, welche praktische Ratschläge und Hinweise für eine reibungslose Planung und Durchführung von Sportangeboten im Freien bieten. Darüber hinaus präsentiert das Portal weitere themenspezifische Initiativen, Projekte und Programme der DOSB-Mitgliedsorganisationen.

Die Inhalte des Portals basieren unter anderem auf den Erkenntnissen von **fünf SPORTOUT-Pilotprojekten**, die im Rahmen ihrer einjährigen Laufzeit wertvolle Erfahrungen gesammelt haben.





TuS 05 Oberpleis e.V. nach SPORTOUT

Wettkampfsport:

- Fußball/Talentwerk
- Badminton
- Basketball

Gesundheitssport:

- Reha-, Aqua- und Herzsport
- Prävention (Betriebssport)

Erlebnissport:

- **Fitness & Entspannung:** Bogenschießen, Boxen, Damen-Gymnastik, Fit bis ins hohe Alter, Fit in Form Mama!, Fitness-Gymnastik, Fitness-Mix 60+, Pilates, Yoga
- **Tanzen & Turnen:** Abenteuer-Turnen, Breakdance, Eltern-Kind-Turnen, Geräteturnen, Geschwisterturnen, Parasport für Kinder (Tu(S)Gether Kids), Tanzkurs (Gesellschaftstanz & Workshops), Vorschulkinder, Zumba, Zumba Kids, Zumba Teens
- **Sport & Natur:** Beach-Arena (u.a. Beachtennis, Beachvolleyball, Roundnet), Bogenschießen, Bootcamp, Nordic-Walking & Gymnastik, Outdoor-Pilates, PowerGym & Walk im 7GB, Radfahren/Radtouren (Tour 2024: Bonn – Berlin), Speed-Walking, Sport im Park, Streuobstwiesen-Yoga, Walking Football, Wandern



TuS 05 Oberpleis e.V. – Kontakt

Mail: m.weber@tus05-oberpleis.de

Telefon: 02244 – 9020117

Internet: www.tus05-oberpleis.de

Turn- und Spielverein 1905 Oberpleis e.V.
Humboldtstraße 3a
53639 Königswinter-Oberpleis

Der Eingang zu Geschäftsstelle & Sporthalle befindet sich an der Seite des Vereinsheims in der Straße „Am Krahfeld“.