



## Gruppenhelfer/-innen

### Trends



Was haben Handball, Röhrrad, Aerobic, Trimm Dich, Slacklining, CrossFit, StandUp Paddling, Crossboccia und YOU.FO gemeinsam? Sie alle waren oder sind aktuell ein Trend im Sport. In der Sportwelt kommen und gehen Trends. Einige Trends können sich langfristig etablieren und stellen heute in der Sportwelt eine bedeutsame Sportart dar, wie Handball. Oder aber sie verlieren nach einem (kurzen) Hype wieder an Bedeutung, wie die 1970 gestartete Trimm-Dich-Kampagne.

Als Gruppenhelferinnen und Gruppenhelfer kennst Du sicher den einen oder anderen aktuellen Trend oder bist vielleicht sogar in einer neuen Trendsportart Expertin bzw. Experte. Dieses Wissen kannst Du nutzen, um Deine Übungsleiterinnen und Deinen Übungsleiter zu unterstützen und neue Trends in der jeweiligen Sportgruppe oder im Verein vorzustellen. Auch auf Ferienfreizeiten können aktuelle Trends ausprobiert werden. Die Vielfalt an Sporttrends bietet für alle etwas, sodass neue Vereinsmitglieder durch neue Angebote gewonnen oder im Rahmen eines Trainings als alternative Bewegungsaktivität angeboten werden können.

Auf den folgenden Seiten findest Du daher ein paar *Allgemeine Informationen zu Trends im Sport*, verschiedene *Trendsportarten* und *nützliche Links*. Diese Unterlagen sollen Dich bei Deiner GH-Tätigkeiten unterstützen.



### **Wissenswertes**

In dem folgenden Artikel findest Du ein paar allgemeine Informationen zum Thema Trends im Sport. Neben einigen Erklärungen und Unterscheidungsmerkmalen werden ein paar weitere spannende Fakten zu Trends im Sport vorgestellt.

[Artikel "Trends im Sport"](#)

### **Trendsportarten**

Es gibt eine fast unüberschaubare Anzahl an unterschiedlichen Trendsportarten. Immer wieder kommen und gehen Trends im Sport, sodass die folgende Übersicht nie vollständig sein kann und auch nur einen Ausschnitt aus der Masse an Trendsportarten darstellt. Manche Angebote sind vielleicht schon keine „richtigen“ Trends mehr, da sie etabliert sind, aber immer noch als Trend bezeichnet werden (z. B. Ultimate Friesbee). Und zu manchen Trends gibt es kaum Materialien oder Stundenentwürfe, da sich Regeln und Rahmenbedingungen erst noch ausprägen und festigen müssen.



### [Insanity Workout](#)

Ein Fitness-Trend aus den USA

---

### [Im Schwung mit dem SMOVEY®](#)

Ein Schwingsystem für das ganzheitliche Training

---

### [Parkour](#)

Einführung in Parkour und wesentliche Techniken des Balancierens und des Armsprungs

---

### [Capoeira Teil 1](#)

#### [Capoeira Teil 2](#)

Die etwas exotische „Kampftanz-Stunde“

---

### [Quick-Ball](#)

Mit Stab und Kugel – eine Einführung in das Quick-Ball-Spiel

---

### [Intercrosse](#)

Einführung in ein (Indianer-)Spiel

---

### [Ultimate-Frisbee](#)

Einführung in das Ultimate-Frisbee-Spiel

---

## [Slackline](#)

Gemeinsam auf und an der Leine

---



Unter folgender Seite des Landessportbundes NRW findet ihr noch viele weitere [Videos](#) zu Trends



Außerdem gibt es in den Praxishilfen von [VIBSS/Sportpraxis](#) noch viele weitere Trends im Überblick

## **Nützliche LINKS**

Die Internetseiten hinter den folgenden Links bieten weitere nützliche Informationen zum Thema Trendsport. Sie bieten weitere Inspirationen und Anregungen zum Thema.

[Lebegeil](#)

Jan Stein stellt in seinem Blog verschiedene Trendsportarten vor

[strongg.com](#)

Überblick über viele neue Fitness-Trends

[Internationale Sport Business Network](#)

Übersicht über aktuelle Trends

[paradisi-website](#)

Neue Fitness-Trends