



Online-Sportangebot

Versuche Onlinesport mit Laptopkamera bzw. Handykamera anzubieten, gestalteten sich schwierig, da der Abstand zwischen Kamera und der Übungsleiterin sehr groß sein musste. Mit der Webcam kann der Abstand zwischen der Übungsleiterin und Kamera so kurz gestaltet werden, dass eine visuelle Kontrolle der Teilnehmenden durch die Übungsleiterin möglich ist.

Welches Ziel hatten Sie bei Ihrem Projekt?

Nach monatelanger Sportpause aufgrund von Corona wollten wir den Mitgliedern die Möglichkeit geben wieder in Bewegung zu kommen.

Ziel des Onlinesportangebots war Interaktionsmöglichkeiten zwischen der Übungsleiterin und den Sportteilnehmenden zu schaffen.

Bitte schildern Sie den Verlauf Ihres Projektes? / Wie haben Sie ihr Projekt umgesetzt?

Nachdem Videos mit Sportanleitungen/Übungen auf die Vereins-Homepage gestellt wurden, ist uns bewusst geworden, dass das Interagieren zwischen Übungsleiterin und Ausführenden fehlt.

Unsere Übungsleiterin belegte im Vorfeld eine Fortbildung Onlinetraining.

Durch die hier erworbenen Kenntnisse über das wie und mit welchem Equipment man Onlinesport durchführt, wussten wir was wir dazu anschaffen müssen.

Versuche Onlinesport mit Laptopkamera bzw. Handykamera anzubieten, gestalteten sich schwierig, da der Abstand zwischen Kamera und der Übungsleiterin sehr groß sein musste. Mit der Webcam kann der Abstand zwischen der Übungsleiterin und Kamera so kurz gestaltet werden, dass eine visuelle Kontrolle der Teilnehmenden durch die Übungsleiterin möglich ist.

Die vorhandenen Sportgruppen-Teilnehmenden wurden über Whats'App über das Onlinesport-Angebot informiert. Des weiteren wurde diese Information auf der Homepage veröffentlicht. Es wurde von der Übungsleiterin ein Zoom-Link an die Teilnehmenden verschickt. Vorab gab es einen Probelauf mit einem kleinen Teilnehmerkreis.

Welche Probleme haben sich in der Umsetzung ergeben und wie konnten Sie diese lösen?

Beim Probelauf wurde festgestellt, dass die Datenrate im Vereinsheim in unserem Gymnastikraum nicht ausreichte, sodass die nächste Onlinestunde vom Zuhause der Übungsleiterin aus gestartet wurde. Manche Teilnehmer konnten Zoom nicht downloaden bzw. den Link nicht öffnen. Hier gab der Verein

Hilfestellung.

Welche Auswirkungen hat ihr Projekt für die zukünftige Vereinsarbeit?

Der Verein kann sich vorstellen Präsenzsport und Onlinesport parallel laufen zu lassen. Gerade für Teilnehmende, die eine neue Gruppe testen wollen und den direkten Kontakt erst einmal scheuen, scheint es ein ideales Angebot zu sein. Aber auch in der Übergangszeit, wo nur mit viel Abstand Indoor-Sport stattfinden darf, kann man die Sportgruppen in Präsenzwechsel versorgen.

Wer war Ihre Zielgruppe und wie hat diese das Projekt aufgenommen?

Zielgruppen sind die 50plus-Gruppe, die Frauen der Feierabend-Fitnessgruppe und die Teilnehmenden am Rehasport. Das Onlinesport-Angebot wurde gut angenommen.

Welche Empfehlungen, Tipps und Tricks haben Sie für andere Engagierte?

Von Fehlschlägen nicht entmutigen lassen. Einfach ausprobieren.

[zur Lotto-Sport-Stiftung](#)