

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

es gibt wieder Neuigkeiten aus dem Sportpark an der Jahnstraße, bitte beachten Sie besonders unsere Terminhinweise. Viel Spaß bei der Lektüre des „KSB-aktuell“ wünscht

Ihre KSB-Geschäftsstelle

Inhaltsverzeichnis

Aktuelles aus der Geschäftsstelle	2
Übungsleiterzuschüsse	2
Bildung	2
KERLGESUND	2
Gesund älter werden und bleiben – Impulse für Übungsstunden und Alltag	3
Integration im und durch Sport	5
Interkulturelles Sport- und Musikfest 2019	5
Sportlehrstätte	7
Realschule Himmelsthür	7
Sportabzeichen	7
Beach-Sportabzeichen und Mini-Sportabzeichen	7
Sonstiges	9
Aktuelle Beiträge auf der KSB-Internetseite	9
Termine 2019	9

Aktuelles aus der Geschäftsstelle

Übungsleiterzuschüsse

Die Anträge auf Zuschüsse von nebenamtlichen Übungsleitern für den Zeitraum 01. Januar bis 30. Juni 2019 haben wir dankend erhalten. Die Daten werden in den nächsten Tagen in das Programm eingepflegt und die Geschäftsstelle wird stichpunktartige Prüfungen vornehmen. Erst nach Beendigung der Prüfung werden die Zuschüsse ausgezahlt. Bitte beachten Sie, dass eine Auszahlung nur erfolgen kann, wenn dem KSB ein aktueller Freistellungsbescheid (mind. gültig bis 31.12.2019) vorliegt.

Bildung

KERLGESUND

Erlebnissporttag für Männer in Salzgitter-Lebenstedt



BKK
Länger besser leben.

LandesSportBund
Niedersachsen e.V.

Sportregion
Hildesheim-Peine-
Salzgitter

KERLGESUND

Erlebnissporttag für Männer

SAMSTAG, 31.08.2019
10–16 Uhr

Amselstiegsporthalle
Salzgitter-Lebenstedt

Life Kinetik Trendspiele
STEEL DART DENKATHLON® TO GO
Smovey RUGBY
Selbstverteidigung
FASZIEN TRAINING & ENTSPANNUNGSFORMEN

Kosten: 10 Euro pro Person
(inkl. Mittagessen, Getränke und Grillen),
für „Länger besser leben.“-Teilnehmer kostenlos

Anmeldung und Infos:
☎ 05171 2979202 🌐 www.ksb-peine.de

www.lbl-stadt.de/kerlgesund

Am Samstag, dem 31.08.2019 stehen in der „Sportregion Hildesheim-Peine-Salzgitter“ tolle Sportangebote für Männer im Fokus. Unter dem Motto „Kerlgesund“ findet unser 4. Erlebnissporttag für Männer, der mit Unterstützung des LandesSportBundes Niedersachsen e.V. (LSB) durchgeführt wird, nach dem Auftakt (2016) **wieder in Salzgitter statt**. Gemeinsam organisieren der KreisSportBund Salzgitter e.V. und die BKK24 die Veranstaltung mit einer Mischung aus Vorträgen, sportlichen Aktivitäten und einem geselligem Abschluss. **Ziel der Aktion: Möglichst viele Männer für Bewegung zu begeistern und für ihre Gesundheit zu sensibilisieren.**

„Kerlgesund“ startet um 10.30 Uhr in der Amselstiegsporthalle. Nach dem **Fachvortrag zum Thema „Der Blutcode – Dass Fitnessgeheimnis ihrer Blutgruppe“** sowie einer sich anschließenden aktiven Mittagspause stehen dann bis ca. 16.00 Uhr 8 Sport-Workshops im Mittelpunkt. „In Kooperation mit regionalen Vereinen aus der Sportregion werden acht verschiedene Schnupperkurse angeboten, aus denen jeder Teilnehmer nach persönlicher Vorliebe **2 Workshops wählen kann**. Mit dabei sind „Mannschafts- Trendspiele für Männer“, „Klassiker“ wie Selbstverteidigung und Faszientraining, „Rugby“, Denkhathlon TO GO als verbindendes Gehirntaining mit Bewegung, Smovey, Life Kinetik und erstmals auch Steel Dart zum Kennen lernen, beschreibt Ralf Klemm, Sportreferent beim KreisSportBund Peine, die weiteren Angebote.

BKK24-Vorstand Friedrich Schütte hebt die positiven Effekte für die Gesundheit hervor: „Körperliche Aktivität ist eine wichtige Voraussetzung für ein längeres besseres Leben.“ LSB-Präsident Prof. Dr. Wolf-Rüdiger Umbach sieht den Kontakt der Männer zu Sportvereinen im Vordergrund: „Unser Ziel ist es, Männer für Sport und Bewegung zu begeistern. Wenn das durch Kerlgesund gelingt, finden Männer in unseren Sportvereinen vielfältige Bewegungsangebote für ein lebenslanges Sporttreiben.“

Weitere Standorte der Kerlgesund-Tour 2019 sind Westerstede (08.09.19), Lengerich (14.09.19), Aurich (22.09.19), und abschließend Ritterhude (26.10.19).

Anmeldungen für den 31. August nimmt der KreisSportBund Peine e.V. unter der Telefon Nr.: 05171-2979202 oder E-Mail rklemm@ksb-peine.de entgegen.

Gesund älter werden und bleiben – Impulse für Übungsstunden und Alltag

Am 28.09.2019 in Sögel

Eine zunehmende Herausforderung in Deutschland ist die älter werdende Bevölkerung. Laut dem Landesamt für Statistik werden im Jahr 2030 mehr als 30% der Bevölkerung in Niedersachsen 65 Jahre und älter sein.

Das Akademie-Forum Sportentwicklung „*Gesund älter werden und bleiben – Impulse für Übungsstunden und Alltag*“ nimmt diese Entwicklung zum Anlass, um Anregungen zu geben, wie die Sportvereine darauf reagieren und bestehende Angebote weiter ausbauen können. Es werden Impulse in den Bereichen Altersbilder, Lebensstile, Ernährung, Mobilisation, Selbstständigkeit und Trends gegeben sowie gemeinsam in der Praxis erprobt.

Weitere Informationen:

<https://www.akademie.lsb-niedersachsen.de/akademie-programm/akademie-foren/gesund-aelter-werden/>

10:00 – 10:15 Uhr	Begrüßung und Eröffnung durch Akademie des Sports und KSB Emsland
10:15 – 11:15 Uhr	Die demographische Alterung als Herausforderung für Sportvereine – brauchen wir wirklich Seniorensport? Prof. Dr. Ansgar Thiel, Eberhard Karls Universität Tübingen
11:15 – 12:00 Uhr	Was esse und trinke ich heute? - Sport und Ernährung im Alter Dr. med. Michael Greis, Sport- und Ernährungsmediziner Lingen
12:00 – 13:00 Uhr	Pause mit Mittagsverpflegung
13:00 – 14:30 Uhr	Workshops 1. Durchgang* 01 – Der Alltags-Fitness-Test (AFT) und das Alltags-Fitness-Test-Praxisprogramm (AFT-PP) – alltagsrelevante Fitness älterer Menschen erfassen und stärken Anne Surborg , Sportwissenschaftlerin (M. A.) sowie Sport- und Bewegungstherapeutin Der Alltags-Fitness-Test (AFT) ist ein überprüftes Instrument zur Erfassung der alltagsrelevanten körperlichen Fitness im Alter. Es werden verschiedene körperliche Funktionsniveaus hinsichtlich der Selbstständigkeit überprüft. ÜbungsleiterInnen und Übungsleiter können aufgrund der Ergebnisse des AFTs mit einem vom LSB entwickelten Kursprogramm (AFT-Praxisprogramm) die Fitnesskomponenten der Trainierenden gezielt fördern. Dieser Workshop gibt einen Überblick zu den Inhalten sowie der Durchführung des AFT, des AFT-PP und es kann sich selbst ausprobiert werden. 02 – Walking Football – Die etwas andere Art Fußball zu spielen Jens Dijkstra , Huis voor de Sport Groningen, Niederlande Beim Walking Football handelt es sich um ein altersgerechtes und gesundheitsförderndes Fußballspielen, angepasst an die Anforderungen des steigenden Alters. Gespielt wird ausschließlich im Gehen, dazu ohne körperliche Härte und nur bis zu einer Spielhöhe von einem Meter. Walking Football ist speziell für SportlerInnen und Sportler ab 60 Jahren beider Geschlechter geeignet. Es werden Informationen zu diesem neuartigen Angebot gegeben und es kann selber ausprobiert werden. 03 – Förderung von Kraft und Gleichgewicht älterer Menschen ab 60 Jahren mit dem standardisierten Sturzpräventionsprogramm Gernot Gehrman n, Übungsleiter B „Sport in der Prävention & Rehabilitation“ und Referent zu Themen aus dem Gesundheitssport Mit dem Alter lassen motorische Fähigkeiten wie z. B. Kraft und Koordination, insbesondere der Gleichgewichtssinn und das Reaktionsvermögen, nach. Dies kann zu einem erhöhten Sturzrisiko führen. Mit diesem zertifizierten Angebot können ältere Menschen ihre körperlichen Fähigkeiten trainieren und damit das Sturzrisiko minimieren. Teilnehmende erlernen mit einfachen Übungen sicher durch den Alltag zu kommen und somit langfristig mobil und selbstständig zu bleiben. Den Übungsleitenden steht in der Praxis ein umfangreiches Materialpaket mit Stundenbildern zur Verfügung. Das Sturzpräventionsprogramm wird in diesem Workshop vorgestellt und selber erlebt.
14:30 – 15:00 Uhr	Pause und Wechsel der Workshops
15:00 – 16:30 Uhr	Workshops 2. Durchgang Wiederholung der Themen aus dem ersten Durchgang.
16:30 Uhr	Ende der Veranstaltung

*Bitte geben Sie Ihre Wunsch-Workshops und jeweils eine Alternative bei der Anmeldung im BildungSportal im Feld „Anmerkungen“ an.
z. B. 1. Durchgang Workshop 1, 2. Durchgang Workshops 2; Alternativen: 1. Durchgang Workshop 3, 2. Durchgang Workshop 1

Integration im und durch Sport

Interkulturelles Sport- und Musikfest 2019

Nach erfolgreicher Neuauflage im letzten Jahr – am 17. August auf dem Gelände der Musikschule Hildesheim

Nach erfolgreicher Neuauflage im letzten Jahr wird es auch in diesem Jahr wieder das Interkulturelle Sport- und Musikfest auf dem Außengelände der Musikschule Hildesheim geben. Das Fest begeistert in diesem Jahr mit einem Mix aus Sportangeboten zum Staunen und Anfassen, Tanz, Live-Musik, internationalen Speisen und einer interkulturellen Qualifizierung für die Jobs von morgen. Das Konzept haben sich unter der Trägerschaft des KreisSportBunds Hildesheim (KSB), die Musikschule Hildesheim, die Stadt Hildesheim, Radio Tonkuhle 105,3, das Jobcenter sowie die Arbeitsagentur ausgedacht.

Auf der großen Open-Air Bühne der Musikschule gibt es durchgängig ein buntes und vielfältiges Programm, beginnend mit Türk Gücü und türkischem Tanz sowie der Gitarren-Gruppe „Kultur macht stark“. Nach der Eröffnung durch Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer folgt Cheerleading, Choreographie Tanz und Bauchtanz meets Tribal vom MTV 48. Danach folgen weitere Tanzeinlagen vom Türk Gücü, Eintracht Hildesheim und dem Hildesheimer Tanzsportclub. Dazwischen wird es musikalisch mit den Zwiebelrennern, EACHOneteachONE und der Band Ok.Ok.. Die schottische Kultur versucht uns die Alba Pipe Band näher zu bringen und die Grundschule Nord wird auf Cajons trommeln. Die thailändische Kampfkunst Muay Thai wird vom TSV Söhlde präsentiert. Den Abschluss des Bühnenprogramms bildet die Varifocal Jazz Lounge Big Band mit nord- und südamerikanischen Stücken.

Neben dem vielfältigen Bühnenprogramm wird es auch eine große Anzahl an Mitmachangeboten geben. Unter anderem ist der MTV 48 mit einem Basketballangebot vertreten. Für die Jüngsten gibt es eine Menge an sportlichen Mitmachangeboten wie eine Kletterwand, betreut vom DAV, ein großes Wasserbecken, einen Aerotrim, Sumo-Ringer Anzüge und einen Airtrack betreut durch Eintracht Hildesheim – natürlich fehlt auch eine große Hüpfburg nicht. Für Getränke und internationale kulinarische Köstlichkeiten ist ebenfalls gesorgt.

Bei der „Interkulturellen Qualifizierung für die Jobs von morgen“ können sich Interessenten und Interessentinnen über gute und sehr individuelle Fortbildungen bei folgenden Firmen zwanglos informieren: bfw, GGBH, Stein & Kreye, LEB, AWO, Asyl e.V., Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft, Agentur für Arbeit, Jobcenter.

Das Interkulturelle Sport- und Musikfest findet am Samstag, 17. August, auf dem Außengelände der Musikschule Hildesheim in der Waterloostraße 24 statt. Beginn ist um 10 Uhr, es endet um 16 Uhr. Der Eintritt ist frei. Im Anschluss sind noch alle herzlich eingeladen den 15. Geburtstag von Radio Tonkuhle, auf dem gleichen Gelände, von 16 Uhr bis 22 Uhr zu feiern.

- Interkulturelles -

SPORT & MUSIK

FEST 2019

10 UHR

15 SV TÜRK GÜCÜ TÜRKISCHER TANZ
45 KULTUR MACHT STARK GITARREN-BAND

11 UHR

00 BEGRÜSSUNG OB DR. INGO MEYER
10 MTV 48 CHEERLEADING, CHOREOGRAPHIE-TANZ
UND BAUCHTANZ MEETS TRIBAL
30 DIE ZWIEBELRENNER BAND
50 SV TÜRK GÜCÜ TÜRKISCHER TANZ

12 UHR

00 EACHONETEACHONE SINGER / SONGWRITER
30 HTC E.V. VERSCHIEDENE TANZGRUPPEN

13 UHR

00 EINTRACHT HILDESHEIM TANZGRUPPEN
20 OK.OK. BAND
30 ALBA PIPE BAND SCHOTTISCHE KULTUR

14 UHR

00 TSV SÖHLDE MUAY THAI
30 ZWEI KLASSEN DER 65 NORD
CAJON - TROMMELN

15 UHR

15 VARIFOCAL JAZZ LOUNGE BIG BAND
NORD UND SÜDAMERIKANISCHE STÜCKE
50 TSCHÜSS



— WEITER GEHTS! —

16:00

— HAPPY BIRTHDAY! —



VON 16-22 UHR **15 JAHRE TONKUHLE!**

WWW.TONKUHLE.DE **DAS GROSSE OPEN-AIR-FAMILIENFEST**

☑ ÜBER 8 GROSSE LIVE ACTS ☑ SCHLENDERMEILE ☑ VIELE ÜBERRASCHUNGEN

Sportlehrstätte

Realschule Himmelsthür

Ab dem 15.08.2019

In der Geschwister-Scholl-Hauptschule und der Realschule Himmelsthür fehlen nach den Sommerferien Klassenräume. Aufgrund der starken Anmeldezahlen und dem verschobene Umzug (erst im Herbst 2020) der Hauptschule in eine frei gewordene Schule in die Nordstadt hilft der KreisSportBund Hildesheim die Situation der Schulen zu entschärfen.

Die Realschule erhält den bisher genutzten Aufenthaltsraum der Übernachtungsgäste im Keller als festes Klassenzimmer. Am Nachmittag und am Wochenende kann der Raum, dank seiner praktisch geplanten Nutzung, trotzdem weiterhin als Aufenthalts- und Tagungsraum genutzt werden.

Zusätzlich wird ein Tagungsraum des KSBs regelmäßig als Kursraum genutzt.

Wir freuen uns auf unsere neuen Gäste und auf einen reibungslosen Ablauf.

Sportabzeichen

Beach-Sportabzeichen und Mini-Sportabzeichen

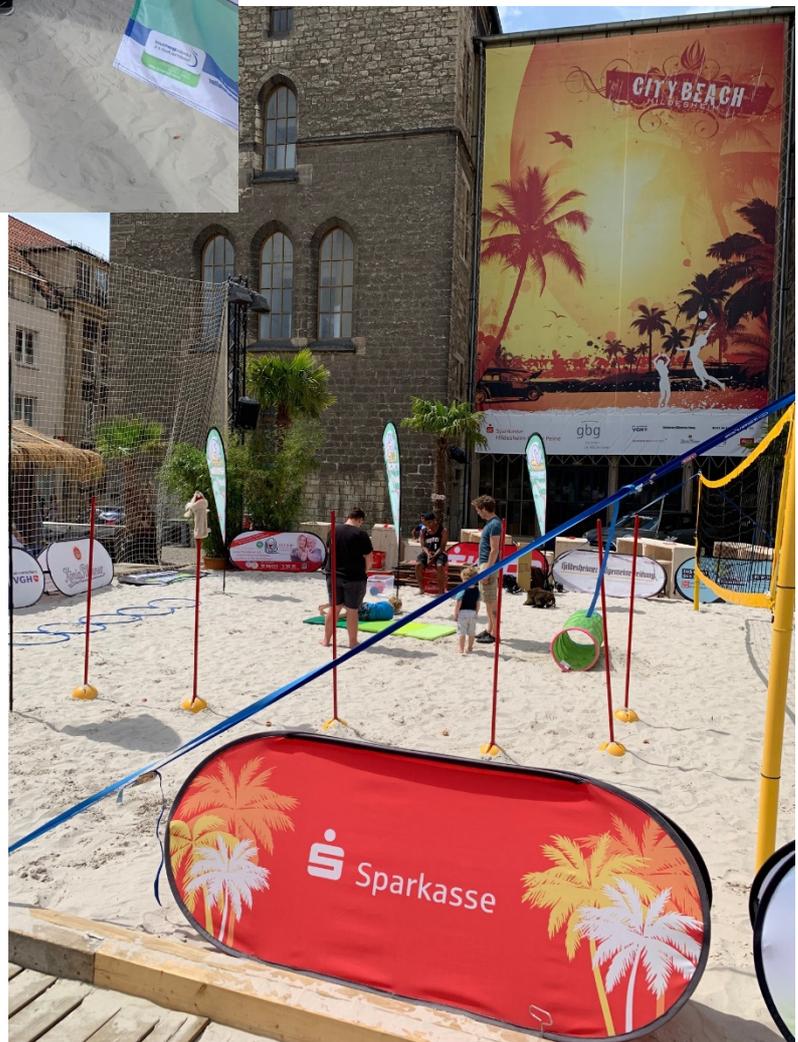
Ein großer Erfolg auf dem Citybeach

Am 20. Juli hat der KSB zusammen mit einigen Helfern ein Beach-Sportabzeichen und das vom LSB konzipierte Mini-Sportabzeichen angeboten.

Zahlreiche Kinder und auch Erwachsene stellten sich der sportlichen Herausforderung und erhielten am Ende ihre Urkunde und eine Medaille. Wir sagen DANKE an die BARMER für die Unterstützung und an Hildesheim Marketing GmbH für die Möglichkeit das Sportabzeichen zu präsentieren.



Offizielles Mitteilungsblatt des KreisSportBund Hildesheim e. V. August 2019



Sonstiges

Aktuelle Beiträge auf der KSB-Internetseite

Auf unserer Internetseite gibt es immer etwas Neues zu entdecken... Schauen Sie doch mal vorbei unter www.kreissportbund-hildesheim.de! Neues finden Sie auch auf unserer Facebookseite unter <https://www.facebook.com/KSBHI/> oder auf Instagram [ksb_hildesheim](https://www.instagram.com/ksb_hildesheim).

Termine 2019

KSB Hildesheim e.V./Sportregion

August

- 17. Interkulturelles Sport- und Musikfest
- 26. Qualifix Sportverein und Ganztagschule (Peine)
- 29. Qualifix Sportstättenbau
- 31. KERLGESUND

September

- 06.-08. Fitness und Gesundheit
- und 20.-22. Fitness und Gesundheit
- 11. Sprache Lernen in Bewegung (Salzgitter)
- 12. Qualifix Kooperation & Fusion (Salzgitter)
- 28. Spiekekiste (Peine)

Oktober

- 1. Qualifix Spenden, Sponsoring & Steuern im Verein (Salzgitter)
- 24. Qualifix Sportstättenbau (Salzgitter)

November

- 02. Stationstraining (Peine)
- 13. Sprache Lernen in Bewegung
- 16.-17. 15-Stunden Kompaktfortbildung

Dezember

- 09. Qualifix Intranet (Peine)