



Bild 1: <https://pixabay.com/de/>

Die aktuelle Corona-Verordnung | Stand 30.05.2021:

http://www.ksb-schaumburg.eu/fileadmin/user_upload/Corona/Corona_Verordnung_30.05.2021.pdf

Fortbildung „Unterwegs mit dem Fitness-Rucksack“

>>> **mehr auf Seite 4**

Das Deutsche Sportabzeichen & Minisportabzeichen – Was ist das?

>>> **mehr auf Seite 5 -7**

Fortbildung „Kraft- & Beweglichkeitstraining für Erwachsenen“

>>> **mehr auf Seite 8 & 9**

Übungsleiter-Börse

PostSC Stadthagen sucht ÜL
VT Rinteln sucht Trainer,-
Assistenten

>>> **mehr auf Seite 13**

Themenbereiche des Newsletters



KINDER & JUGENDLICHE



FÖRDERPROGRAMME IM SPORT



GESUNDHEIT



VERANSTALTUNGEN & FORTBILDUNGEN



ÄLTERE



SONSTIGES

Kurz Info

Liebe Leser/innen unseres Newsletter,

Hiermit möchten wir Euch kurz mitteilen, dass sich unsere Sendezeiten des Newsletter geändert haben. Da uns Informationen zu neuen Veranstaltungen oder Seminaren immer am Anfang des Monats erreichen, werden wir unseren Newsletter in Zukunft in der Ersten Woche des Monats an euch verschicken.

Auch auf unserer Homepage wird der Newsletter dann jeweils am Anfang des Monats hochgeladen.

Aktuelle Termine 2021

- ~~✓~~ ~~14.08.-21.08.2021~~ ~~R(o)ad-Trip Niedersachsen (Sportjugend)~~ –
Ausfall ...
- ~~✓~~ ~~27.08.-01.09.2021~~ ~~1.ActionCamp der Sportjugend~~ –
Schaumburg – Ausfall ...
- ✓ 04.09.2021 **Männersporttag/ „Kerlgesund“**
- ~~✓~~ ~~17.09.-19.09.2021~~ ~~Tour-Guide Seminar~~
- ✓ 19.09.-26.09.2021 **Senioren Camp**
- ✓ 26.11.-28.11.2021 **Tour-Guide Seminar**
- ✓ 30.09.2021 **KreisSportTag**



Bild 2: <https://pixabay.com>

Rund um Corona

Die Entwicklungen der Corona-Krise werden auch in diesem Jahr noch einige unserer Veranstaltungen beeinflussen. Auf unserer Homepage findet Ihr aktuelle News zu Corona und unseren Veranstaltungen.

Trotz der niedrigen Inzidenz in Schaumburg ist unsere Geschäftsstelle für den öffentlichen Publikumsverkehr **geschlossen**. Für einen Besuch in der Geschäftsstelle kann vorher per Telefon (05721-935011-0) ein Termin vereinbart werden.

Der aktuelle Corona-Stufenplan 2.0 | Stand: 23.06.2021:

http://www.ksb-schaumburg.eu/fileadmin/user_upload/Corona/Stufenplan_mit_Stufe_0_Stand_23062021.pdf

Hier findet Ihr speziell zum Sport häufig gestellte Fragen, mit Antworten entsprechend der Corona-Situation:

https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/antworten_auf_hufig_gestellte_fragen_faq/antworten-auf-hufig-gestellte-fragen-rund-ums-sporttreiben-188025.html

Fortbildung „Unterwegs mit den Fitness- Rucksack“

Outdoorsport erfreut sich momentan großer Beliebtheit, denn das Training kann, unabhängig von Sporthallen und Sportplätzen, an der frischen Luft betrieben werden. Die Sportvereine haben seit Beginn der pandemiebedingten Einschränkungen den Vereinssport durch Alternativen und neue Angebote wie Outdoorsport ergänzt. Die Fortbildung stellt den Fitnessrucksack vor, der für ein Bewegungsangebot in freier Natur entwickelt wurde und als kleinstes Fitnessstudio der Welt gesehen werden kann. Es werden zahlreiche Möglichkeiten zur Umsetzung einer Bewegungseinheit mit dem Fitnessrucksack vorgestellt.

Neben der sportpraktischen Einführung in den werden auch theoretische Inhalte zu Gesundheitspotentialen der Natur und Verhaltensregeln in der Natur aufgezeigt.

Die Fortbildung wird als Tagesveranstaltungen am **Samstag, den 03.07.2021 von 10:00-14:00 Uhr** beim LandesSportBund Niedersachsen e.V. angeboten. An diesem Tag werden Theorie und Praxis vereint und mit Spaß und Spiel die Grundidee, die Natur als Sportraum zu entdecken, aufgezeigt.

Grober Ablauf:

10:00- 10:15 Uhr	Begrüßung
10:15- 11:15 Uhr	Theorie Part 1
11:15- 12:15 Uhr	Praxis Part 1
12:15- 13:00 Uhr	Mittagspause
13:00- 14:00 Uhr	Theorie /Praxis Part 2
14:00 Uhr	Ende

Unser Ziel ist es, die Fortbildung mit den Teilnehmenden zu gestalten und ihre Erfahrungen und Ideen mit einzubeziehen. Zwischen den beiden Theorieblöcken soll eine Praxisphase erfolgen, in der verschiedenen Angebotsformate für den Fitnessrucksack ausgetestet und sogar weiterentwickelt werden können.

Abstands- und Hygieneregeln werden an diesem Tag durch entsprechende Platzangebote und Praxisphasen draußen am Maschsee eingehalten.

Zielgruppe: Übungsleitende (Anerkennung ÜL C mit 5 LE)

Anmeldung: Der Teilnahmebeitrag beträgt 15,- € und enthält einen kleinen Mittagssnack.

Anmeldungen erfolgen über das Bildungsportal des LSB, hier der Link zur Veranstaltung.

<https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/angebotssuche/kurs/detail/17370>

Sommer, Sonne, Sportabzeichen

Sind Sport und Bewegung für Euch ein Stück Lebenslust und Lebensfreude?

Dann ist das Deutsche Sportabzeichen genau das Richtige für Euch, eine Kombination aus Herausforderung und Spaß im Sport!



Das Deutsche Sportabzeichen ist die höchste Auszeichnung (vom Deutschen Olympischen Sportbundes - DOSB) außerhalb des Wettkampfsport. Die zu erbringenden Leistungen beziehen sich auf die motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination.

Was muss ich tun?

Um das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben muss in jeder Disziplin-Gruppe (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination) mindestens eine Leistung in Bronze absolviert werden. In den Disziplin-Gruppen gibt es Angebote aus den Sportarten Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen und Geräteturnen.

Eine notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichen ist der Nachweis der Schwimmfähigkeit. Des Weiteren kann es in der Bundesrepublik Deutschland und im Ausland erworben werden.

Auszeichnung

Das Deutsche Sportabzeichen kann einmal pro Kalenderjahr von Mädchen und Jungen im jugendlichen Alter (bis 18 Jahren) und Männern und Frauen (ab 18 Jahren) erworben und beurkundet werden. Der Nachweis der Schwimmfähigkeit für das Deutsche Sportabzeichen ist im Erwachsenenalter (ab 18 Jahre) fünf Jahre gültig.

Hab Ihr Lust bekommen das Deutsche Sportabzeichen zu machen und zu erwerben? – Dann kommt Ihr über den unten stehenden Link auf unsere Homepage. Dort findet Ihr weitere Informationen und die benötigten Materialien um das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben.

Zu unserer Homepage: <http://www.ksb-schaumburg.eu/deutsches-sportabzeichen.html>

Auf der nächsten Seite findet Ihr eine Leiste mit Vereinen die das Deutsche Sportabzeichen abnehmen.

Liste mit Vereinen (Sportabzeichen)

- Post SV Stadthagen
- SV Victoria Lauenau
- VfL Stadthagen
- DLRG Rinteln
- TSV Hagenburg
- VfL Bad Nenndorf
- SC Auetal
- SG Rodenberg
- VT Rinteln
- TuS Jahn Lindhorst
- VfL Bückeburg
- MTV Waltringhausen
- TWG Nienstädt/Sülbeck
- TuSG Wiedensahl
- TuS Niedernwöhren
- DCS Feggendorf
- SC Deckbergen/Schaumburg
- TuSG Rolfshagen
- TuS Germania Apelern
- Tus Germania Hohnhorst
- MTV Messenkamp
- TuS Riehe
- SV Wölpinghausen
- VSG Stadthagen
- TVE Röcke
- TuS Kreuzriehe/ Helsinghausen
- BSG Bückeburg
- VSV Rinteln
- LAC Lauenau
- Turnerschaft Rusbend
- MTV Rehren A/R
- MTV Obernkirchen
- TSV Hesse
- Skigemeinschaft Norschaumburg

Das Minisportabzeichen

Auch die Kleinen dürfen sich beweisen – Hoppel und Bürste sind wieder da!



Unterwegs mit Hoppel und Bürste - für Kinder von 3 bis 6 Jahren

Der Hase Hoppel und der Igel Bürste sind unterwegs zum Geburtstag ihrer Freundin Frau Eule. Auf dem Weg dorthin müssen sie gemeinsam mit den Kindern verschiedene Herausforderungen wie Laufen, Rollen, Balancieren oder Werfen meistern.

Weitere Informationen zum Minisportabzeichen und Ausleihe der Materialien findet Ihr auf unserer Homepage und auf der Seite des LSB Niedersachsen!

Homepage KSB Schaumburg:

<https://www.ksb-schaumburg.eu/sportentwicklung/sportabzeichen/minisportabzeichen.html>

Homepage LSB Niedersachsen:

<https://www.lsb-niedersachsen.de/themen/sportentwicklung/sportabzeichen/mini-sportabzeichen>

Fortbildung „Kraft -& Beweglichkeitstraining für Erwachsene“

Die Basis jeder Sporteinheit – funktionell, effektiv und modern

Bewegung macht mobil- und kräftigt! Warum sollte man sich zusätzlich noch beweglich halten oder kräftigen? Schließlich bewegt sich doch jeder Mensch! Bewegung ist im Alltag nicht mehr zwangsläufig in dem Maß gegeben, wie es der Körper zum Ausgleich von mangelnder Bewegung benötigen würde. Zu viele Bewegungseinschränkung verbunden mit Zwangs- und Fehlhaltungen, ob provoziert oder unabdingbar sei dahingestellt, führen dazu, dass die Muskulatur nicht mehr genügend Reize zur Entwicklung oder sogar zum Erhalt ihrer Funktion bekommt. Eine gut entwickelte Muskulatur trägt aber wesentlich zu einem beschwerdefreien Leben und damit zum persönlichen Wohlbefinden bei. Doch nicht nur in dieser allgemein präventiven Hinsicht hat ein gezieltes Muskeltraining seine Bedeutung. Wer Sport treibt, bewegt sich – mehr als andere! Doch wenn es im Sport um Vermeidung von möglichen Verletzungen, um den Schutz des Bewegungsapparates oder erst recht um die Steigerung der sportlichen Leistungsfähigkeit geht, dann reicht ein allgemeiner Freizeitsport nicht mehr aus.

Sportlerinnen und Sportler, die ihre Sportart unter leistungsorientierten Gesichtspunkten betreiben, benötigen demnach neben einer allgemeinen gesundheitsorientierten Fitness vor allem ein disziplinspezifisches Training, welches die Anforderungen und die Ausbelastung von gesundheitsorientierten Zielen in Intensität und Anspruch oftmals deutlich übersteigt.

Diese Fortbildung beschäftigt sich mit genau diesem Inhalten. Wie trainiere ich Kraft? Wie trainiere ich Beweglichkeit? In den sehr praxisorientierten Einheit werden nicht nur einzelne Übungen gezeigt, sondern die Teilnehmenden können ganze Stunden zu verschiedenen Bereichen des Themas erleben und sich dadurch neue Impulse holen. Die kurzen Theorieeinheiten runden das Ganze ab.

Termin: Samstag, der 10.07.2021 & Sonntag, der 11.07.2021
Sa.: 9:00 – 18:00 Uhr & So.: 9:00 – 14:30 Uhr

Ort: Münchhausen-Sporthalle, Albert-Schweizer-Straße, 3619
Bodenwerder

Referierende: Team des KSB Holzminden

Lizenzverlg.: 16 LE –ÜL-C Fortbildung und C-50 Flexbereich

TN-Gebühren: 60,00 Euro (inkl. Verpflegung und Materialen)

Anmeldung: über das Bildungsportal des LSB Niedersachsen

Infos: Benjamin Bayoud (KSB Holzminden), 05531 – 3199 oder
b.bayoud@ksbholzminden.de

Wie immer freuen wir uns über alle Mitmacherinnen und Mitmacher – eure Anmeldung erfolgt über den jeweiligen angefügten Link.

Und ebenfalls wie immer gilt, dass wir alle Lehrgänge unter Berücksichtigung der gegebenen Handlungsmaßnahmen und Hygienevorschriften durchführen, die wir immer wieder mit den aktuellen Vorgaben abgleichen und sie anpassen. Alle wichtigen Hinweise und Informationen (Hygienekonzept) bekommt ihr mit dem Einladungsschreiben nach der Bestätigung eurer Anmeldung.

Grundsätzlich gilt für alle Bildungsmaßnahmen, dass bei Anreise ein offizieller Nachweis über ein negatives Corona-Testergebnis (nicht älter als 24 Stunden, kein Selbsttest) oder alternativ ein Nachweis über die Impfung (doppelt plus 14 Tage) oder Genesung (nicht älter als 6 Monate) vorgelegt werden muss.

#sportVEREINTuns – Die Kampagne für Vereine

Der Breitensport hat unter den Einschränkungen des letzten Jahres extrem gelitten. Bewegungsangebote mussten ausfallen, das gewohnte Zusammensein im Verein blieb aus, fast überall sind Mitgliederverluste zu verzeichnen. Doch davon lassen wir uns nicht unterkriegen! Der NTB hat die Werbekampagne #sportVEREINTuns ins Leben gerufen. Diese soll den Sport von seiner besten Seite darstellen um durch die geballte Aufmerksamkeit die Mitglieder(rück)gewinnung zu fördern. Solidarität, Spaß und Gemeinschaft sind nur einige Merkmale, die den organisierten Sport so attraktiv erscheinen lassen. Zeigt Sportdeutschland und vor allem Schaumburg was euer Verein drauf hat!

Wie?

Die Ausgestaltung bleibt euch überlassen. Präsentiert euren Sport, eure Gemeinschaft, Aktionen, Mitmachangebote, Flashmobs - werdet kreativ! Die [#sportVEREINTuns Homepage](#) bietet euch zahlreiche Inspirationen und Informationen zur Kampagne. Auf der Seite <https://www.lieblingsverein.de/> findet ihr zudem individuell gestaltbare, kostenfreie Werbemittel und Tutorials zur Gestaltung. Und wenn ihr schon dabei seid: Nehmt die jüngere Generation an Kreativköpfen und Medienbegeisterten gleich mit an die Hand.

Die Geballte Ladung Sportverein: Nutzt auf sozialen Netzwerken das Hashtag #sportVEREINTuns. So erzeugen wir mehr Reichweite und präsentieren unsere starke Gemeinschaft. Bitte beachtet bei der Veröffentlichung von Fotos die Bildrechte. Handlungsempfehlungen zu Bildrechten und Vorlagen für Einverständniserklärungen bieten beispielsweise der [LSB](#), der [DTB](#) oder unsere Nachbarn vom [RSB Hannover](#).

Motiviert und Ideen, aber die Mittel fehlen? Kontaktiert gerne euren KreisSportBund. Ansprechpartner: Marc Becker; Mail: mbecker@ksb-schaumburg.de; Tel.: 05721 9350112

#sportVEREINTuns-Sommer 2021 – Mitteilung vom LSB (16.Juni 2021)

Liebe Sportkameradinnen, liebe Sportkameraden,

mit einem Tag des Bewegens am 17. Juli möchten wir mit Ihnen die landesweite Mitglieder(rück)gewinnungs-Kampagne #SportVEREINTuns-Sommer 2021 starten. Sie haben während der Corona-Pandemie bereits Großartiges geleistet und auch unter erschwerten Bedingungen Sport und Bewegung für Menschen aller Altersstufen angeboten. Die Vielfalt Ihrer Aktivitäten und Ideen wollen wir mit einer landesweiten digitalen Auftaktveranstaltung und weiteren von Ihnen geplanten vor-Ort-Sporttagen zwischen Juli und September präsentieren.

Der Zeitpunkt könnte nicht günstiger sein. Die Lockerungen der Corona-bedingten Einschränkungen lassen hoffen, dass eine schnelle Wiedergewöhnung an einen „normalen“ Sportbetrieb stattfindet. Die Menschen freuen sich auf die Wiederaufnahme von sozialen Kontakten, auf Begegnungen und körperliche Betätigungen. Dabei wollen wir helfen. Unter dem Dach des LandesSportBundes stehen die Sportbünde und Landesfachverbände zusammen, um Ihnen in den Sportvereinen Unterstützung zu bieten. Gemeinsam wollen wir Aufmerksamkeit erreichen. Mit landesweit sichtbar werdenden auf den jeweiligen Sportverein zugeschnittenen Plakaten und Werbemitteln wollen wir deutlich machen: Sport vereint uns!

Nutzen Sie die Möglichkeiten, die wir Ihnen gemeinschaftlich bieten. Schauen Sie auf die Seite <https://www.sportvereintuns.de/sommer.php>. Dort gibt es weitere Infos und Ideen, z. B. für Unterstützungsmöglichkeiten bei der Öffentlichkeitsarbeit, zu Werbemitteln und auch für die Auftaktveranstaltung am 17.07.2021.

Beispielhafte Leistungen für Sie:

- Mitmach-Angebote am Tag des Bewegens am 17. Juli 2021
- Netzwerkplattform: <https://www.sportvereintuns.de/sommer.php>
- Kostenfreie Nutzung des Songs „Der Moment“ für Sportvereine, Landesfachverbände oder Sportbünden
- Förderprogramme für die Durchführung von Tagesveranstaltungen
- Arbeitshilfen und Checklisten
- kostenfreie Plakat- und Logovorlagen

Damit Sie entsprechend Ihrer individuellen Anforderungen planen können, haben wir den Zeitraum für den #sportVEREINTuns-Sommer 2021 sehr lang gewählt. Ihre Veranstaltung organisieren Sie dann, wenn es bei Ihnen am besten passt!

Die Themenwochen

AUFTAKTWOCHEN - 1. Juli bis 23. Juli

Das Soft-Opening für den #sportVEREINTuns-Sommer mit dem Highlight: *Tag der Bewegung* am 17. Juli 2021.

WETTBEWERB – Von Tokio bis Niedersachsen! 23. Juli bis 8. August

„Höher, schneller, weiter“ oder „Dabeisein ist alles“. Nutzen Sie den olympischen Spirit, um Ihre Wettkampfsportarten vorzustellen, Turniere oder Wettbewerbe anzubieten, sich in Kraft oder Ausdauer zu messen und gemeinsame Erfolge zu feiern.

GESUND – In Bewegung! 9. August bis 29. August

Sport ist Teil der Lösung, das wissen wir alle! Mit Angeboten zu Fitness, Gesundheit und Entspannung begeistern Sie die Menschen für gemeinsame und gesundheitsbewusste Bewegung in Ihrem Verein.

GEMEINSAM - mit Sport! 30. August bis 19. September

Sie planen Angebote für Familien oder speziell für Kinder und Jugendliche? Nach Homeschooling und Homeoffice freuen sich viele auf bewegte Momente, die uns Spaß und entspanntes Miteinander zurückbringen – und das natürlich in Ihrem Sportverein!

Die Förderprogramme

Der LSB fördert Veranstaltungen zur Mitgliederrückgewinnung über ein Förderprogramm, das zum 01.07.2021 starten wird. Hier gilt: Anträge werden nach Eingangszeitpunkt bearbeitet, d.h., je früher Sie den Antrag stellen, desto größer ist Ihre Chance auf eine Förderung.

Sportvereine können für Veranstaltungen zur Mitgliedergewinnung bis zu 1.000 € Förderung erhalten.

Zusätzlich können weitere 350 € abgerufen werden, wenn die Veranstaltung die Inklusion fördert. Insgesamt stehen in diesem Programm rund 400.000 € zur Verfügung.

Maximal werden 70 % der Ausgaben erstattet.

Die Förderrichtlinie wird aktuell erstellt und wird noch im Juni 2021 veröffentlicht.

Infos

Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.sportvereintuns.de/sommer.php> und unter dem Link <https://we.tl/t-njSA2jZXHI> . Beratend steht Ihnen gerne Ihr regionaler Sportbund zur Verfügung. Zahlreiche Landesfachverbände helfen ebenfalls mit Rat und Tat. Zusätzlich steht Ihnen für Rückfragen gerne auch die Hotline des LandesSportBundes Niedersachsen unter 0511 1268 210 zur Verfügung. Sie erreichen die LSB-Hotline von montags bis freitags jeweils zwischen 10.00 und 12.00 Uhr sowie zusätzlich donnerstags zwischen 16.00 Uhr und 18.00 Uhr.

Der LandesSportBund Niedersachsen, der Niedersächsische Turner-Bund, die Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung, LOTTO Niedersachsen und das Niedersächsische Ministerium für Inneres und Sport freuen sich stellvertretend für den niedersächsischen Sport über Ihre Beteiligung.

Fazit

Also machen Sie mit. Nutzen Sie diese landesweite Kampagne, um auf Ihre tolle Arbeit in Ihrem Sportverein hinzuweisen. Werden Sie Teil des #sportVEREINTuns-Sommers 2021.

Freundliche Grüße

LandesSportBund Niedersachsen e. V.

Reinhard Rawe

Vorstandsvorsitzender

Übungsleiter - Börse

PostSV Stadthagen e.V. sucht ÜL

Der PostSV Stadthagen e.V. sucht eine(n) Übungsleiter(in) für folgendes Kusrangebot:

Gruppe:	Rhönradturnen
Altersklasse:	Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene
Teilnehmerzahl:	15-20
Urzeit:	dienstags 17:00 Uhr – 19:00 Uhr
Kontakt:	Heike Bölk: Tel. 05721/926384 oder postsv-stadthagen@web.de
Online seit:	23.06.2021

Vereinigte Turnerschaft Rinteln e.V. sucht Trainer

Der VT Rinteln e.V. sucht...

- Trainer C- Rhönradturnen oder
- Trainerassistenten /innen aus dem Bereich Rhönradturnen/ Kunstturnen oder
- Interessierte aus dem Bereich Kunstturnen mit Interesse an einer neuen Aufgabe als Helfer beim Rhönradturnen; Grundkenntnisse werden vermittelt, Weiterbildung zum /zur Trainerassistenten/in möglich

Gruppe:	Anfänger am Dienstag von 17:00 – 19:00 Uhr (1 Gruppe) Anfänger am Donnerstag von 15:30 – 18:30 Uhr (2 Gruppe)
Kontakt:	VTR- Geschäftsstelle
Online Seit:	28.06.2021

Einen schönen Juli und bleibt gesund, wünscht euer KSB-Team!

NEWSLETTER

Du erhältst diesen Newsletter, weil du dich für ihn registriert hast. Du kannst diesen Newsletter jederzeit mit einer kurzen Nachricht an fsj@ksb-schaumburg.de abbestellen.

Alle Fotos sind durch den KreisSportBund Schaumburg e.V. aufgenommen worden, insofern dies nicht anderweitig gekennzeichnet ist.

Unsere Datenschutzerklärung findet ihr unter: <http://www.ksb-schaumburg.de/datenschutz.html>.

DIREKTLINKS

[KreisSportBund Schaumburg e.V.](#)

[LandesSportBund Niedersachsen e.V.](#)

[Deutscher Olympischer Sportbund e.V.](#)

[Sportjugend Niedersachsen](#)

[Deutsches Sportabzeichen](#)

IMPRESSUM

KreisSportBund Schaumburg e.V.

Am Markt 9-10

31655 Stadthagen

T 05721-935011-0

F 05721-935011-4

info@ksb-schaumburg.de

