

14.02.2024

## **Sporteln in der Familie wird "olympisch"**

Rund 50 Helfer\*innen und die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland sind an drei Wochenenden im März und April in der Integrierten Gesamtschule Ernst Bloch (IGSLO) und dem Hallenbad Süd aktiv, um Kinder und Erwachsene wieder spielerisch an Sport und Bewegung heranzuführen. Die Olympischen Spiele in Paris werfen ihre Schatten voraus, drum heißt es auch bei Sporteln dieses Mal "Olympiade in Ludwigshafen". Organisiert wird Sporteln vom Bereich Sport und Ehrenamt der Stadtverwaltung gemeinsam mit zwölf Vereinen sowie dem ehrenamtlich engagierten Frank Bikar. Unterstützt wird die Veranstaltungsreihe von der BG Klinik Ludwigshafen.

Im Olympiajahr 2024 kann auch in Ludwigshafen Gold geholt werden. Belohnt wird das Engagement der Familien nämlich durch Medaillen. An den Aktionstagen am Sonntag, 3. März 2024, in der Sporthalle der IGSLO, am Sonntag, 17. März 2024, im Hallenbad Süd und am Sonntag, 7. April 2024, wieder in der Sporthalle der IGSLO können Kinder und Erwachsene in der Zeit von 10 bis 13 Uhr die zahlreichen Spielstationen kostenlos erobern. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wer als Familie an zwei Tagen mit dabei ist, gewinnt die Sporteln-Medaille. Wer an allen drei Tagen mitwirkt, nimmt automatisch an der Abschluss-Verlosung teil. Zu gewinnen gibt es wertvolle Gutscheine.

Die Spielstationen sind wieder vielfältig, oft wird der Bezug zu den Olympischen Spielen hergestellt. Mal geschieht dies, indem die Kinder eine olympische Sportart wie Hockey, Bogenschießen oder Klettern ausprobieren können, mal steht die sportliche Vorbereitung auf Wettbewerbe im Fokus. Geplant ist auch ein kleiner Hindernisparcours, bei dem gleichzeitig das "olympische Feuer" sicher von A nach B gebracht werden muss. Viele Stationen fördern die Koordination, den Gleichgewichtssinn und manchmal auch die Muskelkraft.

Die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland ist zum ersten Mal mit dabei und präsentiert mit "Digitaler Wahnsinn" Sport und Bewegung mal anders. Kinder und Erwachsene können digital Schmetterlinge fangen, Tennisspielen und vieles mehr. Dabei müssen sie natürlich das Gleichgewicht halten.

"Ich freue mich, wenn wieder viele Kinder und Erwachsene an unseren Aktionstagen teilnehmen und gemeinsam sporteln. Sport und Bewegung gehören zum Alltag und müssen in der Kindheit initiiert werden, damit aus gesunden, sportlichen Kindern auch gesunde, sportliche Erwachsene werden", sagt Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck. Sie möchte den beteiligten Vereinen sowie dem Sponsor ihren Dank aussprechen: "Ohne die Vereine und die finanzielle Unterstützung der BG Klinik könnten wir das Angebot nicht in jedem Jahr präsentieren. Seit mehr als 15 Jahren gibt es unser Sporteln bereits; das Grundkonzept bleibt gleich, die einzelnen Spiel- und Bewegungsstationen sind immer wieder anders. Und bestimmt haben nach einer der Veranstaltungen manche Kinder oder Erwachsene den Weg in einen Verein gefunden. Die Vielfalt des Vereinssports zu zeigen, ist ein weiteres wichtiges Anliegen der Veranstaltungsreihe."

"Wir unterstützen gerne die Veranstaltung. Als Mediziner weiß ich, dass Sport gesundheitsfördernd und auch gesundheitserhaltend ist. Mit regelmäßigem Sport kann jede Frau und jeder Mann bis ins hohe Alter aktiv sein. Und je früher wir die Kinder an Sport und Bewegung heranzuführen, desto größer ist die Chance, dass die Kinder als Erwachsene dem Sport erhalten bleiben", ergänzt Prof. Dr. med. Paul Alfred Grützner, Ärztlicher Direktor der BG Klinik. "Bewegung fördert die Motorik, sie ist die beste Unfallprävention und macht dabei auch noch

Spaß. Prävention ist Teil unseres BG-lichen Auftrags, der die integrierte Versorgung von der Prävention über die Akutversorgung und Rehabilitation bis zur Rückkehr in den Alltag umfasst. Das Programm Sporteln in der Familie greift diesen Präventionsgedanken spielerisch auf, und der Erfolg der vergangenen Jahre zeigt, dass die Idee ankommt. Das unterstützen wir sehr gerne", betont BG-Geschäftsführerin Susanne Dieffenbach.

Folgende Vereine beteiligen sich an Sporteln in der Familie: Deutscher Alpenverein Sektion Ludwigshafen, DLRG Ludwigshafen, DLRG Ludwigshafen-Oggersheim, Eisenbahner-Sportverein 1927 (ESV), Ludwigshafener Lauf-Club, Ludwigshafener Schwimmverein 07, Turn- und Fechtclub (TFC) 1861, Turnverein (TV) Maudach, Turnverein (TV) Rheingönheim 1878, Vereinigte Turnvereine (VTV) Mundenheim 1883, Wald- und Wiesenfreunde 2010, Wassersportverein (WSV) Vorwärts Ludwigshafen 1921.