



Bild: pixabay

Ausschreibung „Fit bleiben, Sport treiben“

Projektidee:

Die Corona-Pandemie bestimmt seit über einem Jahr unseren Alltag. Die Einschränkungen betreffen auch das Sporttreiben. Training und Wettbewerbe können kaum oder gar nicht stattfinden, weil die Sportstätten nicht zur Verfügung stehen. Mit der Aktion „Fit bleiben, Sport treiben“ wollen wir unsere Athletinnen und Athleten, Trainerinnen und Trainer sowie Helferinnen und Helfer dazu motivieren, sich an der frischen Luft zu bewegen. Spazieren, Wandern, Walken oder Laufen stellen alternative Bewegungsmöglichkeiten dar, sich weiterhin fit zu halten. Diese sollen dabei im Vordergrund stehen und können gut umgesetzt werden.

Umsetzung:

Jedem Teilnehmenden wird für einen Aktionszeitraum von 14 Tagen kostenlos ein elektronischer Schrittzähler von Special Olympics Thüringen zur Verfügung gestellt. Je Einrichtung werden maximal 20 Schrittzähler ausgegeben. Es können auch eigene Schrittzähler verwendet werden. Mit dem Schrittzähler werden die täglichen Schritte ermittelt, welche am Tagesende von dem teilnehmenden Athleten/ der teilnehmenden Athletin auf dem Teilnehmerformular notiert werden. Hierzu ist gegebenenfalls die Unterstützung der Betreuungsperson notwendig. Wichtig: Die zurückgelegten Schritte sind auf dem Teilnehmerformular durch die Betreuungsperson per Unterschrift zu bestätigen. Es besteht auch die Möglichkeit, den Schrittzähler mit dem Smartphone zu verknüpfen und so die Schritte zu dokumentieren.

Auswertung:

Nach dem Aktionszeitraum werden die Schrittzähler und die ausgefüllten Teilnehmerformulare wieder zurück an die Geschäftsstelle von Special Olympics Thüringen gesendet und dort ausgewertet. Ziel soll es sein, innerhalb des Aktionszeitraumes möglichst viele Schritte zu sammeln. Damit leisten die Teilnehmenden einen aktiven Beitrag zu ihrer eigenen Gesundheit.

Wer kann teilnehmen?

Alle Mitglieder von Special Olympics Thüringen mit und ohne Beeinträchtigung (Einzel- und Familienmitglieder, Schulen, Vereine und institutionelle Mitglieder).

Die Aktionszeiträume:

Um möglichst vielen Interessierten die Teilnahme an dem Projekt zu ermöglichen, gibt es vier Aktionszeiträume.

- | | |
|--------------------|----------------------------|
| 1. Aktionszeitraum | 07. Juni – 20. Juni |
| 2. Aktionszeitraum | 05. Juli – 18. Juli |
| 3. Aktionszeitraum | 02. August – 15. August |
| 4. Aktionszeitraum | 30. August – 12. September |



Die Schrittzähler werden bereits einige Tage vor dem Aktionszeitraum an die Einrichtungen/Vereine/Teilnehmenden versendet, um ein wenig Vorbereitungszeit mit der Technik zu gewährleisten.

Siegerehrung:

Jede/jeder Teilnehmende erhält eine Medaille. Die Einzelteilnehmenden und die Einrichtungen/Vereine mit den meisten Schritten innerhalb ihres Aktionszeitraumes erhalten außerdem Sachpreise. Bei den Einrichtungen/Vereinen wird der Mittelwert der erreichten Schritte zur Wertung herangezogen.

Bild- und Videomaterial:

Für die Übersendung von Bild- und/oder Videomaterial (mit Angabe der jeweiligen Quelle) zur Verwendung für unsere Special Olympics Thüringen Kanäle (Social Media, Homepage) und zur Dokumentation des Projektes wären wir Ihnen sehr dankbar.

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt mit dem beigefügten Anmeldeformular sowie dem Teilnehmerformular per E-Mail an info@thueringen.specialolympics.de oder per Post an Special Olympics in Thüringen e.V., Werner-Seelenbinder-Straße 1, 99096 Erfurt. Die Anmeldefrist ist der 28.05.2021.

Fragen:

Für Fragen zum Projekt stehen Ihnen die Mitarbeitenden der Geschäftsstelle gerne zu Verfügung.

Christoph Köhler: christoph.koehler@thueringen.specialolympics.de (0172/9958443)

Inka Steuber: beuge@thueringen.specialolympics.de (0157/72561190)

Wir wünschen Ihnen und Euch viel Spaß bei der Aktion „Fit bleiben, Sport treiben“!