

SportNews der KiezSportLotsin

Sport-Lockdown und (noch) kein Ende

12. Februar 2021



Corona-Update



Infektionsschutzverordnung
<https://cutt.ly/whlSmc1>

Die Infektionsschutzverordnung

Der Lockdown wurde bis 07.03.2021 verlängert. Die Regeln für den Sport gelten unverändert.

- ⊖ Der Amateursport muss ruhen
- ▶ Sport ist als „Triftiger Grund“ für das Verlassen der eigenen Wohnung explizit benannt (§2 [3] 14)
- ▶ Sport darf nur alleine oder mit einer anderen Person kontaktfrei unter Einhaltung der Abstandsregeln ausgeübt werden
- ▶ Grundsätzlich können Schulschwimmen und Sportunterricht stattfinden. Sofern statt Distanz-Lernen wieder Wechsel-Unterricht durchgeführt wird, kommen hoffentlich auch wieder Bewegungsangebote in die Schulen.

Keine Aussicht auf schnelle Lockerungen

Der Senat bereitet zusammen mit dem LSB Berlin Stufenpläne vor. Im Sportausschuss des Abgeordnetenhauses (12.02.2021) erklärte Senator Geisel, dass erst rund um den Inzidenzwert von 35 vorsichtige Lockerungen für den Sport möglich sein werden. Klar ist schon jetzt, dass Kinder (U12) Vorrang haben werden.



Wie geht es den Sportvereinen?

Die meisten Mitglieder bleiben ihren Sportvereinen treu und warten geduldig auf das Ende der Beschränkungen. Die normale Fluktuation durch Austritte kann jedoch aktuell nicht durch Neueintritte kompensiert werden. Ich gehe davon aus, dass z.B. Schwimmvereine im Vergleich schlechter dastehen.

Als digitales Angebot hat sich am besten bewährt, Training bestehender Gruppen per Videokonferenz abzuhalten. Im Vordergrund stehen der Erhalt der Fitness und Beweglichkeit sowie der soziale Zusammenhalt der Gruppen.

Kinder und Jugendliche werden zusätzlich über „Challenges“ bei Laune gehalten. Für Erwachsene wurde mir von dieser Challenge-Idee berichtet: Sportler:innen werden mannschaftsübergreifend „zugelost“ und absolvieren zu zweit (corona-konform!) sportliche Aufgaben im Park. Wettkampf – gleich wie – verbindet Vereinssportler doch sehr!

Auch die Vorstandsarbeit oder Mitgliederversammlungen werden aktuell digital organisiert. Die Erfahrungen sind so gut, dass die Vereine auch nach dem Ende der Kontaktbeschränkungen weiter auf digitale Treffen setzen werden.

Sportplätze für Individualsport



Sportplätze im Bezirk für Individualsport geöffnet

Die vom Bezirk verwalteten Sportplätze (im Freien) sind für Individualsport wochentags von 6 – 20 Uhr geöffnet. Am Wochenende stehen (nur) das Stadion Rehberge und das Stadion im Poststadion Moabit von 8 – 16:30 Uhr zur Verfügung. Dies die Auskunft vom Sportamt Mitte (28.01.2021).

Zugelassen ist ausschließlich Individualsport (auch Eltern mit Kindern/ein Haushalt). Die Plätze werden nicht beleuchtet.



Homepage GutsMuths:

<https://cutt.ly/SkJjYp0>

Der Sportplatz des TSV GutsMuths (Wullenweber Straße 15, 10555 Berlin) ist wochentags 8 – 20 Uhr sowie samstags von 10 – 15 Uhr geöffnet, auch für Nicht-Vereinsmitglieder.

Der Zugang erfolgt über den Eingang des Hauptgebäudes mit Mund-Nasen-Schutz. Die Sportler:innen müssen sich in eine Anwesenheitsliste eintragen. (Dokumentationspflicht)



Wegen der aktuell herrschenden Witterungsbedingungen (Schnee und Eis auf den Anlagen) sind die Sportplätze jedoch leider gesperrt. Erst wenn der Schnee durch die Sonne und/oder Wärme weggetaut sind, werden die Plätze wieder öffnen können.

Digitale Sportangebote



Moabit bewegt sich:

<https://cutt.ly/jkDwF9J>

Angebote auf bewegung-draussen:

<https://cutt.ly/8jmtJ0j>

YouTube-Kanal bwgt:

<https://cutt.ly/qjmtS1T>

Qi Gong für Ältere 60 Plus

„Moabit bewegt sich“ findet digital statt. Vor allem beim Angebot „Qi Gong 60 Plus“ sind noch Plätze verfügbar! Bitte geben Sie die Info über dieses Angebot an möglicherweise Interessierte weiter.

● Qi Gong 60 Plus, dienstags, 10:00 - 11:30 Uhr

Kostenlos, für Einsteiger:innen geeignet

Anmeldung: klump@bwgt.org

Die Zugangsdaten werden per E-Mail übermittelt. Bei allen Fragen oder Problemen mit der Technik hilft das Team von bwgt e.V.!

Weitere Angebote im Projekt:

● Yoga & Mantra für Alle, freitags 16:00-17:30 Uhr,

Anmeldung über margheritag@posteo.de

● Acroyoga für Alle, freitags 18:00-19:30 Uhr

Anmeldung über Reichert.Melanie@gmx.de



Bericht Stadtteilplenum:

<https://cutt.ly/VkS5Axp>

„Moabit bewegt sich“ war auch das Thema des letzten digitalen Stadtteilplenum Moabit am 26.01.2021. Mein Kollege Felix Klump und ich haben mit einer Präsentation aktiv teilgenommen.

Den Bericht mit vielen weiteren Informationen über Sport- und Bewegungsangebote unter Corona-Bedingungen finden Sie unter dem nebenstehenden Link.



Sport macht Spaß im Alter:

<https://cutt.ly/akS0D5h>

„Sport macht Spaß im Alter“

Das Angebot der „Sport macht Spaß“-Serie von ALBA Berlin wird mit einem Format für Senior:innen ausgeweitet. Ab 14.02.2021 erscheint immer sonntags, um 11 Uhr ein Sportvideo für Ältere auf YouTube. Sechs Ausgaben sind geplant. Trainerin ist bestens bekannt: Natalia leitet auch ein Angebot bei bwgt e.V. an (Moabit: „Bewegung ist Leben“).

Bitte tragen Sie die Info über das neue Format weiter an bewegungsfreudige Seniorinnen und Senioren!



Homepage:

<http://www.safe-hub.berlin/>

Anmeldung über Pawel Erenburg
onlinetraining@edufotball.org

„Skills Hub“ Fußballtraining für Kids (6 – 15 Jahre)

Das Safe-Hub Berlin von Amandla bietet kostenloses Fußballtraining (45 Minuten) für Mädchen und Jungen zwischen 6 und 15 Jahren an.

Montags: 16 Uhr (6 – 9 Jahre), 17 Uhr (10 – 15 Jahre)

Voraussetzung für die Teilnahme sind ein digitales Endgerät (Smartphone, Laptop o.ä.) und eine Internetverbindung. Was wird für das Training benötigt:

- ▶ Fußball oder Ball in Fußballgröße, Tennisball, Sockenpaar
- ▶ Papierkorb mit Öffnung in Fußballgröße oder Wäschekorb
- ▶ etwas Platz zuhause, ideal wären 2 x 2 Meter
- ▶ Stolperfallen wie z.B. lose Teppiche Stromkabel oder herum liegendes Spielzeug beiseite räumen



Frauen laufen für Frauen:

<https://cutt.ly/xkDWMRY>

Virtueller Frauenlauf vom 8. März bis 5. April

Anlässlich des Weltfrauentags veranstaltet die LG Nord (Zusammenschluss mehrerer Vereine im Norden Berlins) einen virtuellen Frauenlauf. Je nach Leistungsstand können Distanzen von 3,5 km, 5 km oder 10 km im Walking oder Laufen ausgewählt werden. Die gewählte Strecke kann jede für sich absolvieren – eben Corona konform.

Anmeldeschluss ist der 04.04.2021. Jede Teilnehmerin erhält eine personalisierte Medaille per Post zugeschickt. Mit der Teilnahme (24,95 €) wird das Frauenzentrum Paula Panke unterstützt.

In eigener Sache



<https://cutt.ly/Mfy1DJs>

Kontakt

0157/33 28 13 28

buerger@bwgt.org

Kinder unter 12 Jahren können sich Hoffnung machen, dass noch im März Sport in festen Gruppen möglich sein wird. Bei allen anderen wird es noch ein bisschen dauern. Leider.

Wenn Sie (corona-konforme) Sportangebote haben, die ich weiter verbreiten soll, oder wenn Sie eine Sport-Frage haben, kommen Sie gern auf mich zu. Ich versuche immer zu helfen, egal wie schwierig die Situation für den Sport ist.

Viele Grüße

Ihre KiezSportLotsin Susanne Bürger



Gefördert durch: