

Newsletter der KiezSportLotsin

Internationaler Frauentag und Sport ♦ Selbstverteidigung für Kinder in Moabit ♦ Qi Gong ♦ Schwimmen ♦ Eislaufen ♦ Ausbildung zum/zur Sportassistent*in ♦ Sportvereinschecks

21. Februar 2023

Kiez für den
Bezirk
Mitte
Sport
Lotsin



Für Kurzentschlossene



Infos zum Tafellauf:

🌐 <https://cutt.ly/N38swJb>

Anmeldung:

juliane.weymann@gmail.com,

Mobil 0175 48 70 711 (WhatsApp)

Homepage Berliner Tafel:

🌐 <https://www.berliner-tafel.de/>

1. Berliner Tafellauf (Food Bank Run)

Der SC Lebenshilfe hat den ersten Lauf zu Gunsten der Berliner Tafel ins Leben gerufen. Meldet euch gern noch kurzentschlossen an, schultert euren Rucksack mit originalverpackten haltbaren Lebensmitteln oder Drogerieartikeln, kommt kurz vor 9 Uhr am Samstag zu einem der Treffpunkte und bringt die Spenden direkt zur Berliner Tafel in der Beusselstraße (Großmarkt Moabit). Mitarbeiter*innen der Berliner Tafel führen Interessierte gern durch ihre Geschäftsstelle und Logistikzentrale.

- **Samstag, 25.02.2023, Start 9 Uhr**
- **Startpunkte: Brandenburger Tor (8:50 Uhr), Friedrich-Ludwig-Jahn-Sportpark (8:50 Uhr), Rathaus Pankow (8:50 Uhr), S-Bahnhof Lichtenberg (7:50 Uhr, 14 Kilometer!)**
- **Ziel: Geschäftsstelle und Logistikzentrum der Berliner Tafel, Großmarkt Beusselstraße**
- **Distanz 7 bis 8,5 Kilometer (außer Lichtenberg)**

Jede Gruppe wird von Start- und Schlussläufer*innen betreut. Der SC Lebenshilfe organisiert Autos oder Fahrräder, wenn die Last auf dem Rücken doch zu schwer werden sollte.

Übrigens: Die Berliner Tafel begeht gerade ihren 30. Geburtstag! Wird doch mal Zeit, persönlich Danke zu sagen.

Für Mädchen und Frauen



3x3 Basketballturnier Girls Only

Zum Internationalen Frauentag veranstaltet ALBA Berlin ein 3x3-Basketballturnier nur für Mädchen der Jahrgänge 2005 bis 2008. Pro Team können sich drei bzw. vier Mädchen anmelden.

- **Donnerstag, 08.03.2023, 15:00 – 18:00 Uhr**
- **Albert-Gutzmann-Schule, untere Sporthalle, Eingang Schönstedtstraße 3, 13357 Berlin**

Anmeldung bis 01.03.2023 bei Jannes Lehmann per E-Mail Jannes.lehmann@albajugend.de oder per DM auf Instagram @freehoops_berlin. Anzugeben sind: Vor- und Nachname der Spielerinnen plus Geburtsjahr, Teamname & Kapitänin



Mira Laskowski,

mira.laskowski@sos-kinderdorf.de

Homepage SOS-Kinderdorf:

🌐 <https://cutt.ly/CVLdIKa>

Fußballtraining für Mädchen in Moabit-Ost

Das SOS-Kinderdorf hat im Dezember ein neues kostenloses Angebot für Mädchen (8 – 13 Jahre) gestartet, angeleitet von einem Trainer des FC Concordia Wilhelmsruh 1895 e.V.

- **Freitags, 16:00 – 17:00 Uhr**
- **Sporthalle Theodor-Heuss-Schule (Grundstufe), Siemensstr. 20 (Sporthalle im Schulhof), 10551 Berlin**
- **Kostenlos, ohne Anmeldung**

Das Projekt KiezSportLotsin ist gefördert durch:



b|||gt



Infos zur Anmeldung:
<https://cutt.ly/j32Sk8r>

Bolzplatzliga für Mädchen* auf dem SJC Kolle 8

Acht Teams mit Spielerinnen zwischen 10 und 12 Jahren können an diesem Turnier auf dem Platz des Sportjugendclubs „Kolle 8“ (Kollwitzstr. 8, 10405 Berlin) teilnehmen.

- **Freitage, 09.06./16.06./23.06./30.06.2023**
- **je 16:30 – 19:00 Uhr**

Gespielt wird vier gegen vier mit Auswechselspielerinnen* (max. 6 bis 8 Personen pro Team), davon maximal die Hälfte Vereinsspielerinnen. Anmeldeschluss ist der 01.04.2023, sollte vorher nicht schon die Meldeliste geschlossen werden.



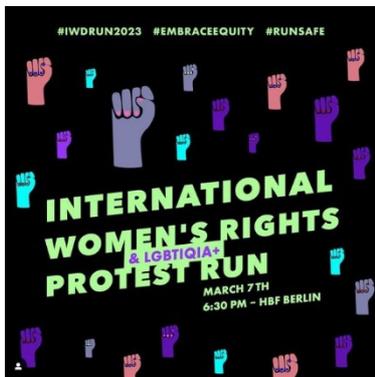
Infos unter:
<https://cutt.ly/V32G53d>

Kostenlose MPOWER-Workshops für Einrichtungen

Der Berliner Box-Verein *Sports for More e.V.* ist spezialisiert auf die sportliche und sozialpädagogische Arbeit mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Der Verein bietet speziell für Mädchen ab 9 Jahren einen halbtägigen Workshop (2 – 3 Stunden) zu den Themen Selbstbehauptung und Boxen an.

Alle Einrichtungen und Organisationen, welche mit Mädchen und jungen Frauen arbeiten, können nun diesen Workshop buchen, kostenlos! Die Trainerinnen* kommen in eure Einrichtung und bringen das notwendige Material gleich mit.

Das Angebot steht Einrichtungen und Organisationen aus allen Berliner Bezirken offen.



Infos:
<https://cutt.ly/V32ZwbB>

Frauen. Chancengerechtigkeit. Sport

Anlässlich des Internationalen Frauentags (08.03.) findet bereits am Mittwoch, 07.03. ein „Protest Run“ statt für mehr Chancengerechtigkeit für Mädchen, Frauen und Minderheiten.

- **Friedlicher IWD Women's & LGBTQIA+ Rights Protest Run**
- **Hauptbahnhof, Clara-Jaschke-Straße, 10553 Berlin**
- **07.03.2023, um 18:30 Uhr**
- **Ca. 7 Kilometer (etwas schneller als Schrittempo)**

Die Initiatoren wenden sich unter anderem gegen die Diskriminierung auf allen Ebenen des Profi- und Amateursports:

- Erschwerter Zugang zum Sport
- Geringere finanzielle Mittel
- Angst beim Alleine-Laufen im Dunkeln
- Körperlicher Missbrauch durch Trainer*innen oder Betreuer*innen

Neue Angebote in Moabit



Neuer kostenloser Selbstverteidigungs-Kurs im B8

Seit 16.02. können Kinder und Jugendliche im B8 ihre Fitness und Kraft verbessern und von Box-Trainer Ibrahim lernen, wie man sich im Notfall selbst verteidigen kann.

- **Donnerstag, 17:00 – 18:30 Uhr**
- **Jugendhaus B8, Berlichingenstraße 8 – 11, 10553 Berlin**

Bequeme Kleidung ist von Vorteil. Jede*r kann mitmachen, unabhängig vom eigenen Fitness-Level.



BALL · SPORT · SPIEL
ohne Anmeldung

Für Jugendliche und junge Erwachsene · For teenagers and young adults
Pour adolescents et jeunes adultes · Gençler ve genç yetişkinler için
برای نوجوانان و جوانان · Для підлітків та молоді · للمراهقين والشباب

Jeden Samstag im März
4.3. + 11.3. + 18.3. + 25.3.
14.00 Uhr bis 16 Uhr
Gymnasium Tiergarten
Sportplatz
Altonaer Str. 26
10555 Berlin-Moabit



Ball, Sport, Spiel jeden Samstag im März

Jeden Samstag im März, immer von 14 bis 16 Uhr können sich Jugendliche und junge Erwachsene auf dem Sportplatz des Gymnasiums Tiergarten (Altonaer Str. 26, 10555 Berlin) zu „Ball, Sport, Spiel“ treffen und Basketball, Volleyball oder Fußball spielen.

Ermöglicht wird dies vom Basketballverein BC Lions Moabit und Moabit hilft. Vielen Dank!

Quelle: Instagram @basketballunitedberlin

Eislaufen in der Halle des Erika-Heß-Eisstadions



Foto: D. Hensel

Info auf Homepage des Sportamts Mitte:

<https://cutt.ly/425v059>

Mittagslauf im Stadion-Innenbereich

Noch bis voraussichtlich Ende März 2023 gibt es für alle die Möglichkeit zum Eislaufen im Stadion-Innenbereich (Eintritt 3,30 €, ermäßigt 1,60 €).

- **Mittwoch und Donnerstag, 12:00 – 14:00 Uhr**
- **Inneneisfläche im Erika-Heß-Eisstadion, Müllerstraße 185, 13353 Berlin**

Für die Zeit vom 07.03.2022 bis zum Ende der Hallensaison können Schulen im Rahmen eines Ausflugs Laufzeiten beantragen, teilt das Sportamt mit.

Schwimmen für Kinder

SportJugendClub Wedding

Schwimmunterricht ab 8 Jahren
Meerjungfrauen-Kurs ab 8 Jahren
Tauchen ab 10 Jahren

Anmeldung im **SJC Wedding**
Ungarnstraße 65, 13349 Berlin

Öffnungszeiten
Mo - Mi - Fr: 12:00 - 18:00 Uhr
Di + Do: 14:00 - 20:00 Uhr

Abdallah Alsafadi
Tel: (030) 456 78 39
Mobil: 0157 52 45 10 57

Sportjugendclub Wedding mit Schwimmen und Tauchen

Der neue Leiter des SJC Wedding (Ungarnstr. 65, 13349 Berlin) Abdallah Alsafadi bringt seine Leidenschaft für das Schwimmen und Tauchen mit. Ab sofort gibt es für Kinder aus dem Wedding, Kurse, kostenlos!

- **Schwimmunterricht ab 8 Jahren**
- **Mermaid-Kurs ab 8 Jahren**
- **Geräte-Tauchen ab 10 Jahren**
- **Kombibad Seestraße, freitags 16 – 18 Uhr**

Eine Einverständniserklärung der Eltern ist Bedingung für die Teilnahme. Bitte wendet euch für die Anmeldung und alle Rückfragen an Herrn Alsafadi, Tel.: 456 78 39, Mobil: 0157 52 45 10 57

Neuigkeiten zu den Berliner Bäder Betrieben



Homepage Berliner Bäder:

<https://cutt.ly/d32162L>

Fragen und Antworten zur Öffnung der Hallenbäder:

<https://cutt.ly/j321BUY>

Freier Eintritt ab 15.02. – 31.12.2023 mit Berlinpass

Gegen Vorlage des Berechtigungsnachweises (ehemals Berlinpass) für Erwachsene bzw. berlinpass-BuT für Kinder & Jugendliche erhalten die Gäste an den Kassen von Hallenbädern der Berliner Bäder Betriebe freien Eintritt. Diese Regelung gilt im Rahmen der Öffnungszeiten für das öffentliche Schwimmen:

- **Montag – Freitag, 10:00 – 15:00 Uhr**
- **Sonnabends ganztags**

Bitte informieren Sie sich, ob Ihr Wunschbad in diesen Zeitfenstern geöffnet ist. Für alle anderen Zeitfenster sowie für die Sommerbäder während der Sommersaison kann der Personenkreis den Ermäßigungstarif oder Sammelkarten nutzen.

Sport- und Bewegungsgruppen für Erwachsene



Qi Gong für Alle

Seit Anfang Februar findet im Stadtschloss Moabit ein neues Angebot statt, Interessierte sind willkommen!

- **Freitag, 10:00 – 11:30 Uhr**
- **Qi Gong für Alle**
- **Stadtschloss Moabit, Bewegungsraum, Rostocker Straße 32, 10553 Berlin**
- **Kostenlos, ohne Voranmeldung**

Homepage:

<https://cutt.ly/U25fMV8>



Bewegte Spaziergänge für alle ab 50 im Brunnenviertel

Letzte Woche bin ich mit der Gruppe um Emine und Inga mitgelaufen. Bei Wind und Wetter ging es zum Park am Nordbahnhof in gemütlichem Tempo.

Leichte Gymnastik, eine lustige Jonglier-Einheit und eine Finger-Übung für die Konzentration haben die Gruppe so richtig in Schwung gebracht. Kommen Sie doch mal mit!

- **Freitag, 14:30 – 16:00 Uhr**
- **Treffpunkt: Waschküche Brunnenviertel, Feldstraße 10, 13355 Berlin (barrierefreies WC vorhanden)**
- **Wetterfeste Kleidung und bequeme Schuhe tragen**

Die Gruppe läuft jedes Mal verschiedene Ziele an. Die Kommunikation wird von Inga über eine WhatsApp-Gruppe organisiert.

Homepage:

<https://cutt.ly/238oHOK>

Nachbarschaftsetage Fabrik Osloer Straße



Programmheft vom Februar bis August 2023

Endlich kann die Nachbarschaftsetage Fabrik Osloer Straße wieder unbeschwert von Corona-Auflagen arbeiten, entsprechend vielfältig ist nun wieder das Angebot an Sport & Bewegung.

Falls Sie keine Zeit haben, sich ein gedrucktes Heft in der Osloer Straße 12 abzuholen, Sie können das Programm auch als PDF herunterladen.

Zum Download:

<https://cutt.ly/n38LUG3>

Trainer*innen-Ausbildung



Inklusive Ausbildung zum/zur Sportassistent*in

Die Ausbildung richtet sich an Menschen mit und ohne Lernschwierigkeiten ab 14 Jahren und älter. Ziel der Ausbildung ist es, den Teilnehmer*innen Kenntnisse über Sport, Sportunterricht und Sicherheit zu vermitteln. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Interesse am Sport und an der Ausbildung.

- **Umfang: 4 Veranstaltungstage (s. rechts), 9:30 – 16 Uhr**
- **Elbe-Grundschule, Elbestraße 11, 12045 Berlin (Neukölln)**
- **Kosten: 20 €**

Zur Anmeldung:

<https://cutt.ly/7323FdD>

Bitte gebt die Info an möglicherweise Interessierte weiter! Im Moment sind noch alle Plätze frei. Im November wird es den nächsten Kurs geben.

Was sonst zu sagen ist**Kiez**
für den
Bezirk
Mitte
Sport
Lotsin

@kiezsportlotsin



Susanne Bürger

#FragDieKiezSportLotsin

<https://kiezsportlotsin.de/>**Kontakt**0157/33 28 13 28
(WhatsApp, Signal)

buerger@bwgt.org

Sportvereinschecks, Stern des Sports, Sport-Beratung

Wenn Sie mir auf Instagram folgen, werden Sie es wissen, welchen bunten Reigen an Sport-Informationen ich hier täglich teile. Es ist manchmal purer Wahnsinn, was alles in der Stadt und im Bezirk Mitte so los ist. Und ich rede da nur vom Sport...

Der Newsletter hebt einige Nachrichten noch einmal auf ein Podest. Wenn Sie bis hier gelesen haben: Vielen Dank! Ich hoffe, Sie haben tatsächlich interessante Neuigkeiten erfahren.

Noch ein paar Themen sind „übrig“ geblieben. So die Info, dass der Berliner Fußballverein FC Internationale im Januar mit dem „Großen Stern des Sports“ ausgezeichnet worden ist. Gewürdigt wurde insbesondere das Engagement des Vereins in Richtung Nachhaltigkeit. Der „Oskar des Breitensports“ ist damit wieder in Berlin! (2019 Pfeffersport, 2006 Weddinger Wiesel).

Da ich auch darauf angesprochen worden bin: Der DOSB hat ein großes Förderprogramm für Breitensportvereine aufgelegt, um sie bei der Wiedergewinnung von Neumitgliedern nach den Corona bedingten Verlusten zu unterstützen. Aktuell läuft z.B. eine Werbekampagne für die Aktion der Sportvereins-Schecks mit dem Motto „Sport, nur besser“. 150.000 Personen können sich für Schecks im Wert von 40 € bewerben. Diese Schecks können als Zuschuss für eine Neumitgliedschaft in einem Sportverein eingelöst werden. Nur noch wenige Schecks sind verfügbar:

<https://www.sportnurbesser.de/>

Jedoch ist der Prozess, wie Vereine diese Schecks beim DOSB einreichen müssen, enorm zeitaufwändig. Dazu mit einer sehr kurzen Frist, der Scheck gilt nur 10 Wochen. Für einige Vereine mag das eine tolle Sache sein, um Neumitglieder zu gewinnen. Andere fragen sich: „Wieso braucht es diesen Anreiz, um in einen tollen Sportverein einzutreten?“

In diesem Sinne: Wenn Sie ein Sportangebot suchen, ob bei einem Sportverein oder bei einem anderen Anbieter, kommen Sie gerne auf mich zu! Stellen Sie mir eine Anfrage. Ich berate alle Bewohner*innen aus dem Bezirk Mitte jeden Alters, kostenlos und unabhängig.

Bleiben Sie in Bewegung
und viele Grüße,

Ihre KiezSportLotsin Susanne Bürger