

Newsletter der KiezSportLotsin

Winterspielplätze ♦ Tanzen im Weinmeisterhaus ♦ Entspannungs-Workshop für Alleinerziehende ♦ Inklusive Laufgruppe ♦ Sport- und Bewegungsangebote ♦ Streetball-Nights ♦ Rollschuh-Disko ♦ u.v.m.

08. Oktober 2024

Kiez
für den
Bezirk
Mitte
Sport
Lotsin



Erika-Heß-Eisstadion



Foto: D. Hensel

Zum kompletten Text::

🌐 <https://cutt.ly/OePdVldv>

Info Eisbahnen auf Hauptstadtportal:

🌐 <https://cutt.ly/TePdT9QS>

Info Strandbad Plötzensee:

🌐 <https://cutt.ly/NePnNSIB>

Weddinger Eisstadion mal wieder geschlossen

Mit dem Erika-Heß-Eisstadion gibt es ein (neues) Problem, dieses Mal mit dem Dach. Bis ein Statik-Gutachten Klarheit bringt, hängt der öffentliche Eislauf erst einmal in der Luft. Betroffen sind auch Sportvereine, wie z.B. der Eishockeyverein FASS Berlin oder die Eiskunstlauf-Abteilung des WERC.

Alternativen zum Schlittschuhlaufen gibt es hier: Eissport-halle Charlottenburg (ab 15.10.2024), Sportforum Berlin (ab 22.10.2024), Eisbahn Lankwitz (Anfang November). Für das Horst-Dohm-Eisstadion und das Eisstadion Neukölln sind noch keine Öffnungstermine bekannt.

Außerdem wird ab 29.11.2024 eine Eisbahn im Strandbad Plötzensee eröffnen: „The Biggest Ice Track of Berlin“.

Für Familien mit Kindern bis 6 Jahren



Für Kinder vom 1. bis 6. Lebensjahr

... plus Eltern & Geschwister

Ort: Stadtschloss Moabit, Rostocker Str. 32, 10553 Berlin

Bewegungsräume im EG und 1. OG

Gesamt-Zeitraum: 05.10.24 bis 30.03.25

Wann: wöchentlich sonntags 14:00-17:00h

Homepage

🌐 <https://cutt.ly/EeOJ2CYw>

Kostenlose Winterspielplätze

Exemplarisch für die neun Indoor-Spielplätze, die vom Bezirk Mitte finanziert werden, steht die Grafik für das Angebot im Stadtschloss Moabit. Auf der Webseite des Bezirksamts Mitte (URL Spalte links) findet sich eine Auflistung aller Standorte.

Mitte: Kreativhaus, Familienzentrum Schwedter Straße

Gesundbrunnen: Olof-Palme-Zentrum, Familienzentrum Fabrik Osloer Straße

Moabit: Familienzentrum Moabit-Ost, Stadtschloss Moabit, FamilienAktiv Zentrum

Wedding: Zukunftshaus Wedding (ab 10.10.)

Tiergarten: Familienzentrum Villa Lützow



Homepage:

🌐 <https://cutt.ly/KeOJ6594>

Spiel- und Bewegungsnachmittag

Geboten werden vielfältige Bewegungs-, Spiel- und Kreativangebote drinnen sowie draußen im Familiengarten. Tanz mit Musik, Bewegungsparcours und -inseln, Spiele mit dem Ball, Fangen, Feuer-Wasser-Sturm, Turnen, Basteln, freier Spielraum und viel mehr...

- **Bewegung für die kalte Jahreszeit**, Kinder bis zu 5 Jahren in Begleitung der Eltern
- **Freitags, 15:30 – 17:30 Uhr**
- **Familienzentrum Nauener Platz, Schulstraße 101, 13347 Berlin**

Gefördert durch:



Bewegung nachhaltig im Brunnenviertel verankern

ELTERN-KIND SPIEL, SPASS & BEWEGUNG

im Familienzentrum Wattstraße

für Familien mit Kindern von 3-6 Jahren

SONNTAGS 14:30 - 17:30

im Familienzentrum Wattstraße
Wattstraße 16, 13355 Berlin

Homepage:

<https://cutt.ly/keOKi9qk>



Anmeldung:

tinydancersberlin@gmail.com

Bewegungssonntag für Familien

Wenn es draußen zu nass und zu kalt für Spiel & Bewegung im Freien wird, gibt es wieder eine Indoor-Spielmöglichkeit im Kiez mit spannenden Bewegungsspielen.

- **Spiel, Spaß und Bewegung für Familien im Kiez, für Kinder von 3 – 6 Jahren**
- **Sonntags, 14:30 – 17:30 Uhr**
- **Familienzentrum Wattstraße, Wattstr. 16, 13355 Berlin**

Tiny Dancers

Im Kieztreff Leipziger Straße startet im November ein neuer Kurs Kreativer Kindertanz mit Enrico Paglialunga - Lehrer, Tänzer und Choreograf. Das Angebot ist kostenlos, die Gruppe ist jedoch auf acht Kinder in Begleitung eines Eltern-teils begrenzt: Bitte um Anmeldung.

- **Tiny Dancers – für Kinder von 2 bis 4 Jahren**
- **Dienstag, 16:30 – 17:30 Uhr, Termine: 05.11. – 12.11. – 19.11 – 26.11. – 03.12. – 10.12.2024**
- **Kieztreff Leipziger Straße 58, 10117 Berlin**

Sport und Bewegung für Kinder & Jugendliche



Foto: S. Bürger

Homepage:

<https://cutt.ly/lemSBqQT>

Bei Fragen: 030 225 015 081

weinmeisterhaus@wetek.de

Neue Angebote im Weinmeisterhaus

Die neue Tanzpädagogin Franzi Becker hat mich über die neuen Tanzangebote informiert.

- **Tanz for fun! (8 – 13 Jahre): Do, 15:30 - 17 Uhr**
- **Ballett (8 – 13 Jahre): Mo, 15:30 – 17 Uhr**
- **Ballett (14 – 27 Jahre): Mi, 18 – 20 Uhr**
- **Contemporary Dance (14 – 27 Jahre): Di, 19 – 20:30 Uhr**
- **Commercial Dance (14 – 27 Jahre), Do, 17:30 – 19 Uhr**
- **Weinmeisterhaus, Weinmeisterstr. 15, 10178 Berlin**



Kontakt: aboode.alham@gmail.com

Instagram: @aboudi_gon

Let's Dance Projekt

Das kostenlose Urban-Dance-Angebot richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene. Das Training findet zweimal die Woche statt. Alle sind willkommen, es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Ohne Voranmeldung.

- **Krump Class**
- **Montag, 19:30 – 21:30 Uhr**
- **Kreativhaus Fischerinsel 3, 10179 Berlin**
- **Breaking Training**
- **Freitag, 16:30 – 19:30 Uhr**
- **Olof-Palme-Zentrum, Demminer Str. 28, 13355 Berlin**

Für Erwachsene

OLOF STADTTEILZENTRUM PALME

SPORT / BEWEGUNG

Genaue Informationen (Anmeldung, Kursleiter*innen, Raum etc.) finden Sie auf unserer Webseite. Sie können uns auch gerne unter 030/44383-793 anrufen oder eine E-Mail an nachbarschaft-opz@pfefferwerk.de senden.

OKTOBER 2024

Fitness für Frauen: Dienstag 10-11:30 Uhr
 Thaiboxen für Frauen: Dienstag 11:30-13 Uhr
 leichte Gymnastik: Donnerstag 9-10:30 Uhr
 Yoga: Freitag 8-9 Uhr
 angeleitetes Tischtennis: Donnerstag 11:30-13 Uhr
 Tischtennis: Freitag 10-12 Uhr
 QiGong: Freitag 9-10:30 Uhr
 Selbstverteidigung: Freitag 10:30-12 Uhr

Stadtteilzentrum Olof Palme

Für Erwachsene gibt es vielfältige kostenlose Sport- und Bewegungsangebote. Weitere Informationen zu den Angeboten finden Sie auf der Homepage (URL Spalte links)

- Fitness für Frauen mit Lea: Dienstag 10-11:30 Uhr
- Thaiboxen für Frauen mit Lea: Dienstag 11:30-13 Uhr
- leichte Gymnastik: Donnerstag 10-11:30 Uhr
- angeleitetes Tischtennis mit Christian: Donnerstag 11:30-13 Uhr
- Yoga mit Ines: Freitag 8-9 Uhr
- QiGong mit Jürgen: Freitag 9-10:30 Uhr
- Selbstverteidigung mit Jürgen: Freitag 10:30-12 Uhr
- Tischtennis: Freitag 11-13 Uhr
- **Stadtteilzentrum Olof Palme, Demminer Str. 28, 13355 Berlin**

Homepage:

<https://cutt.ly/heOZjGbP>

Für Alleinerziehende

EINE AUSZEIT FÜR ALLEINERZIEHENDE

Der Alltag mit Kindern ist schön und auch sehr anstrengend. Als alleinerziehende Mami oder Papi hat man sehr wenig Zeit für sich alleine, um sich zu entspannen und um mal durchzuatmen. Ich bin Katharina und ich bin Entspannungspädagogin. Ich lade dich herzlich zu meinem Entspannungs-Workshop ein. Zwei Stunden für dich und deine Kinder.

Fragen, Anmeldung:

fz-wattstrasse@pfefferwerk.de

030 44 38 33 45

Flyer auf Homepage

Alleinerziehend in Mitte:

<https://cutt.ly/reOJNc5n>

Eine Auszeit für Alleinerziehende

Entspannungspädagogin Katharina führt im Familienzentrum Wattstraße einen kostenlosen Entspannungs-Workshop für Alleinerziehende durch. Bitte um Anmeldung.

- **Entspannungs-Workshop für Alleinerziehende:** ZenBo (QiGong & Yoga), Achtsamkeitsübungen, Aktivierung des Vagus-Nervs (Entspannungs-Nerv)
- **Mit Kinderbetreuung (kostenlos)**
- **Montag, 14.10.2024, 12:30 – 14:30 Uhr**
- **Familienzentrum Wattstraße, Wattstr. 16, 13355 Berlin**

Basketball

STREETBALL NIGHT 2024

18.10., 1.11., 15.11., 29.11., 13.12.

2025

17.1., 31.1., 14.2., 28.2., 14.3.

Homepage Streetball-Team

<https://cutt.ly/5eOL7bKB>

Streetball Nights

Die Turniertermine für den Winter 2024/25 stehen fest. Teams können in den Kategorien „L“ (Freizeitspieler*innen) und „XL“ (mehr als Freizeit) teilnehmen. Die Anmeldung gilt immer für den nächsten Termin. Jedes Team hat fünf bis sechs Spiele, ein Turniersieger wird nicht ausgespielt

- **Max-Schmeling-Halle (Halle C, Am Falkplatz 1)**
- **Einlass: ab 21:45 Uhr, Turnierbeginn 22:30 Uhr, Turnierende ca. 1:30 Uhr**
- Termine 2024: 18. Oktober, 1. November, 15. November, 29. November, 13. Dezember
- Termine 2025: 17. Januar, 31. Januar, 14. Februar, 28. Februar, 14. März



Gefördert durch:

Für alle



Oktober-Interview auf Homepage QM Moabit-Ost:

🌐 <https://cutt.ly/peOJnxGd>

Info zu Absagen auf Instagram @kiezsportlotsin

Rollschuh-Disko an der KuFa

Jeden Sonntag gibt es seit 15. September im Moabit eine Rollschuh-Disko. Die Veranstaltung ist auf Initiative von Anwohnerin Dr. Sara Arewa entstanden. Gerald Backhaus hat die Geschichte dazu aufgeschrieben (URL Spalte links).

- **Sonntags, 16:00 – 19:00 Uhr**
- **Klara-Franke-Quartiersplatz, An der KuFa, Lehrter Str. 35, 10557 Berlin**

Die Fläche an der KuFa wird sogar mit einer Kehmaschine gereinigt, sodass dem Roll-Vergnügen nichts im Wege steht! Ob Rollschuhe oder Inliner, alle, die etwas zum Rollen dabei haben, sind herzlich willkommen!

Wetterbedingte Absagen werden auf meinem Instagram-Kanal veröffentlicht. Sara Arewa informiert die Teilnehmenden über eine Signal-Messenger-Gruppe.

Sport für Menschen mit Behinderungen / Inklusive Angebote

RUNCHALLENGE

Laufen und Walken — für alle

RunChallenge ist ein europaweites Projekt, das körperliche Aktivität für jedermann zugänglich macht. Menschen jeder Art, jeden Alters und Könnens, vor allem absolute Anfänger, trainieren laufend, gehend oder im Rollstuhl.

Laufen: Lauf im Training in deinem eigenen Tempo
Walken/Gehen: sanftes Training für deinen Körper
Rollstuhl: kein Problem, wir unterstützen dich

Bei Fragen: run@scl.berlin
0172 380 20 48

Anmeldung RunChallenge Berlin:

🌐 <https://cutt.ly/AeOH19wU>

Homepage:

🌐 <https://runchallenge.org/de/>

RunChallenge – Inklusive, kostenlose Laufgruppe

Ob Laufen in jedem Tempo, Gehen / Walken oder mit dem Rollstuhl, alle können mitmachen. Vor allem Anfänger*innen jeden Alters sind willkommen! RunChallenge hat Standorte in aller Welt: Ab Oktober wird auch Berlin mit dabei sein. Der SCL Lebenshilfe ist Stützpunktverein.

- **Eröffnung RunChallenge Berlin**
- **Samstag, 19.10.2024, 12 Uhr**
- **Platz des 18. März vor dem Brandenburger Tor**
- Die Gruppe ist erkennbar an den roten Shirts

Interessierte melden sich bitte an! (URL linke Spalte)

Schwimmen



Online-Anmeldung:

🌐 <https://cutt.ly/ewckuPGt>

Kostenlose Schwimm-Intensivkurse Herbstferien

Seit 30.09.2024 (17 Uhr) läuft die Online-Anmeldung für die Kurse in den Herbstferien (21.10. - 01.11.). Zwischenzeitlich sind nur noch Restplätze in anderen Bezirken verfügbar.

Die Kurse richten sich an Berliner Schulkinder der 4. bis 10. Klassen, die noch kein Seepferdchen oder Bronze-Abzeichen absolviert haben. Sie finden an fünf Ferien-Tagen hintereinander mit jeweils 45 Minuten Unterricht statt.

Die nächsten Intensivkurse werden in den Osterferien 2025 stattfinden. Die Anmeldungen werden ca. einen Monat vor Beginn der Ferien frei geschaltet.

Dies & Das



Homepage DSJ:

<https://cutt.ly/PeOLaphu>

Bewegungskalender Deutsche Sport-Jugend (DSJ)

Das Schwerpunkt-Thema für 2025 ist Kinderrechte im Sport. Der Kalender enthält Bewegungsideen und Praxistipps für Übungsleitungen, Trainer*innen sowie pädagogische Fachkräfte.

Die Bestellung von bis zu 4 Kalendern ist im Publikations-shop kostenfrei.

Lesestoff



Homepage Kiezmagazin brunnen

<https://cutt.ly/TeOZYQLs>

„Freizeitvolleyball-Turniere vom Feinsten“

Als KiezSportLotsin habe ich dazu beigetragen, dass die Beachvolleyballer vom Vinetaplatz im Brunnenviertel ihren Platz in der Volleyball-Abteilung des TSV Berlin-Wedding gefunden haben. Doch weil ihnen das Training alleine nicht gereicht hat und sie keine passenden Freizeit-Volleyball-Turniere gefunden haben, sind sie selber aktiv geworden: Sie haben die Turnierserie Vineta All-Stars entwickelt.

Im Kiezmagazin brunnen können Sie die gesamte Geschichte nachlesen.

Was sonst zu sagen ist

Kiez für den
Bezirk
Mitte
Sport
Lotsin



@kiezsportlotsin

#FragDieKiezSportLotsin

<https://kiezsportlotsin.de/>

Kontakt

0157/33 28 13 28
(WhatsApp, Signal)

buerger@bwgt.org

Ihre Sport-Anfragen sind immer willkommen

Stellen Sie Ihre Fragen gern per E-Mail oder telefonisch. Ich stelle Vorschläge für möglichst passende Angebote zusammen und lasse Sie Ihnen schriftlich zukommen (per E-Mail, per WhatsApp oder Signal-Messenger-App). Hierfür brauche ich Ihre Sport- und Bewegungswünsche, das Alter und den Wohnort (nächste Hauptstraße oder S-/U-Bahnhof). Und – da ich aktuell wieder viele Anfragen aus ganz Berlin bekomme: Ich berate Bewohner*innen (und Akteur*innen) des Bezirks Berlin-Mitte!

Ich freue mich auch immer darüber, wenn Sie mich über (neue) Angebote Ihrer Einrichtung oder Ihres Vereins informieren. Gern gebe ich die Info hier im Newsletter oder über meine Social-Media-Kanäle weiter und nenne das Angebot gezielt in der Sport-Beratung.

Bleiben Sie in Bewegung
und viele Grüße,

Ihre KiezSportLotsin Susanne Bürger

