

Ehningen- Leben mit Vielfalt

TSV Ehningen – Breitensport

Der Breitensport im TSV Ehningen „lebt“ das Motto Vielfalt seit vielen Jahren.

Von den Pamperszwerger bis hin zur Seniorengymnastik werden alle Altersklassen bedient. Für jede Generation bietet der TSV Ehningen Breitensport ansprechende und abwechslungsreiche Angebote an. Diese weitreichende Altersspanne zeigt sich auch bei unseren Übungsleitern, von 14-jährigen Helferinnen bis zu Übungsleitern im Seniorenalter versuchen alle den Spaß an der Bewegung zu vermitteln.

Zudem sind alle Angebote im niederschwelligen Preissegment anzutreffen, so dass es Allen möglich ist, teilzunehmen. Keiner soll aufgrund der sozialen Stellung an Bewegung gehindert werden. Der Breitensport liefert die jeweils notwendigen Kleingeräte und Matten, die zur Ausführung benötigt werden, so dass auch hier keine zusätzlichen Kosten für die Teilnehmer der Angebote entstehen.

Bei Sprachbarrieren aufgrund verschiedener Herkunft hilft das Engagement jedes/-r einzelne/-n Übungsleiter/-in. Aktives Mitmachen und Vormachen der Übungen reduziert das notwendige Sprachverständnis auf ein Minimum. Auch diejenigen, die sonst Anschlusschwierigkeiten im Ort haben, können so einfacher soziale Kontakte knüpfen. Zusatzangebote außerhalb der Übungsstunden in den Hallen fördert die Integration in die Gemeinschaft. Der Verein verbindet.



Auch Personen mit einer geistigen oder körperlichen Beeinträchtigung werden nicht ausgeschlossen. Im Verein wird dann individuell nach Möglichkeiten gesucht, um die Teilnahme für Behinderte so angenehm wie möglich zu gestalten. Dabei werden auch mal Formalitäten, wie feste Altersgrenzen zum Beispiel, außer Kraft gesetzt. Zudem wird auch das Sportabzeichen für Behinderte abgenommen.

Der Breitensport ist in der Planung für einen **Familienturntag am 01.07.2023**. Die Familien sollen gemeinsam an einer Turnstunde teilnehmen können. Kinder, Geschwister, Eltern, Großeltern und andere Verwandte dürfen an diesem Tag frei von Altersklassen gemeinsam Spaß an der Bewegung haben. Gebucht werden kann die Veranstaltung zeitnah über das Buchungsportal Joinsports.

Diese Vielfalt wurde bereits dieses Jahr aktiv durch die **Fitness- und Wellnessnacht am 31.03.2023** in der Schalkwiesen Halle gelebt, bei der alle Angebote kostenlos waren. Es war eine gelungene Veranstaltung, bei der sich viele Teilnehmer austoben konnten. Insgesamt konnten 233 Teilnahmen gezählt werden. Bestbesuchter Kurs war der Bauch-Beine-Po-Kurs bei Susi Lomuscio, der mit 30 Teilnehmern voll belegt war. Die Kursleiterin beschreibt die Stunde als „nur geil, die Teilnehmer waren alle mehr als motiviert“. An 2. Stelle mit 27 Teilnehmern lagen beide Zirkelangebote: Ausdauer trifft Krafttraining - Fitness Mix Zirkel mit Sybille Eitel und Lena Butsenko und HIIT-Zirkel mit Larissa Deuter haben den ein oder anderen so richtig ins Schwitzen gebracht. Die Erwartungen der Übungsleiter wurden mehr als übertroffen und die Stimmung war perfekt. Auch wenn aufgrund von Krankheit leider zwei Kurse ausfallen mussten, so wurden dennoch vielfältige Angebote im Breitensport präsentiert. Der Verein hofft, dass er durch die Fitnessnacht seine Teilnehmer begeistern und neue Mitglieder dazugewinnen konnte.

Ein Dankeschön noch an dieser Stelle an Peter Büchner und Michael Koch fürs Filmen, an die Bäckerei Sehne für die Müsliriegel und an das Physioteam Filarski für die Massagen bei der diesjährigen Fitness- und Wellnessnacht.

