

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir, der KreisSportBund Euskirchen, das SportBildungswerk Euskirchen und die Sportjugend Euskirchen sind Ansprechpartner für Sportvereine und auch Anbieter von Bewegungskursen. Daher ist uns daran gelegen, viele Interessierte sowohl über die aktuelle Lage in der Sportlandschaft Euskirchen zu informieren, aber auch Möglichkeiten aufzuzeigen, sich zu Hause zu bewegen - sowohl für Erwachsene als auch für Kinder.

### **Informationen für Sportvereine und Übungsleiter**

Für Sportvereine und Übungsleiter stellen wir alle Informationen rund um die NRW-Soforthilfe, Änderungen im Vereinsrecht, Sonderregelungen bei Bezuschussung von Präventionskursen und vielen anderen Themen zusammen:

<https://www.ksb-euskirchen.de/seite/448006/corona.html>

Wir empfehlen außerdem sich regelmäßig auf der Seite des Landessportbundes zu informieren:

<https://www.lsb.nrw/medien/news/artikel/aktuelle-informationen-zur-coronavirus-epidemie>

### **Bewegungsideen für Zuhause - kurze Clips des KSB Euskirchen**

Das SportBildungswerk Euskirchen lädt regelmäßig kurze Bewegungsvideos zum Mitmachen hoch. Die Bewegungsvideos sind auf unserer Homepage unter <https://www.ksb-euskirchen.de/seite/445167/videos.html> oder auf unserem Instagram oder Facebookprofil zu finden.

### **Online-Kurse (Live und zum Mitmachen) des SBW NRW - mit zwei Angeboten aus Euskirchen!**

Das SportBildungswerk Team hat intensiv daran gearbeitet, Kursangebote online zur Verfügung zu stellen. Für alle unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer, natürlich aber auch kostenfrei für alle, die Interesse daran haben fit und gesund zu bleiben. In Zusammenarbeit mit Sportdeutschland.TV können Sie an derzeit über 30 Sport- und Bewegungskursen live teilnehmen. Der Kursplan wird wöchentlich aktualisiert und ist jeweils ab Samstag für die Folgewoche in unserem Kanal bei Sportdeutschland.TV zu finden.

Leider nur die zweitbeste Art, Sport in und mit der Gruppe zu teilen- aber die derzeit beste, um bewegt gesund zu bleiben.

Neben den NRWweiten Angeboten, können Sie auch zwei Kursangebote des SportBildungswerk / KreisSportBund Euskirchen live mitmachen! Ab kommenden Donnerstag werden unsere Kursleitungen Feodora Schramm und Johanna Sepp online zu sehen sein:

Donnerstag, 10.00 Uhr 60plus mach mit, sei fit! (Feodora Schramm / Gloria Küpper)

Donnerstag, 17.45 Uhr Stretch & Relax (Johanna Sepp)

Sie finden unsere beiden Kurse, aber auch Kurse aus ganz NRW unter

<https://sportdeutschland.tv/sportbildungswerk-nrw>

## **Bewegungsideen für Kinder - Es gibt viele gute Gründe für bewegtes Spiel zu Hause!**

Da auch Eltern mit Ihren Kindern im Kindergartenalter vermehrt ihre Zeit zu Hause und ohne soziale Kontakte verbringen müssen, gibt es mittlerweile im Internet viele Ideen für die Beschäftigung und Bewegung von Kindern zu Hause. Der KreisSportBund hat deshalb eine kleine Sammlung mit nützlichen Ideen und Links für zusammengestellt: <https://www.ksb-euskirchen.de/news/index.php?rubrik=1&news=564112&typ=1>

Unter anderem finden Sie hier das "Kibaz im Kinderzimmer", ein Internet-Angebot mit sportlich-fröhlichen Bewegungsideen für die eigenen vier Wände, welches von der Sportjugend NRW zusammen mit der AOK Rheinland/Hamburg und der AOK NORDWEST konzipiert wurde.

„Kibaz“ steht für das Kinderbewegungsabzeichen NRW, das die Kinder für gewöhnlich im Sportverein erleben. Jetzt fallen diese Veranstaltungen leider aus. Daher kommt das Kibaz in die Kinderzimmer und will Eltern mit ihren Kindern Möglichkeiten aufzeigen, auch auf kleinem Raum witzige, fantasievolle, actionreiche, aber auch ruhigere Bewegungsideen zu erproben.

Unter <http://go.sportjugend.nrw/kiki> stehen attraktive Spielvorschläge, auch thematisch passende Mal- oder Bastelvorlagen zum Download bereit. Denn: Es gibt viele gute Gründe für bewegtes Spiel zu Hause!

Für Fragen und weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne telefonisch unter 02251 15160 zur Verfügung.