

VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT KARLSRUHE

Vereine: ESG Frankonia, In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Nordwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten, TSG Blankenloch, Skizunft Durlach, TV Busenbach
Kooperationspartner: Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein



Angebote auch für junge Menschen: Die INI Karlsruhe erschließt neue Zielgruppen

Kostenlose Schnupperangebote im Bereich Outdoor-Sport

Die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) ist ein Zusammenschluss von 26 Karlsruher Sportvereinen und sieben Sportvereinen aus der Region. Aufgabe der Vereinsinitiative ist die Verbesserung des Gesundheitsbewusstseins der Bevölkerung in der Prävention - und in der Rehabilitation.

In der Vorsorge besteht in Karlsruhe ein flächendeckendes Gesundheitssportangebot - unabhängig von der Mitgliedschaft in einem Sportverein. Zu den Präventionsangeboten der INI gehören Angebote zur Entspannung, zur Muskelstärkung oder zur Verbesserung der allgemeinen Kondition. Im Rehabereich gibt es Herzsport, Diabetessport, Gefäßsport, Lungensport, Neurosport, Orthopädie, Osteoporosesport und Sport nach Krebs.

Dass sich bei diesem Angebot bisher vornehmlich ältere und kranke Menschen angesprochen fühlen, liegt auf der Hand. Allerdings ist es gerade im vorbeugenden Bereich wichtig, auch junge Menschen so früh wie möglich an den Sport heranzuführen. Ein neues INI-Konzept, das nach den Sommerferien gestartet ist, soll dazu beitragen.

Vier INI-Vereine bieten seit September neue und kostenlose Outdoor-Angebote an, die besonders das jüngere Publikum ansprechen sollen. Der Polizeisportverein, der SSC Karlsruhe, die Spielvereinigung Durlach-Aue und die ESG Frankonia sind mit den unterschiedlichsten Angeboten in das Projekt gestartet: Schnupperkurse für Crosstraining, Bootcamp, Outdoor-Functional und Parcours/Tricking sollen auch die jüngeren Menschen für die Angebote der INI begeistern.

Gerade das Parcours- und Tricking-Angebot der ESG Frankonia – unter dem Namen „Karlsruhe Warriors“ trifft den Trend unter den ganz jungen Sportinteressierten. Angesprochen ist die Altersklasse von zwölf bis 17 Jahren – und die nimmt das Angebot gerne an. „Schon beim ersten Termin waren insgesamt sieben KA-Warriors dabei“, freut sich Sarah Heinisch, bei der ESG mitverantwortlich für das Angebot. „Davon drei Mädchen und vier Jungen. Drei sind schon Mitglied bei uns im Verein, vier noch nicht.“ Sarah Heinisch ist mehr als zufrieden mit der Resonanz und auch beim PSV sieht man die neue INI-Idee ausgesprochen positiv. „Der Outdoor-Kurs ist zwar leider sehr schleppend angelaufen, aber wir haben fünf Anmeldungen bekommen, von denen vier keine Mitglieder sind und einer im Studio trainiert. Die Idee für diesen Kurs ist super, der Zeitpunkt meiner Meinung nach noch nicht ideal. Die Zielgruppe für so einen Kurs war noch im Urlaub, als die Anmeldefrist begonnen hat. Nächstes Jahr wäre Mai/Juni ideal, um nochmal so einen Kurs anzubieten“, so Ilkay Omurok aus dem PSV-Vorstandsteam.

Die Vereinsinitiative Gesundheitssport freut sich über den gelungenen Start des neuen und innovativen Gemeinschaftsprojekts mit der AOK Karlsruhe, getragen von der Idee eines niederschweligen und für alle Menschen offenen Sportangebots in freier Natur. Dabei wurde bei der Konzeption auf besonders qualifizierte Trainer und sichere Austragungsorte geachtet - immerhin finden die Übungsstunden bei Wind und Wetter im Freien statt.

„Wir sind mit der Resonanz auf die neuen Outdoor-Schnupperangebote zufrieden. In den vier angebotenen Trainingsgruppen sind je nach Verein zwischen fünf und zehn Teilnehmer am Start und alle sind auch bei schlechter Witterung mit viel Spaß dabei - wir freuen uns schon auf die nächsten Kurse im Frühjahr 2020, wenn die Angebote der INI-Vereine erneut kostenlos getestet werden können“, sagt Attila Horvat vom Vorstand der INI.

Über die Vereinsinitiative Gesundheitssport – INI

Die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) ist ein 1989 gegründeter Zusammenschluss von 26 Karlsruher Sportvereinen und sieben Vereinen aus der Region. Die Mitgliedervereine haben es sich zur Aufgabe gemacht, ein möglichst flächendeckendes Gesundheitssportangebot zu erstellen - unabhängig davon, ob jemand Mitglied eines Sportvereins ist oder nicht. Interessierte Bürger sollen, so das Ziel der INI, die Möglichkeit erhalten, auf kurzen Wegen in ihrem direkten Wohn- oder Arbeitsumfeld an einem dieser Sportangebote teilzunehmen. Das Kursprogramm 2019 der INI listet über 370 Angebote und liegt aus bei Ärzten, Apotheken, Sportvereinen und in den Rathäusern. Im Internet ist es unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de nachzulesen.