



LSV-Pressemitteilung 10/2017

Kiel/Hohenwestedt, 7. Juni 2017

LSV-Aktion „Familien in Bewegung“:

MTSV Hohenwestedt bringt Familien gemeinsam an die Tischtennisplatten

LSV-Vizepräsident Wolfgang Beer stellte heute (7. Juni) gemeinsam mit Stefanie Trede von der AOK NORDWEST Rendsburg im Rahmen eines Besuchs beim MTSV Hohenwestedt die landesweite Aktion „Familien in Bewegung“ des Landessportverbandes Schleswig-Holstein vor. Zugleich erhielten alle Anwesenden einen persönlichen Eindruck von der praktischen Umsetzung der Aktion. Im MTSV Hohenwestedt werden erfolgreich unter dem Motto „Familien an den Tisch“ Eltern gemeinsam mit ihren Kindern für die Sportart Tischtennis begeistert. Mit der Aktion „Familien in Bewegung“ wollen der Landessportverband und seine Partner in ganz Schleswig-Holstein weitere Familien zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten motivieren.

„Familien in Bewegung“ ist eine Aktion, die der Landessportverband Schleswig-Holstein (LSV) gemeinsam mit seinen Landesfachverbänden Aikido, Judo, Ju-Jutsu, Karate, Tischtennis, Pferdesport, Schwimmen, Segeln, Golf, Kanu, Badminton, Floorball, Tanzen, Tennis, Einrad, Handball, Hockey und Rudern durchführt. Partner dieses Projektes sind die AOK NORDWEST und die Volksbanken Raiffeisenbanken. Ziel ist es, Kindern und ihren Eltern in verschiedenen Sportarten die Möglichkeit zu geben, den Vereinssport gemeinsam als Familie zu erleben. Familien sollen angeregt werden, ihre gemeinsame Freizeit in noch größerem Maße für das sportliche Erleben zu nutzen. Dieses Angebot verbessert die konditionellen Fähigkeiten wie Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit und es werden die koordinativen Fähigkeiten optimiert. Vor allem aber fördert die Aktion die psychische Stärke der Kinder und den Zusammenhalt in der Familie.

LSV-Vizepräsident Wolfgang Beer erläutert: „Zentraler Ansatz, um den gesellschaftlichen und demografischen Veränderungen entgegenzuwirken, kann die Stärkung der Familie als Gemeinschaft sein. Denn über dreiviertel der deutschen Bevölkerung glaubt, dass man eine Familie braucht, um glücklich zu sein. Der Sport kann dazu beitragen, Familien zu stärken: Mit generationsübergreifenden Angeboten ermöglichen Sportvereine Begegnungen verschiedener Altersgruppen, verbessern dadurch deren Kommunikation und bieten einen guten Ansatz, um familieninterne Netzwerke zu bilden. Dieser Kontakt zu anderen ist gerade in einer Zeit wachsender Individualisierung wichtig.“

Stefanie Trede, Bewegungsberaterin aus der Regionaldirektion Rendsburg der AOK NORDWEST, beschreibt das Engagement der AOK NORDWEST als Partner des LSV: „Wir möchten

...

die Familien in Schleswig-Holstein zu einer gesünderen Lebensweise motivieren und unterstützen deshalb gern dieses Projekt. Denn gemeinsame Bewegung hält alle in der Familie gesund, bringt Spaß und sorgt auch für ein gutes Familienklima. Aus unserer AOK-Familienstudie wissen wir: Kinder, die regelmäßig gemeinsam mit ihren Eltern sportlich aktiv sind, entwickeln seltener ein Übergewicht und können besser mit Stresssituationen umgehen als Kinder, die sich nicht regelmäßig gemeinsam mit ihren Eltern bewegen."

Das Angebot wird in Form von Kursen über einen Zeitraum von zehn Kurseinheiten von Vereinen in ganz Schleswig-Holstein angeboten. Die Teilnahme an diesen Kursen ist auch ohne Vereinsmitgliedschaft möglich. Teilnehmen können nicht nur „traditionelle Familienverbände“ oder Patchwork-Familien, sondern auch Mutter, Vater, Kind, Großeltern mit Enkelkindern, Lebensgemeinschaften oder auch Freunde und Partner aus einer Hausgemeinschaft. Bisher beteiligten sich landesweit 95 Vereine mit insgesamt 158 Kursen an dieser Aktion.

Verantwortlich für diese Pressemitteilung:

Stefan Arlt
Landessportverband Schleswig-Holstein e.V.
Pressesprecher
Tel. 0431-6486-163
E-Mail: stefan.arlt@lsv-sh.de