

Sportclub: **Region Olten / Gruppen Aktive 2 und Bewegungsgruppe**

Sportangebot / Infrastruktur:

Das Sportangebot ist polysportiv. Das heisst, das Programm ist entsprechend abwechslungsreich und setzt sich aus Teamspielen (Basket, Brennball, Unihockey, Netzbball, Völkerball, Fussball), kleinen Wettkämpfen (verschiedene Stafetten, kleine Spiele), Gymnastik und Fitness mit und ohne Musik oder auch mal mit Yoga-Übungen zusammen.

Das Programm muss jeweils flexibel an die Anzahl und der Tagesform der anwesenden Teilnehmer*innen angepasst werden. Vergangenes Jahr war es zum Beispiel schwierig die beliebten Teamspiele zu machen, da die Teilnehmerzahl aufgrund der Coronasituation sehr tief waren. Wir haben vermehrt auf Bewegung mit Musik, Geschicklichkeitsspiele und Gymnastik mit dem grossen Gymnastikball gesetzt. Zudem standen während zwei Wochen geeignete Stühle vor den Garderoben, welche wir dann in die Sportstunden integriert haben. Fitness mit Stühlen – auch das geht! Einige waren erstaunt, dass es trotz Stühlen „anstrengend“ sein kann 😊

Leider musste das Sportprogramm auch im 2021 stark eingeschränkt werden: Die Bewegungsgruppe musste vorübergehend eingestellt werden, da sich die Teilnehmenden aus verschiedenen Wohngruppen nicht durchmischen durften. Wir waren sehr gespannt, ob beim Wiederbeginn der Sportstunden die Teilnehmer*innen überhaupt wieder kommen würden. Und wir wurden sehr positiv überrascht! Sobald es die Umstände wieder erlaubten, kamen alle Teilnehmer*innen wieder in die Turnhalle!

Bei den Aktiven 2 wurde das Sportprogramm nie eingestellt. Wir gingen zusammen „walken“ und hatten dadurch die Möglichkeit uns einmal ausgiebig zu unterhalten. Etwas, das in der Turnhalle nicht unbedingt gewünscht ist! Woche für Woche traf sich eine kleine, konstante Gruppe. Das hat uns sehr gefreut!

Die Coronasituation hatte noch einen weiteren Einfluss auf die Lektionsgestaltung: Sobald es das Wetter erlaubte, gingen wir nach draussen um uns zu bewegen. Neu entdeckt haben wir im 2021 den „Pausenplatz“ der HPSZ. Diesen Platz hatten wir nur für uns und wir waren erstaunt, wieviele Bewegungsmöglichkeiten dieser Platz bietet.

Teilnahme an Anlässen:

Hier kann ich dasselbe schreiben wie letztes Jahr: Geplant wurde vieles und abgesagt wurde dann ebenso vieles ... Was wir aber machen konnten, war das beliebte Netzbballplus-Turnier. PluSport Region Olten war mit 3 Teams anwesend, toll!

Und dann konnten wir als Verein ein gemeinsames Bräteln im Wald machen – das war ein Highlight! In verschiedenen Gruppen und auf verschiedenen Wegen erreichten wir den Brätelplatz und genossen anschliessend ein paar schöne Stunden bei Spiel, Speis und Trank.

Entwicklung der Teilnehmerzahlen:

Hier kann ich ebenfalls dasselbe schreiben wie letztes Jahr: Es ist eindeutig, dass diese rückläufig waren. Viele Sportler*innen hatten Angst, sich auf dem Weg oder in der Halle mit dem Virus anzustecken. Einigen war es untersagt, die Institution für Freizeitaktivitäten zu verlassen.

Am Netzballplus-Turnier konnten wir erfreulicherweise ein neues Mitglied gewinnen und eine Person ist noch am „Schnuppern“. Herzlich willkommen!

Zufriedenheit der Teilnehmenden:

Die sehr regelmässige Teilnahme von den meisten Personen spricht für eine hohe Zufriedenheit.

Wir gehen jeweils auf Wünsche der einzelnen Sportler*innen ein und versuchen so, dass alle auf ihre Kosten kommen.

LeiterInnen / Vorstand:

Wir sind ein beständiges Leiterinnenteam. Das Dreierteam besteht aus Barbara Capaul, Bozena Wasielewska und Therese Gerber. In der Regel sind immer zwei Leiterinnen anwesend und ab und zu hilft uns die Tochter von Barbara oder jemand vom Leitungsteam der Aktiven 1 oder dem Sitzball aus.

Ausblick / Massnahmen:

Schwierig zu sagen ... Mal sehen, wie sich die Coronasituation entwickelt und was diese zulässt.

Natürlich hoffen wir, dass wir die geplanten Anlässe machen können, wie z.B. GV, Procap Sporttag, PluSport-Tag, Bowling-Abend, Sporttag Gretzenbach und Netzballplus-Turnier.

Drücken wir uns allen die Daumen.

Olten, 20. Januar 2022 / Therese Gerber, fürs Leitungsteam Aktive 2 und Bewegungsgruppe



Und noch ein paar Bilder zum 2021





