

20.Work-Shop „Sport der Älteren“ des Bezirkes Schwaben in Memmingen

Der demografische Wandel wird auch in Bayern in den kommenden Jahren zu Veränderungen in der Bevölkerungsstruktur führen. Das ist längst bekannt. Auch ist bekannt, dass der BLSV in der Altersgruppe der über 60jährigen weiterhin steigende Mitgliederzahlen haben wird. Voraussetzung ist allerdings, dass die Vereine ein altersgerechtes Sportangebot anbieten können. Um sportlich aktiv zu werden oder zu bleiben, müssen die Angebote auf die speziellen Bedürfnisse abgestimmt werden. Eine zentrale Rolle spielen dabei die qualifizierten Übungsleiter. Der BLSV-Bezirk Schwaben vertreten durch Günter und Traudl Wirth, haben dies schon vor 20 Jahren Zukunftsweisend erkannt und sich mit Erfolg bemüht dem ganzen breiten Spektrum Rechnung zu tragen. So wurde nicht nur der BLSV-Workshop im Unterallgäu platziert, sondern auch später verstärkt die Übungsleiterausbildung in Schwaben vorangetrieben.

Heuer konnte man den 20. Jubiläums-Workshop „Sport der Älteren“ im Unterallgäu veranstalten. 1287 Teilnehmerinnen/Teilnehmer haben in all den Jahren mit großer Begeisterung daran teilgenommen. Zunächst begann alles in Zusammenarbeit mit dem TSV Lautrach/Illerbeuren und Harald Heintze, dem Bildungsreferenten der Bayerischen Akademie für Erwachsenenbildung.

Die Teilnehmer kamen und kommen immer noch aus allen Kreisen Schwabens und weit über die Grenzen Schwabens hinaus mit bis zum Teil 3-stündigen Anfahrtswegen. Eine Erfolgsgeschichte, die nach dem Willen der Organisatoren und Teilnehmer möglichst weitergeführt werden soll. In Lautrach war nach 10 Jahren aus Kapazitätsgründen in der Turnhalle und im Seminarraum Schluss. In Memmingen fand man dann ideale Bedingungen in den Lindenturnschulhallen einschließlich der Mittagsbetreuung vor. Der Kreisvorsitzende Uli Theophiel, selbst von Anfang an mit dabei und auch Übungsleiter, konnte mit Oberbürgermeister Dr. Holzinger und Memmingens Sportreferenten Fritz Such große Unterstützer finden. Auch Günter und Traudl Wirth waren von den Bedingungen in Memmingen begeistert. Mit Rudi Broda, dem stellv. Kreisvorsitzenden und Harald Heintze, dem Bildungsreferenten steht Uli Theophiel ein gut funktionierendes Betreuungsteam vor Ort zur Seite.

Können doch die Sportlerinnen und Sportler in der Mittagspause kostenlos - gesponsert von einem Funktionär im Unterallgäu - bei frisch gebrühtem Kaffee und einer guten Kuchenauswahl ihre Pause genießen und die vielen Kontakte pflegen.

Mit Richard Wieser und Monika Nienaber waren dieses Mal zwei erfahrene Referenten dabei, die in bekannter Manier immer wieder mit neuen kreativen Ideen die Sportlerinnen und Sportler mitreißen konnten. Beide sind keine Unbekannten in Memmingen und von den Teilnehmern gern gesehen. Und nach Meinung aller Teilnehmer ist es immer ein "tolles Erlebnis" als Aktiver dabei zu sein.



Richard Wieser verwandelte die Halle in eine riesige Bewegungslandschaft. Angefangen von einem Tüchertanz bis hin zu Puzzle-Tanzbausteinen kamen eine Vielzahl von Bewegungselemente für Anfänger und Fortgeschrittene zum Einsatz. Die geübten Schrittkombinationen - in Begleitung fetziger Musik - forderten viel Konzentration und Koordination und stellten zum Teil hohe Anforderungen. Aber es machte auch viel Spaß

und der muss, erklärt Richard Wieser, überhaupt mit im Vordergrund stehen.



Monika Nienaber befasste sich in der zweiten verbundenen Turnhalle mit einem "Brasil Workout". Sie ging eingangs auf die Wirkungsweise des "Igel-Handgerätes" ein. Bei richtiger Anwendung werden die tiefen Muskelschichten trainiert. Bedeutet: Bindegebetsstraffung und präventives Rückentraining durch minimale Bewegungsamplituden. Durch die intelligente Füllung gibt es ein gezieltes Bewegungsfeedback und eine Wahrnehmung aller Sinne. Das Handgerät ist in vielen Bewegungsvariationen einsetzbar und auch ein ideal für ein Figurtraining. Alle möglichen Bewegungselemente - im Stehen, auf dem Rücken oder in der Seitenlage - wurden aufgezeigt und geübt.

Mit Alfons Strasser dem Kreisvorsitzenden aus dem Sportkreis Dillingen und "Vize im Verbandsbeirat" stellte sich der kommissarische Bezirksreferent "Sport der Älteren" für Schwaben vor. Er hat nach dem Rücktritt von Günter Wirth die Leitung dieser Aufgabe im Bezirk Schwaben

übernommen und sprach seine wichtigsten Ziele für die Zukunft an. Vor allen dankte er Günter und Traudl Wirth für die jahrzehntelange engagierte Tätigkeit im Bezirk Schwaben. Sie haben einen großen Anteil daran, dass die Vereine so eine Breite an qualifizierten Übungsleiterinnen/-leiter haben.



Grußworte im Auftrag der Stadt Memmingen überbrachte der Sportreferent a. D. Fritz Such. Er ist für die Terminierung von Veranstaltungen als BLSV-Kreisvorstandsmitglied eine wertvolle Hilfe bei der Veranstaltung.

Für den Jubiläums-Workshop hatten sich die Verantwortlichen ein Präsent als Überraschung ausgedacht: Jeder Teilnehmer erhielt eine BLSV-Tasse gefüllt mit süßen Köstlichkeiten.

Ein Dankeschön für die Verbundenheit und Treue zum "Sport für Ältere" aber auch zum Verein und zu guter letzt zum Bezirk Schwaben.

Uli Theophiel
Kreisvorsitzender

