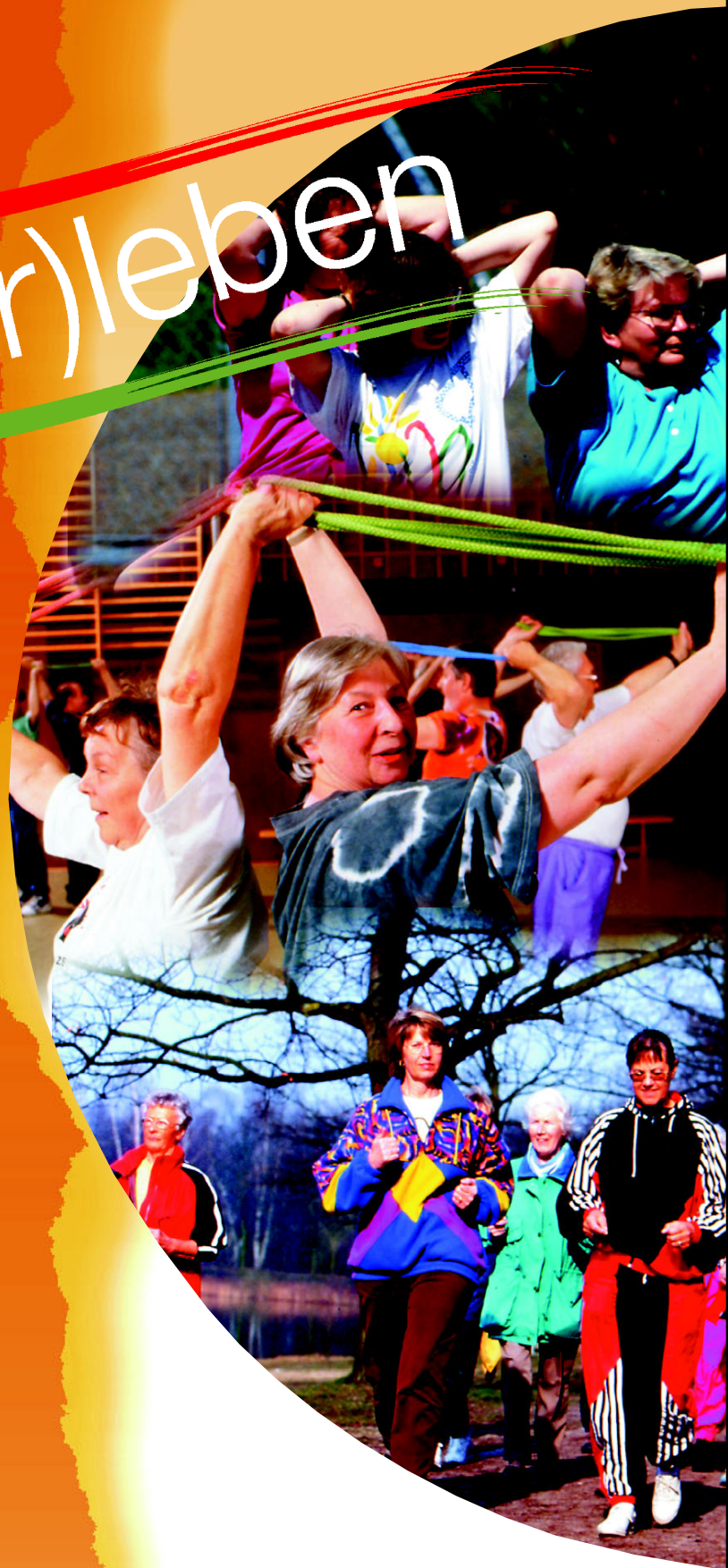


aktiv(er)leben



TURNEN
GYMNASTIK
SPORT

BILDUNG
GESELLIGKEIT
REISEN

Inhaltsangabe

	Vorbemerkung	
	Vorwort	
1.	Einleitung	4
2.	Ziele	5
2.1	Allgemein	5
2.2	Kernziele	5
2.3	Verbandsebene	5
2.4	Vereinsebene	6
3.	Inhalte	7
3.1	Verbandsebene	7
3.2	Vereinsebene	7
4.	Bausteine	7
4.1	Neue Wege in der Aus- und Weiterbildung	8
4.2	Kooperationen	8
4.3	Wettkämpfe und Wettbewerbe	9
5.	Bestehende Angebote im Verband	10
6.	Neue Angebote	11
6.1	Verband	11
6.2	Verein	11
7.	Vorgehen	12

Vorbemerkung

Die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention unterstützt alle Aktivitäten, die die zunehmend ältere Bevölkerung mit dem Sport in Verbindung bringt, motiviert und aktiviert. Aus medizinischer Sicht ist es schon seit langem völlig unstrittig, dass regelmäßige körperliche Aktivität im Ausdauerbereich die Lebensprognose verbessert, die Leistungsfähigkeit hebt und das Wohlbefinden steigert, insbesondere auch des älteren Menschen. In den letzten Jahren hat sich außerdem gezeigt, dass für die Lebensqualität im Alter die allgemeine Kräftigung, aber ganz besonders auch die Schulung der Koordination und Beweglichkeit von allergrößter Bedeutung ist. Es ist dabei wünschenswert, dass damit möglichst früh begonnen wird und dass dies über alle Lebensabschnitte bis ins hohe Alter fortwährend praktiziert

wird. Insbesondere gewohnte Übungsabläufe, auch wenn sie hohe Anforderungen an die Koordination, Kraft und Beweglichkeit stellen, können sehr gut auch im Alter durchgeführt werden und führen zu einer Reduktion von Beschwerden und den Erhalt der körperlichen Belastbarkeit. **Eine wichtige Folge der sportlichen Aktivität für ältere Menschen ist neben der Verbesserung der physiologischen Funktionen auch die Verbesserung des psychischen Befindens (wellbeing), so wie der Erhalt, die Förderung und die Stabilität der sozialen Kontakte.** Die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention unterstützt deshalb vorbehaltlos das große und vielseitige Sportangebot des STB für ältere Menschen.

Prof. Dr. H.-H. Dickhuth

Vorwort

Ein erfreuliches Plus für unsere Gesellschaft ist die gestiegene Lebenserwartung. Die Situation der älteren Menschen rückt dabei immer mehr in den Blickpunkt gesellschaftlicher Diskussionen. Der Anteil älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung wächst ständig. Die Auswirkungen dieser demographischen Entwicklung werden auch mehr und mehr im Turn- und Sportverein erkennbar. Die nachwachsenden Alten sind deutlich sportlich aktiver, aber die Strukturen und Angebote des Sports der Älteren entsprechen in Deutschland nur zum Teil den sich ändernden Bedürfnissen. Bewegung, Begegnung, Bildung sind Inhalte der Lebensqualität älterer Menschen, für die der Verein Heimat sein oder werden kann.

Bereits im Jahr 1977 hat der Schwäbische Turner-Bund (STB) gemeinsam mit dem Deutschen Turner-Bund den ersten Senioren-Kongreß in Stuttgart durchgeführt. Im Jahr 1990 wurde die Broschüre „Aktiv älter werden - Freizeitsport für Ältere im Turnverein“ erstellt. In der Satzung des STB ist festgehalten, dass Turnen und Sport als lebensbegleitende Aufgabe verstanden wird und die Älteren sind schon seit Jahren als eigene Zielgruppe in dieser verankert. All dies macht u.a. deutlich, dass die Arbeit des STB die Aufforderung

in dem vom WLSB entworfenen, „Plan 2000Plus - aktiv älter werden“, sich als Mitgliedsorganisation des WLSB an der Umsetzung des „Rahmenplan zur Förderung des Seniorensports“ des Deutschen Sport-Bundes zu beteiligen, schon seit langem widerspiegelt und keine neue Aufgabe darstellt.

Mit seinem „Plan 2000Plus“, in welchem beim Aufbau von Angeboten für Ältere in Verbänden und Vereinen Hilfestellungen gegeben werden, ist der WLSB Wegbereiter und gleichzeitig Initiator für die Verbände und Vereine.

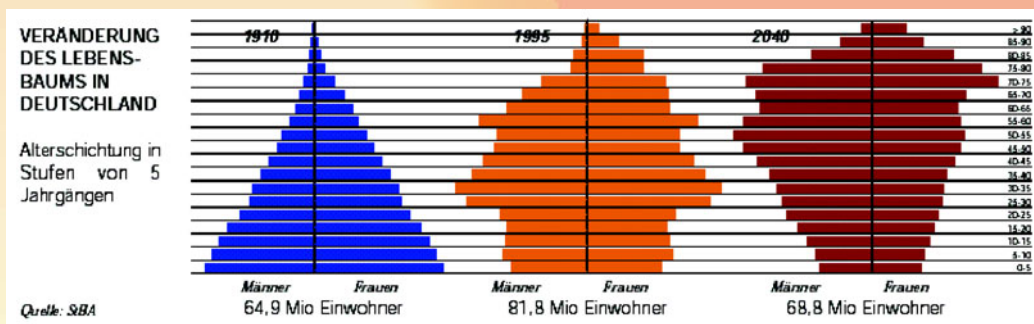
Wir als Fachverband für Turnen, Gymnastik und Sport greifen diese Initiative gerne auf. So bietet der STB für die Älteren vielfältige Angebote in der Aus- und Fortbildung für die er sich auch zuständig zeichnet.

Der STB hat die Zeichen der Zeit erkannt und hat sich die Älteren als Schwerpunktthema gestellt. Mit der vorliegenden Konzeption möchte der STB Hilfestellung und Anregungen bieten

Rainer Brechtken
STB-Präsident

1. Einleitung

Berichte über den demographischen Wandel in der Gesellschaft sind derzeit vielfältig in der Medienwelt zu finden. Die Bevölkerung Deutschlands schrumpft, zugleich kehrt sich die Alterspyramide um. Immer mehr Ältere stehen immer weniger Jüngeren gegenüber. Wir haben eine **zunehmende Langlebigkeit und rückläufige Geburtenzahlen**. Das bedeutet, der Anteil der älteren Menschen in der Gesamtbevölkerung nimmt stetig zu. Sind derzeit ca. 1/5 der Menschen über 60 Jahre alt so werden es im Jahr 2030 ca. 35-38% sein.



Doch dies ist nur ein Aspekt eines Veränderungsprozesses unserer Gesellschaft. Diese **quantitativen Veränderungen** (mehr Alte, weniger Junge) bringen eine Reihe **qualitativer Umstrukturierungen** mit sich. Der demographische Wandel wird Auswirkungen in viele Bereiche des menschlichen Lebens haben.

Die Gesellschaft, und auch der Sport, hat sich darauf einzustellen, hat alles zu tun, damit die zusätzlichen Lebensjahre zu „gewonnenen Jahren“ werden.

Es kommt nicht nur darauf an, wie alt wir werden, sondern auch, wie wir alt werden. Alt werden und sich dabei wohlfühlen, das kommt aber nicht von alleine; dafür muss jeder einzelne etwas tun – von früher Jugend an, denn **Altern ist ein lebenslanger Prozess**. Unser Verhalten in Kindheit und Jugend, im jüngeren und mittleren Erwachsenenalter bestimmt mit, wie wir uns als 60, 70, 80jährige und Ältere fühlen. Es gilt, **nicht nur dem Leben Jahre zu geben, sondern den Jahren Leben zu geben**; es gilt, **aktiver leben und aktiv erleben**.

Die Gruppe der **Hochbetagten oder Langlebigen, die der über 80jährigen, ist weltweit die am stärksten wachsende Bevölkerungsgruppe in den nächsten Jahren**. – Doch die übliche Einteilung, von den sog. „**jungen Alten**“ und ab 80/85 von den „**alten Alten**“ zu sprechen, ist problematisch. Manch einer ist schon mit 55/60 ein „alter Alter“, andere sind noch mit 90 „junge Alte“. Das „**functional age**“ ist ausschlaggebend, die **Funktionsfähigkeit verschiedener körperlicher und seelisch-geistiger Fähigkeiten**. Amerikaner sprechen von den „**go go's**“, den „**slow go's**“ und den „**no go's**“, womit sehr deutlich die körperliche Beweglichkeit unterstrichen wird. Diese **Funktionsfähigkeiten sind keinesfalls an ein chronologisches Alter gebunden**,

sondern werden von biologischen und sozialen Faktoren, die **während eines ganzen Lebens einwirken**, mitbestimmt. Hier werden Schulbildung, berufliches Training, Ernährung, körperliches Training, Interessen, Lebensstil und Reaktionen auf Belastungen ausschlaggebend (vgl. G. Lehr, Schwäbischer LTT 2002).

Diese Entwicklung hat natürlich auch Auswirkungen auf den STB und seine Turn- und Sportvereine und bringt neue Aufgaben und Herausforderungen. So müssen sich die Vereine rechtzeitig durch die Überprüfung und Anpassung ihres Angebots für diese Zielgruppe auf diesen Wandel einstellen.

Vereine werden sich zu fragen haben: wie gewinne ich ältere Menschen, wie spreche ich sie an, was kann man tun, um bei ihnen eine Hemmschwelle zu überwinden? (Tag der offenen Tür; kostenfreie Schnupperkurse; Einladung zu einmaligen attraktiven Veranstaltungen; Verteilen von Informationsblättern; Überzeugung der behandelnden Hausärzte, die entsprechende Empfehlungen aussprechen?) Sodann heißt es: **wie halte ich sie bei der Stange; wie überzeuge ich sie davon, dass „aktiver leben“ nicht nur gesund ist, sondern auch Spaß macht?** Wie mache ich das Treffen im Verein für sie attraktiv, welche Rahmenveranstaltungen (z.B. Wanderungen, Vortragsabende) wären sinnvoll? Sicher bedeutet **die Möglichkeit zu sozialen Kontakten, zu Gesprächen, auch einen gewissen Pluspunkt** (vgl. G. Lehr, Schwäbischer LTT 2002).

Wichtig sind hierbei natürlich auch außersportliche Angebote unter den Gesichtspunkten Bildung und Geselligkeit („bildungsorientierter Alterssport“). Dabei gilt zu berücksichtigen, dass die Älteren Geld, Zeit und Erfahrung mitbringen.

2. Ziele

2.1 Allgemein

Im Hinblick auf die Frage „Was wollen wir (für die Vereine)?“ werden nachfolgende Ziele formuliert.

Dabei gilt zu berücksichtigen:

- Festlegung der inhaltlichen Ziele. Daraus lassen sich dann die Inhalte ableiten.
- Unterscheidung in eine inhaltliche Ebene und in eine Struktur-Organisationsebene sowie
- Unterscheidung in zwei Ebenen: Vereins- und Verbandsebene.
- Zielgruppe: Freizeit-/Breitensport, Wettkampfsport, Spitzensport.

2.2 Kernziele

- Bindung des Menschen an den Verein.
- Vermittlung von Gesundheitskompetenz/Lebensqualität/Sportkompetenz für jeden Einzelnen.
- Turn- und Sportverein als Anbieter Nr. 1 für Angebote für Ältere.

2.3 Verbandsebene

- Das Marktsegment Ältere deutlich besetzen
- Der STB und seine Turn- und Sportvereine (TSV) sind die Anbieter in diesem Bereich („es gibt keine besseren Anbieter“), dieser Bereich ist der Zukunftsmarkt.

- Den wachsenden Anteil älterer Menschen für uns gewinnen und für entsprechende Angebote in den TSV die Voraussetzungen schaffen. Hierbei gilt zu berücksichtigen, dass die Älteren nicht nur aufgrund der Verbesserung oder Erhaltung der Gesundheit in den TSV gehen, sondern die soziale Komponente von großer Bedeutung ist. D.h. für die Älteren ist es wichtig, dass es feste Gruppen gibt, die auch sonstige gemeinsame Freizeitaktivitäten unternehmen, dass die Beiträge moderat sind und dass sie der Individualisierung entgegenwirken können.
- Der STB möchte für älter werdende Übungsleiter/innen entsprechende Aufbau-Qualifizierungsmaßnahmen, mit Unterstützung des WLSB, entwickeln.
- Sportstättenbau
Zukünftig wird es wichtig sein bei der Sportstättenentwicklung die Zielgruppe der Älteren stärker zu berücksichtigen. Dies bedeutet, es muss weg von standardisierten Sportstätten hin zu Bewegungs- und Begegnungsstätten vor Ort geplant werden. Die gedeckten Bewegungssportflächen (auch im Sinne der DTB-Konzeption) erfordern ein Umdenken in den Bezuschussungsrichtlinien, Kürzung bei den Monosportflächen zugunsten multifunktionaler Bewegungsflächen; oder Sonderinvestitionsprogramm.

- Bausteine-Konzept.
- Kooperationen und Außenwirkung (Marketing/Öffentlichkeitsarbeit), d.h. Präsentation im STB-Magazin und im Internet.
- Altersbereiche (nach unten offen, nach oben differenziert)
- Nicht das kalendarische Alter ist zu berücksichtigen, sondern das biologische.
- Sportartübergreifende Konzeption mit ganzheitlichem Ansatz, d.h. im geselligen, gesellschaftlichen und sozialen Bereich die Voraussetzungen schaffen.
- Übungsleiter/innen befähigen, gewisse Aufgaben in der Gruppe an andere Personen aus der Gruppe oder aus dem TSV zu delegieren, die dann z.B. für den außersportlichen Bereich verantwortlich sind.
- Qualifizierte Übungsleiter/innen, d.h. nach Möglichkeit lizenzierte, die entsprechend bezahlt werden.
- Verankerung im Verein (Zuständige Person).
- Altersbereiche (nach unten offen, nach oben differenziert).
- Hinweise auf:
 - Sportstättenbau/Sportstättenentwicklung (man braucht nicht unbedingt eine Sporthalle)
 - Nutzung von Schulräumen
 - Lobby
- Kommune aktivieren für Räumlichkeiten.
- Professionalisierung.



2.4 Vereinsebene

- Für entsprechende Angebote die Voraussetzungen schaffen. Hierbei gilt zu berücksichtigen, dass die Älteren nicht nur aufgrund der Verbesserung oder Erhaltung der Gesundheit in den TSV gehen, sondern die soziale Komponente von großer Bedeutung ist. D.h. für die Älteren ist es wichtig, dass es feste Gruppen gibt, die auch sonstige gemeinsame Freizeitaktivitäten unternehmen, dass die Beiträge moderat sind und dass sie der Individualisierung entgegenwirken können.



3. Inhalte

3.1 Verbandsebene

Für die Zielgruppe direkt:

- Turnen und Sport
- Bildung
- Geselligkeit
- Finanzieller Aspekt

Die Inhalte werden erreicht über:

- Bausteine
- Kooperationen
- Altersbereiche

3.2 Vereinsebene

- 365 Tage-Angebot, d.h. auch in den Ferien. Hierfür ist die Übungsleiter Gewinnung Voraussetzung, wobei ein Übungsleiter einer Gruppe nicht alles alleine durchführen muss und kann. Hier sollten zusätzliche Personen gefunden werden.

Auch die Ferienprogramme der Kommunen können berücksichtigt werden.

- Turnen und Sport
- Bildung
- Geselligkeit
- Ältere als Träger des Vereins/soziale Struktur
- Finanzieller Aspekt

Die Inhalte werden erreicht über:

- Bausteine
- Kooperationen
- Altersbereiche

4. Bausteine

Arbeitsmaterial	Ausbildung / Fortbildung
Veranstaltung / Projekte (Vereins- und Verbandsebene)	Öffentlichkeitsarbeit / Marketing
Kooperationen (Sport-Partner und Nicht-Sport-Partner)	Struktur

4.1 Neue Wege in der Aus- und Weiterbildung

Um zukünftig auf die Wünsche und Bedürfnisse von angehenden Übungsleiter/innen besser eingehen zu gehen, gilt es folgende Punkte zu berücksichtigen:

4.1.1 Ausbildung und Prüfung

- Für manche Teilnehmer/innen wäre eine mündliche Prüfung besser als eine schriftliche.
- Theoretische Prüfung in Form eines Multiple-Choice-Verfahrens ist überlegenswert.
- Projektaufgaben (zu zweit oder zu dritt).
- Mehr Lehrversuche im Verlauf der Ausbildung (Prüfungslehrproben sollen so bleiben).
- Prüfung um einen Tag verlängern, damit die theoretischen Inhalte noch wiederholt werden können.
- Positive Darstellung im STB-Magazin-„Erlebnis Ausbildung“.
- Ausbildung ohne Prüfung ist nur mit einem STB-Zertifikat als Abschluss möglich.
- Prüfungslehrgang in „Abschlusslehrgang“ umbenennen.
- Kürzere Ausbildungszeit an der Sportschule ist evt. mit der Einführung des E-Learnings im Sport möglich.
- Wie steht es mit „Sonderurlaub“ für Ausbildungswillige?
- Man sollte Ausbildungsbausteine über einen längeren Zeitraum „sammeln“ können (bestimmte Themen an Wochenenden).

4.1.2 Weiterbildung

Weiterbildung für:

- Ehemalige Übl./Trainer, die vor vielen Jahren eine Ausbildung gemacht haben, deren Lizenz schon länger ruht, und die jetzt wieder tätig werden wollen.
- Übl./Trainer, die schon lange eine Lizenz haben, immer tätig waren und jetzt die Zielgruppe/Fachrichtung wechseln wollen.
Für diese Übl./Trainer bietet sich eine Weiterbildung mit ausgewählten Inhalten für die Zielgruppe Ältere an, die auf ca. 40 Stunden ausgelegt ist. Die Maßnahme kann in einer Woche (40 Std.), in zwei Halbwochen oder an zwei Wochenenden (jeweils zweimal 20 Std.) durchgeführt werden.

4.1.3 Potentielle Zielgruppen

Es ist nicht leicht, jüngere Menschen für eine solche Aufgabe zu gewinnen.

Auch berufstätige Erwachsene können eine Übl.-Tätigkeit oftmals nicht übernehmen, da die Übungsstunden häufig am Nachmittag oder sogar am Vormittag stattfinden.

Eine verpflichtende Übl.-Ausbildung „Ältere“ für junge Menschen, die ein soziales Jahr im Verein absolvieren, kann nur bedingt als Möglichkeit erwogen werden (Nachteil: Häufiger Wechsel).

Größere Chancen bietet hier die persönliche Ansprache von Mitgliedern im Verein, die vorzeitig, auf Grund der Arbeitsmarktlage, aus dem Berufsleben ausscheiden mussten.

Es ist generell eine verstärkte Werbung und positive Darstellung durch Öffentlichkeitsarbeit notwendig ist.

4.2 Kooperationen

Aktive Freizeitgestaltung ist heute nicht mehr nur eine Sache der Jungen.

So verzeichnet die Altersgruppe ab 50 Jahren in den Turn- und Sportvereinen die höchsten Zuwachsraten. Ältere Menschen wollen heute in vielerlei Hinsicht vital bleiben.

Gerade Kooperationen des Turn- und Sportvereins können hier hilfreich und sinnvoll sein, um das aktive Bewegen in dieser nächsten Lebensphase für Neu- und Wiedereinsteiger zu den Menschen zu bringen.

Vereine müssen ihre Chance durch aktive Partnerschaftssuche in diesem Altersbereich nutzen und sich zum Anwalt und Motor für ein aktives Bewegen in diesem Lebensabschnitt in ihrer Kommune machen, um gerade die Nicht-Sport sozialisierten Menschen für ein aktives Leben im Verein zu begeistern.

Dabei zeichnet sich der Verein für die sportlichen Aktivitäten verantwortlich, d.h. für den fachlichen Bereich liegt die Zuständigkeit bei Diesem. Für Kooperationen in unterschiedlicher Form, soll der Verein die Initiative ergreifen.

Beispiele:

Der TSV Niederstotzingen hat ein Kooperationsmodell im Bereich „Hochaltriger“ (Durchschnittsalter der Gruppe 83 Jahre) zwischen dem Verein und einem privaten Altenpflegehaus. Das Projekt zeichnet sich durch die besondere Win-Win-Situation aus, denn einerseits kann der Verein Räumlichkeiten im Pflegehaus für sein Angebot nutzen und seinen Mitgliedern in dieser Altersgruppe ein spezielles Angebot anbieten. Im übrigen konnte der Verein durch dieses Angebot vier neue Mitglieder begrüßen. Andererseits baut das Pflegeheim damit persönliche Beziehungen zu den Menschen in Niederstotzingen auf, baut damit Hemmnisse ab und erhält fast automatisch einen Besuchsdienst für seine Bewohner.

Der TSV Fellbach wurde 1996 beim Landeswettbewerb „Sport für Ältere im Verein – mehr Lebensqualität im Alter“ ausgezeichnet. Seit dieser Zeit wurde das Programm noch weiter entwickelt. Inzwischen bietet der Verein mit fünf Kooperationspartnern (Kirche, Atemtherapiegruppe, Rheuma-Liga, Arbeiterwohlfahrt, Treffpunkt Seniorenbegegnungsstätte Mozartstraße) pro Tag durchschnittlich sechs Angebote aus dem Bereich Gesundheitssport und altersgerechten Sportarten als Kursangebot oder Dauerangebot an.

Das umfassende Angebot wird in einer eigenen Broschüre „50plus“ sogar speziell beworben. Dem TSV Fellbach ist durch diese Strategie gelungen, die Zahl der Mitglieder über 61 Jahre von 500 im Jahr 1997 auf über 700 zum Ende des Jahres 2001 zu steigern.

4.3 Wettkämpfe und Wettbewerbe

Wettkämpfe und Wettbewerbe sind ein unverzichtbarer Bestandteil des lebenslangen aktiven Sporttreibens. Es wird in Zukunft verstärkt die Aufgabe der Turn- und Sportvereine sein, bedarfsorientierte Angebote für alle Altersgruppen anzubieten. Dabei muss vornehmlich auf das individuelle Leistungsvermögen eingegangen werden. Sowohl die Beschäftigung mit der Frage der Findung geeigneter Altersabstufungen bzw. Altersblöcke für die Angebote als auch Weiterentwicklung der Inhalte und ihre Übertragbarkeit auf die anderen Fachgebiete bilden neben dem Aspekt der Öffentlichkeitsarbeit und Information über die bestehenden Angebote die Schwerpunkte.

Folgende Punkte sind zukünftig zu berücksichtigen:

- 1.** Schaffung durchgehender Angebote für ein lebenslanges Sporttreiben vom Kind bis zum Älteren in allen Fachgebieten.
- 2.** Schaffung neuer Angebote, Wettkämpfe und Wettbewerbe für Ältere, die auch den Event-Charakter berücksichtigen.
- 3.** Abstimmung der Angebote auf die Leistungsfähigkeit der Älteren unter der Berücksichtigung der Schaffung von Erfolgserlebnissen.
- 4.** Koppelung von Veranstaltungen in und unter den Fachgebieten.
- 5.** Ausweitung der Vernetzung der Angebote der Turngäue durch gegenseitige Ausschreibung und gemeinsame regionalisierte Angebote (Fortschreibung Kernprogramm).

5. Bestehende Angebote im Verband

- Ausbildung Übungsleiter/in „C“ Freizeitsport mit Älteren/50 Plus für die Zielgruppen:
 - Belastbare
 - wenig Belastbare
- Zentrale und dezentrale Fortbildungen in den Turngauen, den Sportschulen in Ruit und Tailfingen und der STB-Akademie in Bartholomä wie z.B. in den Bereichen Funktionelle Gymnastik, Fitness, Tanz
- Seminare für die Arbeit mit Vereinsgruppen Ältere an der STB-Akademie in Bartholomä:
 - Seminar für Gau- und Landesmitarbeiter/innen Ältere
 - Aktiv für Ältere - Seminar für VereinsmitarbeiterInnen Ältere
- Vereinsberatung
- „fit und gesund“ – Gesundheitssport im Verein
- Schwerpunktprogramm „50 Plus“
- Pluspunkt Gesundheit des DTB
- Wettkämpfe und Wettbewerbe bei Gauturnfesten und Bergfesten und Landesturnfesten (z.B. Gruppenwahlwettbewerb für Ältere (50plus))
- Treffen der Älteren im STB und den Turngauen
- Wanderungen speziell für Ältere
- STB/BTB/AOK Gesundheitswochen für Ältere in Bartholomä und Waldachtal-Lützenhardt
- Aktiv Reisen & Fitneß mit Kultur und Erholung
- Arbeitskreis bei Kongressen
- Mitarbeit beim Treffpunkt Senior
- Zusammenarbeit mit anderen Institutionen



6. Neue Angebote

6.1 Verband

- Club „aktiv(er)leben“ beim DTB-Pokal
- Ausbildungskonzept: „Fit durch Training“ (Arbeitstitel)
- Gesundheitsorientiertes Krafttraining.
- ÜL-Ausbildung
- andere Bewerbung, evtl. andere Bezeichnung.
- Gewinnung von jüngeren Menschen für die Ausbildung durch evtl. anderes Marketing. Suchen von Alternativen, ohne dass die Qualität darunter leidet.
- Wellness-Angebote in Anlehnung an die Gesundheitswochen; evtl. Wellness-Tage für 3 oder 4 Tage.
- Gedächtnistraining/Mentales Training mit Bewegung (z.B. GriBss oder mentis).
- Fachtagung/Zielgruppenkongress
- Fitness- und Gesundheitschecks/-tests (z.B. Muskelfunktionstest) evtl. bei Aktionstagen.
- Kooperationsmodell Verein - Verband „aktiv(er)leben“
Der STB versteht sich als Dienst- und Serviceleister seiner Turn- und Sportvereine (TSV). Die Zielgruppe der Älteren wird zukünftig einen hohen Anteil in der Arbeit der TSV einnehmen.

Um bereits heute die Weichen für entsprechende Angebote zu stellen, schnürt der STB ein Paket, welches er seinen Vereinen als Hilfe und Unterstützung für die Arbeit mit der Zielgruppe der Älteren anbieten möchte.

6.2 Verein

- Gedächtnistraining/Mentales Training mit Bewegung (z.B. GriBss oder mentis).
- Außersportliche Angebote im Verein.
- Durch regelmäßige Treffs die Mitglieder in die Vereinsarbeit einbinden.
- "Familihtag" (evtl. 2-4 Termine; für alle Altersgruppen wird etwas angeboten).
- Fitness- und Gesundheitschecks/-tests (z.B. Muskelfunktionstest) evtl. bei Aktionstagen.



7. Vorgehen

- Verbindung bestehender Angebote mit neuen Angeboten/Produkten.
- Evtl. Start-/Auftakt-Aktion/Kampagne
- Eine Aktion in der Art der Pfunds Kur, d.h. in jedem Sportverein kann diese Aktion angeboten werden und wendet sich an alle und somit auch an die Zielgruppe 50plus.
- 50plus als ein Baustein im gesamten Angebot.
- Faltblatt
- Finanzieller Aspekt berücksichtigen
- Infos im Internet
- Wir brauchen einen guten Namen Slogan, mit dem sich die Angebote "verkaufen" lassen. Wir dürfen uns nicht an der Begrifflichkeit Ältere festsetzen, d.h. eine Orientierung am „Gesundheitszustand“ und nicht am Alter.
- Kooperationsmodell Verein-Verband „aktiv(er)leben erstellen/umsetzen.



STB
Postfach 50 10 29
70340 Stuttgart

Tel. 0711/ 57 55 6-0
Fax 0711/ 57 55 6-76
info@stb-nr1.de
www.stb-nr1.de