

Hier können ALLE mitmachen! - Aktionstag am 11.11.2022

Sport- und Bewegungsangebote für Menschen mit und ohne Einschränkungen

Unter dem Motto „ALLE können mitmachen“ haben Menschen mit einer Einschränkung gemeinsam mit Menschen ohne Einschränkung am Aktionstag die Möglichkeit unterschiedlichste Bewegungs- und Sportangebote kennenzulernen und vor Ort auszuprobieren. Im Mittelpunkt stehen vor allem die Breitensportangebote der Vereine, deren Ziel es ist, Menschen mit Einschränkungen problemlos und ohne Berührungängste zusammen mit allen anderen Teilnehmern der Sportangebote in die Gruppen und Mannschaften mit einzubinden, so Petra Fischer vom Essener Sportbund e.V.

Manche Sportlerin, mancher Sportler war vielleicht jahrelang in einer Sportart erfolgreich unterwegs, kann diese aber durch eine Verletzung oder Krankheit nicht mehr im gleichen Maße betreiben. Die am Aktionstag beteiligten Vereine möchten daher aufzeigen, wie Integration in den Gruppensport funktioniert. Genauso soll aber auch aufgezeigt werden, dass körperliche Einschränkungen – egal in welchem Alter – nicht daran hindern, mit einer neuen Sportart anzufangen und sich fit zu machen.

Los geht es am 11.11.2022 ab 10 Uhr in der Halle 7 der Messe Essen. Hier können sich alle Interessierten über die Bewegungs- und Sportangebote der Vereine informieren und das ein oder andere Angebote direkt vor Ort ausprobieren. Mit dabei sind laut Helena Zapros vom Essener Sportbund e.V. neben dem DJK Franz-Sales-Haus e.V. und Special Olympics Deutschland e.V. auch große Sportvereine wie der TuS 84/10 e.V. und die Sparte Budo im Essener Sportbund e.V.

Gemeinsam werden vier Aktionsflächen, mit den Themen Gesundheit, Kampfsport, „Alles was rollt“ und unseren großen „Zirkus“, mit einem vielfältigen Sportangebot ausgestattet. Es wird einen Parcours geben, der auf unterschiedlicher Weise von den Besuchern befahren werden kann. „Meine persönlichen Highlights sind die Bogen- und Eisstockschißen und die 18m x 18m große Zirkusaktionsfläche“ berichtet Helena Zapros vom Essener Sportbund e.V. Selbstverständlich bietet aber auch die Gesundheitsfläche einen Mehrwert für Jung und Alt, denn neben dem zertifizierten Reha-Sport geht es auch um Arbeitsplatz-Ergonomie sowie einfache Übungen, die auch Zuhause angewendet werden können, um fit & gesund zu bleiben.

Eine zusätzliche Eintrittskarte für den Aktionstag wird neben einer Eintrittskarte für die Messe Mode, Heim und Handwerk nicht benötigt.

„Wir freuen uns auf einen ganz besonderen Aktionstag, den es in dieser Form in Essen bisher noch nicht gegeben hat!“ – Julia Zurell de Diaz, Essener Sportbund e.V.

Dieser Aktionstag steht unter der Schirmherrschaft von Thomas Kufen, Oberbürgermeister der Stadt Essen.