

Clausthal-Zellerfeld

Workshop-Phase 1

- 1.1 **Jakkolo** (Ingo Dansberg)
Ein Geschicklichkeitsspiel für Solo- oder Teamspieler auf kleinem Raum.
- 1.2 **Jakobsleiter und Prusiken** (Heidi Bellgardt)
Besondere Formen des Kletterns im Team und allein.
- 1.3 **Roundnet** (Konrad Kroß)
Trendsport leicht vermittelt.
Technik, Taktik und Teambuilding im Fokus.
- 1.4 **Klettern am Kletterturm** (Mario Fischer)

Workshop-Phase 2

- 2.1 **Pound®** (Nadja Schneider)
Intensive Cardio Jam Session.
- 2.2 **Jakobsleiter und Prusiken** (Heidi Bellgardt)
Besondere Formen des Kletterns im Team und allein.

Praktische Workshops + theoretische Foren!

- 2.3 **Roundnet** (Konrad Kroß)
Trendsport leicht vermittelt. Technik, Taktik und Teambuilding im Fokus.
- 2.4 **Klettern am Kletterturm** (Mario Fischer)

Foren

- 9.1 **Freiwilligendienste im Sport** (Ingo Dansberg)
Vorstellung der Möglichkeiten in Niedersachsen, in Montenegro und auf dem afrikanischen Kontinent.
- 9.2 **Prävention Sexualisierter Gewalt** (Mario Fischer)
- 9.3 **Kooperation Schule und Sportverein** (Heidi Bellgardt)
- 9.4 **Mittagsspaziergang an der frischen Luft** (GoSports-Festival Team)

Workshop-Phase 3

- 3.1 **STRONG Nation®** (Nadja Schneider)
Hoch intensives Intervalltraining mit Musik
- 3.2 **Headis** (Ingo Dansberg)
Eine Mischung aus Fußball und Tischtennis.
- 3.3 **Teamspiele mit Strategie** (Heidi Bellgardt)
- 3.4 **Klettern am Kletterturm** (Mario Fischer)

Ablauf an beiden Standorten

Ab 9:00	Ankommen
9:30 - 10:00	Begrüßung
10:00 - 11:30	Workshop-Phase 1
11:30 - 11:45	Pause + Ortswechsel

11:45 - 13:15	Workshop-Phase 2
13:15 - 14:15	Mittagspause
14:15 - 15:00	Foren
15:00 - 15:30	Pause + Ortswechsel
15:30 - 17:00	Workshop-Phase 3
17:00	Verabschiedung + Ende der Veranstaltung

Buntes Rahmenprogramm den ganzen Tag!

Wir möchten möglichst allen Engagierten die Teilnahme an der Veranstaltung ermöglichen. Wenn dazu spezifische Rahmenbedingungen notwendig sind (z.B. rollstuhlgerechter Zugang) oder ein Assistenzbedarf besteht, versuchen wir eine Lösung zu finden.

Kontakt:
Natascha Rahnfeld-Wolters, Tel. 0511 1268-157,
nrahnfeld-wolters@lsb-niedersachsen.de



<https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/angebotssuche/>
Suchwort: „GoSports“

Die Workshops finden teilweise drinnen und teilweise draußen statt. Bitte Kleidung und Schuhwerk für beide Optionen mitbringen. Umkleekabinen und Duschen stehen zur Verfügung.

Teilnahmegebühr:

50 €, für alle unter 27 Jahren 30 €,
Juleica-Inhaber*innen bekommen 10 € Rabatt
inkl. vegetarisches Mittagessen

Veranstaltet von:



Gefördert aus Mitteln der
Finanzhilfe des Landes
Niedersachsen



Niedersachsen

GoSports-Festival

für Engagierte im
Kinder- und Jugendsport

21.09.2024

Standorte:

Akademie des Sports
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover
und
Akademie des Sports
Adolf-Ey-Straße 9
38678 Clausthal-Zellerfeld

Hannover

Workshop-Phase 1

- 1.1 **Förderung der motorischen Entwicklung im Grundschulalter** (Denise Homeyer)
- 1.2 **Five-a-side** (Torben Streich)
Handball ohne Hemmnisse
- 1.3 **EverydayFitness** (Petra Heck)
Alltagsrelevantes Training - Greifen, Heben, Tragen, Steigen, Stützen
- 1.4 **Tischtennis – kreuz und quer.** (Martin Börgel)
Kreative Tischaufbauten für eine abwechslungsreiche Spielform im Tischtennis
- 1.5 **Sprache lernen in Bewegung – Elementarbereich** (Nathalie Graichen)
Spielerische Sprachförderung in Bewegung
- 1.6 **#Sportfluencer - Wie trete ich für meinen Verein auf?** (Felix Moskalev)
- 1.7 **Psychische Gesundheit im Sport** (Melanie Steinicke)
Die Rolle von Sportstruktur u. Übungsleitenden
- 1.8 **Meine Werte für ein gutes Miteinander im Sport** (Larissa Becks)
Was hat Demokratie mit mir und meinem Sportverein zu tun?
- 1.9 **Raufen nach Regeln** (Sergej Baal & Dimitrij Gaas)
Spielerische Zweikampfspiele mit vollem Körpereinsatz.
- 1.10 **Lachyoga** (Alessandro Domscheit)
Erlebe Übungen zum Lachen und Atmen.
- 1.11 **Fit für die Vielfalt** (Mohammed Nouali)
Praxisnahe und spielerische Einblicke in das Thema Vielfalt im Sport(verein)

- 1.12 **Rugby** (Marius Näfe)
Die wichtigsten Elemente des Rugby-Sports
- 1.13 **Roundnet** (Anton Eberhardt)
Trendsport leicht vermittelt. Technik, Taktik und Teambuilding im Fokus.

Workshop-Phase 2

- 2.1 **Förderung der motorischen Entwicklung in der KITA** (Denise Homeyer)
- 2.2 **Hula Hoop – Erste Moves für Beginnende** (Roswitha Völker)
- 2.3 **Sweat & Fun** (Petra Heck)
CrossCardio - HIIT – Tabata
- 2.4 **Tischtennis – Rundlauf Team Cup** (Martin Börgel)
Ein Mannschaftswettkampf für die beliebte Spielform im Tischtennis
- 2.5 **Sprache lernen in Bewegung – Primarbereich** (Nathalie Graichen)
Spielerische Sprachförderung in Bewegung
- 2.6 **Social-Postings und Co: Mit Canva meine Events bewerben** (Jan Jüttner)
- 2.7 **Psychische Gesundheit im Sport** (Melanie Steinicke)
Die Rolle von Sportstruktur u. Übungsleitenden
- 2.8 **Kindeswohl im Sport** (Patrick Vogler)
Ein Einstieg in das Themenfeld der Prävention.
- 2.9 **Zweikampf zur Aggressionsbewältigung** (Sergej Baal & Dimitrij Gaas)
Kontaktängste überwinden und Zweikampfspiele.
- 2.10 **Yoga - MEET YOURSELF** (Akash Kumar Nair)
With yoga exercises, knowing I AM NOT THE BODY AND MIND but I am using them.
- 2.11 **Fit für die Vielfalt** (Mohammed Nouali)
Praxisnahe und spielerische Einblicke in das Thema Vielfalt im Sport(verein)
- 2.12 **Grappling** (Sercan Kozaci)
Einführung in die Kampfkunst des brasilianischen Jiu Jitsu

Anmeldung und Workshop-Beschreibungen online!

- 2.13 **Spaceball** (Sebastian Kobbe)
Der spacige Spaß für Kinder und Jugendliche, um als Team den „Spaceball“ einzulochen.
- 2.14 **Stundeneinstiege** (Leonie Zellmer)
Gemeinsam erproben und Ideen für die eigene Praxis entwickeln
- 2.15 **Roundnet** (Anton Eberhardt)
Trendsport leicht vermittelt. Technik, Taktik und Teambuilding im Fokus.

Foren

- 9.1 **Nachhaltigkeit im Sportverein** (Lena Klose)
Ein erster Einstieg für alle.
- 9.2 **Rechtliche Basics für Social Media** (Felix Moskalev)
- 9.3 **Meine Werte für ein gutes Miteinander im Sport** (Larissa Becks)
Was hat Demokratie mit mir und meinem Sportverein zu tun?
- 9.4 **Engagementförderung** (Patrick Vogler)
Engagierte finden, wertschätzen und binden.
- 9.5 **Let's go international** (Bettina Hasenpusch)
Austausch und Information zu Unterstützungsmöglichkeiten für internationale Jugendbegegnungen.
- 9.6 **Freiwilligendienste im Überblick** (Carolin Friedrich)
Was bieten die Freiwilligendienste im Sport aktuell an und wie können Vereine davon profitieren?
- 9.7 **Mittagsspaziergang um den Sportpark** (GoSports-Festival Team)

Workshop-Phase 3

- 3.1 **Entspannungstechniken für zuhause und für den Alltag** (Denise Homeyer)
- 3.2 **Hula Hoop – Hoop Dance Combo** (Roswitha Völker)

- 3.3 **Ballspiele** (Sarah Borchers)
Große, kleine, bunte, schwere oder leichte Bälle, hier ist für jede*n was dabei!
- 3.4 **Barre - das Tanzworkout to go!** (Melanie Steinicke)
- 3.5 **Sport trifft Nachhaltigkeit** (Lena Klose)
Gemeinsam werden wir die beiden Themen zusammenbringen.
- 3.6 **Erfolgreich Videoclips mit dem Handy drehen und schneiden** (Felix Moskalev)
- 3.7 **Resilienz für Kinder** (Alessandro Domscheit)
Übungen und Spielformen zur Ressourcenstärkung und Selbstkompetenz.
- 3.8 **Kleine Reise in die Sportpsychologie** (Patrick Vogler)
Entdecke spannende Möglichkeiten Emotionen im Sport zu steuern.
- 3.9 **Yoga - MEET YOURSELF** (Akash Kumar Nair)
With yoga exercises, knowing I AM NOT THE BODY AND MIND but I am using them.
- 3.10 **Grappling** (Sercan Kozaci)
Einführung in die Kampfkunst des brasilianischen Jiu Jitsu
- 3.11 **Lacrosse** (Hendrik Käßmeyer)
Fangen, Werfen, Laufen, Zusammenspiel - wir entdecken die Sportart Lacrosse.
- 3.12 **Mini-Sportabzeichen mit Hoppel und Bürste – der Heimweg!** (Leonie Zellmer)
Übungen zur Förderung der Selbstregulation von Kindern im Alter von 3-6
- 3.13 **Slackline** (Sebastian Kobbe)
Ihr lernt den Aufbau der Kunstfaserbänder und Basic-Techniken zur Vermittlung.

Buntes Rahmenprogramm den ganzen Tag!