

Einladung - Workshop DIGITAL

Zur Bewegung motivieren – wie gelingt der (Wieder-) Einstieg?

Inaktive Zielgruppen zur Bewegung motivieren und neue
attraktive Angebotsformate im Vereinssport etablieren.

Sehr geehrte Vereinsvertreter*innen, liebe Übungsleiter*innen, Trainer*innen,
Abteilungsleiter*innen, Pflegekräfte und Interessierte,

hiermit laden wir Sie und Euch recht herzlich zum kostenlosen Workshop im Programm „Bewegt
ÄLTER werden in NRW“ ein:

Thema: „Zur Bewegung motivieren – wie gelingt der (Wieder-) Einstieg?“

Wann: Digital - Dienstag, 13.04.2021 von 17.30 – 19.30 Uhr

Referentin: Heike Arlt (LSB NRW)

Link: <https://global.gotomeeting.com/join/653210477>

Der Workshop richtet sich an Sportvereine, die gezielt Erwachsene in allen Lebensphasen ansprechen und inaktive Menschen zur Bewegung motivieren wollen. Möglichkeiten zum (Wieder-)Einstieg bieten sich viele, vom klassischen Gruppentraining über die Nutzung moderner Sportgeräte bis hin zum Einsatz von digitalen Schrittzählern oder Fitness-Apps. Sportvereine können neue Techniken und Formate gezielt einsetzen, um Interesse zu wecken, wieder zur Bewegung zu motivieren und den Einstieg zu erleichtern. Nach einem

theoretischen Einstieg in den Workshop werden Ideen zur Entwicklung neuer Angebote und attraktiver Formate gemeinsam erarbeitet und auch gute Beispiele vorgestellt.

Inhalte:

- Digitale Fitness-Technik und neue Trends für mehr Bewegung
- Erwachsene in der Erwerbs- und Familienphase – keine Zeit für Bewegung?
- Zielgruppenanalyse für passgenaue Angebote und Entwicklung neuer Ideen zur Umsetzung in der Vereinsarbeit.

Aufgrund der gesetzlichen Regelungen führen wir diese Veranstaltung digital über das Videokonferenzsystem GoToMeeting durch.

Anmeldungen bitte bis zum **11.04.2021** an Kerstin.Schultz@mg-sport.de

Mit freundlichen Grüßen

Kerstin Schultz

StadtSportbund Mönchengladbach e.V.

Qualifizierung im Sport

Sportabzeichen

Referentin

„Bewegt GESUND bleiben“ und „Bewegt ÄLTER werden“

Voraussetzungen zur Teilnahme:

ein Notebook oder PC mit Kamera, Lautsprecher und Mikrofon. Einfach den Link anklicken und mitmachen! Der digitale Raum kann **ab 17.15** Uhr betreten werden.

Workshop - Zur Bewegung motivieren - wie gelingt der (Wieder-) Einstieg?

Di., 13. Apr. 2021 17:30 - 19:30 (CEST)

Nehmen Sie an meinem Meeting teil.

<https://global.gotomeeting.com/join/653210477>

Zugangscode: 653-210-477

Nehmen Sie über einen Videokonferenzraum oder ein Videokonferenzsystem teil.

Einwählen oder Eingabe: 67.217.95.2 oder inroomlink.goto.com

Meeting-ID: 653 210 477

Oder Direktwahl: 653210477@67.217.95.2 oder 67.217.95.2##653210477

Optional können Sie auch die GoToMeeting-App herunterladen, damit Sie für Ihr erstes Meeting bereit sind:

<https://global.gotomeeting.com/install/653210477>

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen

