

GESUND  
DURCH  
IN BEWEGUNG  
WATTENSCHIED

EIN PILOT-  
PROJEKT

**3**

Grußwort

**8**Zahlen • Daten  
• Fakten**14**Fit im Park &  
Bewegte Pausen**21**

Plogging

**4**

Warum Wattenscheid? Die Ausgangslage

**9**Stimmen zum  
Projekt**15**Wattenscheider  
Gesundheitswochen 2020 & WAT walkt**22**Parkour &  
Quidditch**5**„Gesund durch  
Bewegung in  
Wattenscheid“ –  
das Projekt**10**Erklär-Video &  
Spielgeräteverleih**16**Vereinsschnuppern  
& Mütter bewegt  
WAT**23**Mädchen-  
fußball**6**Mit starken  
Partnern ein  
Netzwerk  
bauen**11**Digitaler  
Bewegungsraum**18**

Trimm dich WAT

**24**Aktionstag  
WAT in Action**7**Drei Handlungs-  
stränge zum  
Projektziel  
verflechten**12**Qualifizierung,  
Lockdown 1 &  
Fit zu Hause**19**Sommer im  
Friedenspark**26**

Ausblick

**20**

Hoch hinaus

**27**

Impressum

**„Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“**

lädt jene Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen zu Sport, Spaß und Bewegung ein, die die vielfältigen Sportangebote in Wattenscheid aus verschiedenen Gründen nicht nutzen.

Nun ist das Projekt schon zur „Halbzeit“ ein echtes Vorzeigeprojekt geworden. Das liegt daran, dass wir viele unserer Ziele erreichen – aber nicht nur. Es ist auch die „Aufhängung“: Es arbeiten städtische Einrichtungen, ein Stadtsportbund, eine Hochschule, Sportvereine, Schulen, Kitas, Alteneinrichtungen und eine große Krankenkasse Hand in Hand. Es werden hauptberuflich und ehrenamtlich tätige Menschen aktiv und schaffen einen professionellen Rahmen, in dem Bürger und Bürgerinnen einen ganz einfachen Zugang zum sportlichen Mitmachen finden. Das ist ein wirklich guter Weg zu einem wirklich guten Ziel!

Ich danke allen Mitwirkenden für die beherzte Arbeit. Ich freue mich auf den Fortgang und wünsche Ihnen allen weiterhin möglichst viele Teilnehmer und Teilnehmerinnen bei „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“!

**Ihre Gabriela Schäfer,**

Vorsitzende des Stadtsportbundes Bochum e. V.

# WARUM WATTENSCHIED? DIE AUSGANGSLAGE



Foto: © SHRBR / BDron

Wattenscheid, einst kreisfreie Stadt und seit 1975 zu Bochum gehörend, steht vor großen Herausforderungen. Der Strukturwandel der einstigen Montanregion Ruhrgebiet hat Wattenscheid stark zugesetzt. Der Vergleich von Strukturdaten der rund 22.000 Einwohner in Wattenscheid-Mitte mit denen Bochums fällt auf: Die Anteile von Menschen mit Migrationshintergrund, in Arbeitslosigkeit oder Abhängigkeit von ALG II bzw. Sozialgeld sind deutlich höher. Bei Schuleingangsuntersuchungen zeigen sich höhere

Anteile von Kindern und Jugendlichen mit Problemen bei Visuomotorik, Aufmerksamkeit, visuellem Wahrnehmen, Körperkoordination und Adipositas: 10,7 % sind es in Wattenscheid – 5,1 % in Bochum.

Um hier entgegenzuwirken, wurde im Februar 2015 das integrierte städtebauliche Entwicklungskonzept ISEK „Gesundes Wattenscheid – familienfreundlich und generationengerecht“ vom Rat der Stadt Bochum beschlossen. Der Fokus des Konzepts liegt in der Schaffung eines

gesunden, selbstbestimmten Lebens für alle Generationen in Wattenscheid.

Die Arbeit vor Ort wird im Auftrag der Stadt Bochum vom Stadtteilmanagement der Sozialen Stadt Wattenscheid-Mitte unter dem Motto „WAT bewegen“ durchgeführt. Der gesundheitliche Schwerpunkt der Sozialen Stadt Wattenscheid-Mitte ist der Ansatzpunkt des Projekts „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“.



Fotos: © SSB Bochum / Andreas Molatta

## „GESUND DURCH BEWEGUNG IN WATTENSCHIED“ – DAS PROJEKT

Das Projekt „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ möchte die Bevölkerung in Wattenscheid gesund und fit machen und die Grundlagen dafür schaffen, dass die Menschen zu mehr körperlicher Aktivität motiviert werden. Schließlich steigert regelmäßige körperliche Bewegung nicht nur die körperliche Fitness, sondern fördert auch das psychische Wohlbefinden und reduziert das Risiko für verschiedene Erkrankungen.

Zur Projektarbeit gehört deshalb auch, die sportbezogenen Bedarfe und Bedürfnisse der

Menschen in Wattenscheid zu ermitteln, um gezielt Workshops und Kursangebote zu planen und vorzuhalten. Ein erklärtes

Ziel lautete dabei vorab, zur Belebung des öffentlichen Raumes mit gesundheitsförderlichen Aktivitäten beizutragen.



# MIT STARKEN PARTNERN EIN NETZWERK BAUEN

„Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ startete im November 2019 und endet 2024. Zu den Projektpartnern der ersten Stunde zählen neben dem Stadtsportbund Bochum e.V. (SSB) das Stadtteilmanagement der Sozialen Stadt Wattenscheid-Mitte, die Hochschule für Gesundheit und die Ämter für Gesundheit und Stadtplanung der Stadt Bochum. Förderer ist die Techniker Krankenkasse (TK).

Die im Stadtteil Wattenscheid beheimateten Sportvereine bilden das Fundament, auf dem viele der Projektmaßnahmen fußen. Insbesondere sie sorgen für die gewünschte Nachhaltigkeit. So zielt „Gesund durch Bewegung“ darauf ab, Bürgerinnen und Bürger stärker miteinander zu vernetzen und vor allem Menschen zu beteiligen, die bisher keine Berührungspunkte mit den ansässigen Sportvereinen haben.

Im Ergebnis profitieren alle Akteure. Wattenscheiderinnen und Wattenscheider werden mit spannenden Bewegungsangeboten zu einem gesunden Lebensstil motiviert. Sie können bei der Planung zudem ihre eigenen Ideen einbringen. Die Sportvereine schließlich bieten nicht nur Orte der Bewegung, sondern vielmehr auch des sozialen Miteinanders.

# 3 HANDLUNGSSTRÄNGE ZUM PROJEKTZIEL VERFLECHTEN

Das Projektteam von „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ definierte drei Arbeitsschwerpunkte.

SCHWERPUNKT EINS:  
**NETZWERKARBEIT**



SCHWERPUNKT ZWEI:  
**QUALIFIZIERUNG**



SCHWERPUNKT DREI:  
**SPIEL • SPASS • SPORT**



Die Partner





- **ZAHLEN**
- **DATEN**
- **FAKTEN**

## Rekorde:

# 1458

Stunden Sport konnte man von **Januar 2020** bis **Ende Dezember 2021** treiben

# 300

**1. Mobiler Hochseilgarten**  
über 300 Kids an 3 Tagen

# 58

**2. Parkour für Kinder**  
wöchentlich (seit November 2021): 58 Kids pro Woche (2 Gruppen)

# 30

**3. WAT Walkt – Fit mit zwei Stöcken**  
30 Erwachsene & Senioren (6x)

# 42

**4. Mädchenfußball**  
wöchentlich (12 Wochen lang) 42 Mädchen pro Woche (2 Gruppen)

# 481

**Termine / Sportmöglichkeiten**  
Stand: 09.05.2022

# 1254

**Teilnehmer GESAMT:**  
1254 Menschen aus Wattenscheid

# 203

**Follower Instagram: Fit\_in\_Wattenscheid**  
(Stand 09.05.2022) – Tendenz stark steigend

# 20

**Netzwerktreffen**  
mit Partnern und Projektbeteiligten

# 25

**Beteiligungen**  
25 unterschiedliche Vereine & Organisationen aus Wattenscheid

## STIMMEN ZUM PROJEKT

„Wir haben mit ‚Gesund durch Bewegung in Wattenscheid‘ spannendes Neuland betreten. Und man kann festhalten: Die Anstrengungen haben sich gelohnt. Uns allen war dabei von Beginn an bewusst, dass es ein ambitioniertes Projekt ist, das mit ‚Gesundheit‘, ‚Bewegung‘ und ‚Soziales‘ gleich drei wichtige gesellschaftliche Aspekte in ein neues, nachhaltiges Bewegungsprojekt vor Ort vereinen möchte. Aber Gesundheit entsteht dort, wo die Leute leben. Wie viel Energie in den Bereichen Sport und Bewegung steckt – und wie viel Potenzial mit dem richtigen Ansatz und dem erfolgreichen Zusammenspiel engagierter Akteure zu heben ist, beweisen die vielen kreativen und nachhaltigen Angebote, die bereits jetzt entstanden sind.“

**Michael Sprünken**, Gesundheitsamt der Stadt Bochum

„Für die Wissenschaft ist es spannend zu beobachten, wie sich das Projekt Schritt für Schritt weiterentwickelt. Ein strukturiertes und regelmäßiges Monitoring bildet dabei die Grundlage unserer Empfehlungen und Anregungen. Das Projekt ‚Gesund durch Bewegung in Wattenscheid‘ bietet sehr viele interessante Ansatzpunkte und Erfahrungswerte, auf die Folgeprojekte erfolgreich aufbauen können.“

**Prof. Dr. habil. Heike Köckler**, Hochschule für Gesundheit

„Ich freue mich, dass die eingebundenen Sportvereine sich so engagiert beteiligen. Denn sie sind die Basis für ‚Gesund durch Bewegung in Wattenscheid‘. Die Sportvereine unterstreichen einmal mehr ihre gesellschaftliche Funktion. Mit ihren Angeboten liefern sie außerdem einen wertvollen Beitrag für die Gesundheit von jungen und alten Menschen.“

**Hendrik Straub**, Projektleiter „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“

„Starke Ideen brauchen starke Förderer: Bewegung – in all seinen Facetten – hat nachweislich positive Effekte für die individuelle Gesundheit. Insbesondere dann, wenn Interessierte qualifiziert angeleitet und motiviert werden. Uns überzeugt der umfassende und ganzheitliche Ansatz von ‚Gesund durch Bewegung in Wattenscheid‘.“

**Ute Erdenberger**, Techniker Krankenkasse

„Wir sind hier, um zuzuhören und um herauszufinden, was die Bedürfnisse der Menschen in Wattenscheid sind. So sollen Sport- und Bewegungsangebote entstehen, die den Interessen der Wattenscheider Bevölkerung gerecht werden.“

**Daniela Schaefers**, Stadtteilmanagement Wattenscheid

„Mit ‚Gesund durch Bewegung in Wattenscheid‘ ist ein Modellprojekt auf den Weg gebracht worden, das vor allem auch raumplanerische Aspekte umfasst. Wir unterstützen unsere Partner dabei, neue und teils kreative Bewegungsräume zu identifizieren und bereitzustellen. Im Quartier Wattenscheid werden außerdem bestehende Flächen nachhaltig in neue Bewegungskonzepte eingebunden.“

**Benedikt Reitz**, Amt für Stadtplanung und Wohnen der Stadt Bochum

## STOP-MOTION – UNSER VIDEO ERKLÄRT'S EINFACH

Mit einer altbewährten Tricktechnik wird sehr anschaulich erklärt, worum es bei „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ geht. Unser Erklärvideo in Stop-Mo-

tion-Technik ist kreativ und witzig – und man kann sich kaum vorstellen, wie viel Arbeit in dem Film steckt! Wer es sich anschauen möchte, muss einfach auf die

Startseite [www.fit-in-wat.de](http://www.fit-in-wat.de) gehen und ein wenig nach unten scrollen – ein Klick und es heißt: Film ab!



## FLOORBALL, SPEEDMINTON, & CO. TOLLE SPIELGERÄTE IM VERLEIH



Fotos: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

Gesund durch Bewegung in Wattenscheid für alle – um diesem Ansatz nachzukommen, haben wir eine Menge tollen Spiel- und Sportmaterials im Verleih. Ob es ein Badminton- oder ein Speedminton-Set sein soll, Crossboccia für die ganze Familie, Floorball (früher: Unihockey), Yoga oder Jonglieren – für jeden Geschmack und für jede Laune ist etwas zu haben! Unser Service steht allen Wattenscheidern und Wattenscheiderinnen zur Verfügung. Das Material kann kostenfrei bis zu vier Wochen entliehen werden, der Verleih ist unbürokratisch. Mehr Infos unter [www.fit-in-wat.de](http://www.fit-in-wat.de) unter Geräteverleih.



## DIGITALER BEWEGUNGS- RAUM

Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

Während der Corona-Pandemie war normales Sporttreiben mit anderen in der Gruppe oft nicht möglich. Eine Alternative bot das Ausweichen ins Digitale: Viele Vereine machten ihren Mitgliedern Sportangebote über Videokonferenzen oder soziale Netzwerke.

Was aber, wenn ein Übungsleiter oder eine Übungsleiterin nicht in den eigenen Garten oder ins eigene Wohnzimmer möchte, um von dort „zu senden“?

Einfach ins Projektbüro Westenfelder Straße 3 in Wattenscheid kommen! Dort ist ein neutraler Raum und die digitale Technik vorhanden – und beides kann für Aufzeichnungen oder Direktübertragungen ins Internet mit einer Videokonferenz genutzt werden.

# QUALIFIZIERUNG „BEWEGUNGSFÖRDERUNG IN VEREIN UND KITA“



In Kooperation mit dem katholischen Sport- und Bewegungskindergarten St. Swibert wurden 12 Erzieherinnen aus Wattenscheid mit dem Zertifikat „Bewegungsförderung in Verein und Kita“ erfolgreich ausgebildet. Die Teilnehmerinnen lernten in 60 Lehreinheiten auf Grundlage psychomotorischer Erkenntnisse, wie sie eine zeitgemäße Bewegungsförderung im Kita-Alltag, im Sportverein und für die Ausgestaltung einer pädagogischen Schwerpunktsetzung im „Anerkannten Bewegungskindergarten des Landessportbundes NRW“ durchführen können.

Foto: © LSB NRW / Michael Grosler

# LOCKDOWN 1 – FIT ZU HAUSE



Foto: © SSB Bochum / Stefan Balke

Kein Grund, den Kopf wegen des Lockdowns hängen zu lassen! Dieser Ansicht war der Stadtsportbund Bochum e.V. schon zu Pandemiebeginn. „Fit zu Hause“ hieß die spontane Idee, täglich neue Bewegungsangebote für Kinder, Erwachsene, Seniorinnen und Senioren zu kreieren, die sie in ihren eigenen vier Wänden durchführen konnten. Neben der „Challenge“ und dem „Quiz-Sonntag“ lieferte die „Alltags-Fitness“ kreative Sportmöglichkeiten mit normalen Haushaltsgegenständen. Insgesamt gab es 84 teilweise Video-gestützte Bewegungsmöglichkeiten.

# FIT IM PARK

Bei „Fit im Park“ verwandeln sich während der Sommerferien städtische Grün- und Parkflächen zu Orten der Bewegung. „Hingehen und Mitmachen“ – ohne Anmeldung, kostenfrei und unverbindlich. So lautete das Motto auch in Wattenscheid, zum Beispiel im Südpark Höntrop, im Stadtgarten Wattenscheid und im Park am Ehrenmal. Unter fachkundiger Anleitung von qualifizierten Übungsleitungen aus Wattenscheider Sportvereinen wurden 2020 und 2021 über 400

Teilnehmer und Teilnehmerinnen gezählt. 32 niederschwellige Bewegungs- und Gesundheits-sportangebote luden zum Ausprobieren ein.

Wer im Anschluss Lust auf mehr bekam, konnte direkt in den Sportvereinen aktiv werden: Mit Budoka Höntrop, Turnbund Höntrop, TV Kronenburg und TV Wattenscheid 01 Handball & Breitensport stehen gleich mehrere Clubs zur Auswahl.

## BEWEGTE PAUSEN



Ob in der Pestalozzi-Schule, der Glückaufschule oder der Lieselotte-Rauner-Schule: Auf den Schulhöfen wurden im September 2020 an mehreren Tagen verschiedene Bewegungsstationen aufgebaut. Dort kamen insgesamt 360 Kids ihrem Bewegungsdrang nach, um mit neuer Energie in den Unterricht zu starten. Das Angebot wurde im Rahmen des Projektes „Sport- und Spielmobil“ durch den Stadtsportbund Bochum bereitgestellt.

Fotos: © SSB Bochum / Andreas Molatta

# WATTENSCHIEDER GESUNDHEITSWOCHEN 2020



Foto: © SSB Bochum / Andreas Molatta

Das Stadtteilmanagement der Sozialen Stadt Wattenscheid-Mitte organisiert einmal im Jahr die Wattenscheider Gesundheitswochen. Ein wichti-

ger Schwerpunkt hierbei sind Fitness- und Bewegungsangebote aller Art. „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ bzw. der Stadtsportbund Bo-

chum unterstützte 2020 insbesondere bei der Koordinierung und Umsetzung durch Wattenscheider Sportvereine.



Foto: © SSB Bochum / Frank Beckert

## WAT WALKT

Die Sportart Nordic Walking fand bei „WAT walkt – fit mit zwei Stöcken“ viel Anklang. Bei 3 Kursen à 6 Terminen wurde den Teilnehmenden das „Einmaleins“ im richtigen Umgang mit den Sportstöcken erklärt, angeleitet von einem qualifizierten Übungsleiter des Stadtsportbundes. Ein Höhepunkt hierbei: das Erklimmen der Wattenscheider Himmelsleiter auf der Halde Rheinelbe. Die Gruppe fand sich auch im privaten Bereich regelmäßig zu gemeinsamen Ausgängen zusammen. Die Zahl stieg stetig – von 8 auf 10 und schließlich 30 Teilnehmer und Teilnehmerinnen.

SEPTEMBER 2020  
Bewegte Pause — Alltags-Fitness-Test — WAT walkt – Fit mit zwei Stöcken – Info-Stand auf den Wattenscheider Gesundheitswochen — Mütter bewegt WAT — Infoveranstaltung „Sport und Demenz“ — WAT bewegen – Netzwerk(en) im Quartier — offizielle Büroeröffnung Westenfelder Straße 1

NOVEMBER 2020 - MÄRZ 2021  
Lockdown 2

JANUAR 2021  
Aktion „Fit zu Hause“

MÄRZ 2021  
Trimm Dich WAT – neue Fitnesspfade auf dem „Monte Schlacko“

JUNI 2021  
Infoveranstaltung Qualifizierung im Sport – Akquise für Übungsleiter — Parkour — Kidletics

JULI 2021  
Familienwochenende — Sommer im Friedenspark

# VEREINSSCHNUPPERN & AUSPROBIEREN



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

„Ringen & Raufen“ beim KSV Bochum, „Parkour“ oder „Rope Skipping“ mit dem TV Kronenburg oder „Zumba“ beim TV Wattenscheid 01: Die kosten-

losen Angebote beim Vereinschnuppern lagen voll im Trend. Diese 4 Kurse mit nicht weniger als 32 Einzelangeboten waren komplett ausgebucht.

# MÜTTER BEWEGT

## WAT



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

Die Idee hinter diesem Bewegungsprojekt steckt im Einfachen. Mütter bringen ihre Kinder in den Kindergarten und machen im Anschluss am selben Ort gemeinsam Sport. In Kooperation mit einer studentischen Abschlussarbeit der Hochschule für Gesundheit und dem AWO-Bewegungskindergarten am Bußmanns Weg war

das möglich. Angeleitet wurde das niedrigschwellige Bewegungsangebot von Monika Mondin, einer qualifizierten Übungsleiterin des Turn-Club 1879 Wattenscheid e.V. Durch den 2. Lockdown im November fanden die restlichen 6 von 12 Bewegungseinheiten digital, von zu Hause statt.

### AUGUST 2021

Rope Skipping — WAT walkt – Fit mit zwei Stöcken – Folgeangebot — Zumba

### OKTOBER 2021

Hoch hinaus – 3 Aktionstage mit dem mobilen Hochseilgarten — Mütter bewegt WAT – Folgeveranstaltung — Plogging

### NOVEMBER 2021

Parkour – einmal pro Woche, 55 Teilnehmer — Quidditch – 31 Teilnehmer

### DEZEMBER 2021

Mädchenfußball – 43 Teilnehmer



Foto: © SSB Bochum / Hendrik Straub

## TRIMM DICH WAT!

Auf dem neuen Fitnesspfad „Trimm-Dich-WAT“ im Park „Monte Schlacko“ richtete der Stadtsportbund Bochum 6 Bewegungsstationen für den ganzen Körper ein. Die Übungen werden schriftlich und bildhaft auf Plakaten verdeutlicht. Ein QR-Code führt zu Demo-Videos der einzelnen Übungen.

## SOMMER IM FRIEDENSPARK



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

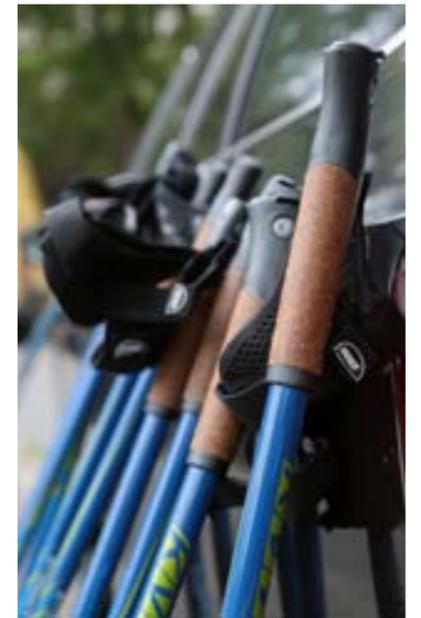


Foto: © SSB Bochum / Andreas Molatta



Foto: © LSB NRW / Michael Grosler

Plakat: © SSB Bochum / Sigrid Gorges

Der „Sommer im Friedenspark“ eröffnete die neuerrichtete Grünfläche in Wattenscheid. Organisiert wurde er vom Stadtteilmanagement der Sozialen Stadt Wattenscheid-Mitte. Zahlreiche Organisationen schlossen sich der sponta-

nen Idee an, den Friedenspark in eine attraktive Mitmachstätte zu verwandeln. Neben den wöchentlichen Fit-im-Park-Angeboten „Zumba“, „Fit von Kopf bis Fuß“ und einem Fitness-training sorgte das Sport- und Spielmobil für Bewegung.

Mit dem dreitägigen Einsatz des mobilen Hochseilgartens fand die Veranstaltungsreihe ihren krönenden Abschluss und sorgte für begeisterte Gesichter bei Groß und Klein.



Foto: © SSB Bochum / Andreas Molatta

APRIL 2022  
WAT in Action – großer Sport-Info-Tag im Park am Ehrenmal

# HOCH HINAUS

Exkursionstage in Wattenscheid. Viele Schulklassen nutzten die Aktion „Hoch hinaus“, um Höhenluft zu schnuppern. Im Park am Ehrenmal machte der mobile Hochseilgarten kurz vor den Herbstferien für drei Tage Station in Wattenscheid und begeisterte mehr als 300 kletterfreudige Kinder und Jugendliche.



Foto: © SSB Bochum / Andreas Molatta



Foto: © SSB Bochum / Heinz-Werner Sure



Foto: © SSB Bochum / Andreas Molatta



Foto: © SSB Bochum / Andreas Molatta



# PLOGGING

Fotos: © SSB Bochum / Andreas Molatta

Etwas Gutes für die eigene Gesundheit tun und gleichzeitig einen Beitrag für eine saubere Umwelt leisten. Darum geht es bei der sportlichen Müllsammelaktion „Plogging“: gebildet aus „plocka“, schwedisch für „aufheben“, und Jogging. Begleitet von Brigitte Kohlberg,

der Expertin für Wanderungen, machte sich eine zwölfköpfige Truppe voller Tatendrang auf den Weg durch den Stadtgarten und den Monte Schlacko in Wattenscheid, um die Grünanlagen von Müll zu befreien. Sämtliche Sammelutensilien,

wie Müllbehältnisse, Handschuhe und Greifzangen, wurden vom USB Bochum gestellt, der aufgrund der eingesammelten Müllmassen sogar einen größeren Wagen zur Abholung des eingesammelten Unrats ordern musste.





## KICK MICH!

Über ein komplettes Jahr hinweg kletterten, sprangen und balancierten Kinder und Jugendliche, eingeteilt in zwei Gruppen, in der Turnhalle der Lieselotte-Rauner-Schule in Wattenscheid. Dienstags von 16.00 bis 18.00 Uhr leitete Dominik Krleza, passionierter Sportler und Parkourläufer, das Training für die 5- bis 12-jährigen Mädchen und Jungen. Auf 2 Gruppen teilten sich die 55 Angemeldeten auf.

Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann



## QUIDDITCH

Foto: © TSV Tandaradei / Werner Ollbrink

„Quidditch“! Bei den 3 Terminen, die der TSV Tandaradei anbot, versammelten sich 31 begeisterte Harry-Potter-Fans im Alter von 6 bis 16. Gespielt wurde wie in Hogwarts; auf Besen in Teams zu 7. Die 4 „Jäger“ sammelten Punkte, indem Sie die Quaffel in einen der Ringe warfen. Die beiden „Klatscher“ konnten den Spielfluss des Gegners stören, der „Sucher“ hielt nach dem „goldenen Schnatz“ Ausschau ...

## KICK MIT!

„Kickt mit“ – ein Fußballprojekt nur für Mädchen im Alter von 6 bis 10 Jahren bot einen einfachen und kostenfreien Zugang zum Ballsport unter garantiert fachkundiger Anleitung. Denn keine Geringere als Petra Landers, die Ex-Europameisterin aus Bochum, bat ab dem 3. Dezember 2021 bis zu den Osterferien 2022 gemeinsam mit Claudia Kotewitz von der Mädchenabteilung der DJK Wattenscheid einmal pro Woche zum Training. Es wurde bewusst die Tradition des Straßenfußballs mit einem unkomplizierten Spiel und einfachen Regeln aufgegriffen. Das spielerische Miteinander und das Gemeinschaftsgefühl im Teamsport unter Berücksichtigung des Fair-Play-Gedankens standen im Mittelpunkt. Die Mädchen lernten die Grundtechniken im Fußball kennen, also dribbeln, Passspiel und schießen. Vertieft wurde das Gelernte bei vielseitigen Ballspielen. Völlig klar: Der Spaßfaktor kam nicht zu kurz! Es gab insgesamt 43 Anmeldungen, die Spielerinnen wurden in 2 Gruppen aufgeteilt.



Foto: © DJK Wattenscheid 1967

Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

# AKTIONSTAG **WAT** IN ACTION

Am 30. April war es so weit. Zum Auftakt der Wattenscheider Gesundheitswochen verwandelte das Projektteam von „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ gemeinsam mit Sportvereinen, Organisationen und weiteren Institutionen den Park am Ehrenmal in Wattenscheid in eine aktive Sportlandschaft und brachte so die Menschen buchstäblich in „Action“.

Bei bestem Wetter begeisterte der bunte und aktive Sport-Informationstag „WAT in Action“ Organisatoren und Besucher gleichermaßen. Es gelang, Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Seniorinnen und Senioren an die Themen Sport und Gesundheit heranzuführen. Er zeigte den Besuchern die Wattenscheider Sportlandschaft und deren Möglichkeiten auf. Vor Ort präsentierten sich Vereine, Verbände, Institutionen und Organisationen mit einem Informationsstand oder einer kreativen Mitmachaktion.

Abgerundet wurde der Sport-Informationstag durch ein buntes und abwechslungsreiches Rahmenprogramm rund um den mobilen Hochseilgarten des Stadtsportbundes Bochum.



## WAT in Action

Gesund durch Bewegung  
in Wattenscheid

**Auftakt** der Wattenscheider  
Gesundheitswochen

**Informieren & Mitmachen**  
u.a.: Minigolf, Mobiler Hochseilgarten,  
Alltags-Fitnesstest, Tanzen und vieles mehr...  
Für Speis und Trank ist gesorgt!

**Wann:** 30.04.2022, 11.00 – 17.00 Uhr  
**Wo:** Friedenspark am Ehrenmal  
44866 Bochum-Wattenscheid

Aktuelle Informationen / Hinweise  
finden Sie unter [www.fit-in-wat.de](http://www.fit-in-wat.de)

Fotos: © SSB Bochum / Andreas Molatta



Plakat: © SSB Bochum / Sigrid Gorges



Foto: © m.mphoto - stock.adobe.com

Halbzeit für „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“. Wo wir am Ende stehen, ob wir unser Soll erreicht, es unter- oder überfüllt haben, wird sich 2024 zeigen. Anhand der unbestechlichen Daten von der Hochschule für Gesundheit, die das Projekt wissenschaftlich begleitet. Davon unabhängig, basierend auf unseren Erfahrungen

Mitte 2022: Wo wollen wir hin?

Wir erleben das aktivierende, zusammenführende, nachhaltige Potenzial des Sports. Wird er als Medium zwischen kommunalen Institutionen, Sportverbänden, Sportvereinen und den Zielgruppen aus der Bevölkerung eingesetzt, kann er starke positive Kräfte entfalten.

Wir hoffen nun, unser Projekt als „Blaupause“ nutzen zu können, denn „Gesund durch Bewegung in Wattenscheid“ trägt alle Merkmale eines erfolgreichen Pilotprojekts. Es hat das Zeug dazu, in anderen Quartieren, Stadtteilen und Städten wiederholt zu werden.



#### IMPRESSUM

V. i. S. d. P.:

**Gabriela Schäfer**

#### KONTAKT

**Stadtsportbund Bochum e. V.**

Westring 32 • 44787 Bochum

Telefon: +49 234 96139-0

Telefax: +49 234 96139-99

Internet: [www.sport-in-bochum.de](http://www.sport-in-bochum.de)

E-Mail: [info@sport-in-bochum.de](mailto:info@sport-in-bochum.de)

#### KOMMUNIKATION

Idee und Texte: **Rüdiger Stenzel**

Satz und Gestaltung: **Boris Dronjic**

Redaktion und Texte: **Dr. Nils Rimkus**

#### BILDWELT

Fotografen dieser Ausgabe:

**Andrea Bowinkelmann • Hendrik Straub • Andreas Molatta • Werner Ollbrink • Heinz-Werner Sure • Michael Grosler • Stefan Balke • Frank Beckert**

Motiv Titelseite: Freepik Company S.L. – [www.freepik.com](http://www.freepik.com)

Motiv Rückseite: © Rawpixel.com – [stock.adobe.com](http://stock.adobe.com)

**Stand Juni 2022**

