



## Älter werden mit Freunden, Sport und Spaß

Mit dem Konzept des „Seniorenstützpunkt Bewegung“ setzt der TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V. neue Maßstäbe. „Die Fitmacher“ haben sich das Ziel gesetzt Senioren ab 50+ mit konventionellen aber auch originellen Freizeitangeboten, kombiniert mit Bewegung und Spaß, für den Sport zu begeistern. Waren es im Sommer noch 70 Senioren des TSV, die bei der vom BTB initiierten Veranstaltung in den Gärten der Welt den Anweisungen des Tai Chi Trainers mit Begeisterung folgten, so nahmen im Dezember bereits 150 Mitglieder am Weihnachtswalking mit einer Lichterfahrt durch Berlin teil.

Das Konzept geht auf! Schon in den 90er Jahren richtete der Verein gezielt Sportgruppen für die älter werdende Generation ein. Durch hochqualifizierte Übungsleiter, angepasste Formen der Mitgliedschaft und ein breit gefächertes Bewegungsangebot verzeichnet der Verein Jahr für Jahr einen rasanten Mitgliederzuwachs in dieser Altersgruppe.

Da der Senior von heute körperlich und geistig viel aktiver ist als frühere Generationen, wurden die Sportangebote nach Belastungsansprüchen klassifiziert. Während sich die Wohlfühlgymnastik eher an „bis heute Nichtsportler“ richtet, bestimmen in den Rostschutz-Gruppen Ausdauer und Kraftteil die Übungsstunde. Älter gewordene Sportler halten sich in anspruchsvolleren Trainingseinheiten fit von Kopf bis Fuß.

Um die gesellschaftlichen Kontakte der Mitglieder untereinander zu intensivieren und der besonders mit der Struktur einer Großstadtsiedlung wie dem Märkischen Viertel einhergehenden Vereinsamung entgegenzuwirken, wird der TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V. mit Unterstützung der GeSoBau verschiedene Freizeitangebote, von Gesellschaftsspielen bis hin zu Seniorensportreisen, kontinuierlich ausbauen. Es gibt bereits sogar Anfragen von Senioren, die gerne die Anleitung verschiedener Freizeitangebote übernehmen möchten.

Darüberhinaus hat der Verein das Ziel sich, mit Unterstützung des Landessportbundes Berlin, zum „Kompetenzcenter Gesundheitssport“ zu entwickeln um mit anderen Reinickendorfer Vereinen ein Netzwerk zu bilden, das Senioren die Möglichkeit bieten soll, ohne zusätzliche Bindungen vereinsübergreifend die Angebote zu nutzen, die ihren Neigungen und ihren sozialen Bindungen entsprechen. Um jedoch möglichst viele Menschen an einem zentralen Ort zusammenzubringen, träumt der TSV von einem Sport- und Gesundheitszentrum auf dem Gelände der ehemaligen Bettina-von-Arnim-Oberschule. Kontakte im Bezirk und mit dem Ministerium für Stadtentwicklung wurden bereits aufgenommen. Sicher stellt die Finanzierung eines solchen Projekts eine vorerst scheinbar unüberwindbare Hürde dar, aber dem Vereinsvorstand stehen kompetente Fachleute zur Klärung dieser Fragen zur Verfügung. Und schließlich..... ohne Visionen gibt es keinen Erfolg!

Für dieses Engagement ging der TSV aus dem Bundeswettbewerb „Sterne des Sports“, den die Berliner Volksbank mit dem Deutschen Olympischen Sportbund ausschreibt, bereits als Berlin-Sieger hervor. Nun hoffen die Wittenauer auf den großen goldenen Stern, der am 26. Januar 2009 von Bundespräsident Horst Köhler überreicht wird.

### Ansprechpartner:

Elke Duda  
Projektmanagerin, Vorsitzende / Jugend und Sport  
Tel.: 0151 / 155 84 402  
E-Mail: elke.duda@arcor.de

Susanne Jurchen  
Vorsitzende / Öffentlichkeitsarbeit  
Tel.: 0172 / 320 30 52  
E-Mail: susanne@jurchen.de

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.  
„Die Fitmacher“  
Senftenberger Ring 53  
13435 Berlin

Tel.: 030 / 415 68 67  
Fax.: 030 / 415 71 68  
E-Mail: info@tsv-berlin-wittenau.de

1. Vorsitzende: Annette Maier  
Amtsgericht: Charlottenburg Nr. VR 701 B