



Projektphase 2019- Planungsstand

„KölleAktiv“- die Grundidee:

Nach dem erfolgreichen Abschluss von „Sundaach Aktiv“ in 2019 wurde in enger Abstimmung mit dem Sportamt „KölleAktiv“ konzipiert.

Das Angebot im Rahmen des Sportentwicklungsplanes ist in der Zielsetzung analog zum Projekt „Sundaach Aktiv2019“ und bietet allen InteressentInnen kostenfreie, offene und teils inklusive Sport- und Bewegungsangebote der Kölner Sportvereine, diesmal nicht in Sporthallen sondern auf ausgewählten Grünflächen in Köln an.

Die Entscheidung zum Projekt wurde u.a. aufgrund der beispielhaften Erprobung in Bonn und Aachen, Mühlheim a. R., Oberhausen, Hamm, Neuss, Düsseldorf, Unna, Duisburg, Coesfeld getroffen, wo ähnliche Projekte seit mehreren Jahren fest etabliert sind.

„KölleAktiv“- die Zielsetzung:

- Entwicklung von Bewegungsangeboten für unterschiedliche Zielgruppen
- Offenes und jederzeit zugängliches Angebot in den ersten 4 Ferienwochen
- Motivation zu nachhaltig mehr Bewegung, Spiel, gesundem Sport
- Steigerung der Bewegungsaktivität
- Steigerung der sozialen Teilhabe am sportlichen und gesellschaftlichen Leben
- Repräsentationsmöglichkeit der Kölner Sportvereine mit ihren vielfältigen Angebotsformaten
- Mitgliedergewinnung

„KölleAktiv“- Veranstaltungszeitraum:

15.07. – 09.08.2019 (Woche 1-4 der Sommerferien 2019)

Montag bis Freitag, (jeweils 3 – 4 Angebote pro Standort, 17:00 - 18:00, 18:00 – 19:00, 19:00 – 20:00 h)

„KölleAktiv“ – die Standorte 2019:

1. *Rechtsrheinisch: Rheinboulevard Mühlheim*
2. *Linksrheinisch: Innerer Grüngürtel, Ehrenfeld*

„KölleAktiv“ – Zielgruppen:

ALLE interessierten Kölnerinnen und Kölner (untrainiert – sportlich)

„KölleAktiv“ - Angebotsformen:

- **132** Angebote á je 60 min (Fitness, Entspannung, Tanz, Gesundheitssport, Sportarten zum Ausprobieren)

Yoga „sanft und sicher“
Pilates
Balance &Flow
Piloxing
Entspannungstraining
Qigong

Zumba
Aerobic
Bauchtanz
Linedance
Folkloretanz

Hiit
Fitnesstraining Ü60
Laufschule
Bodyworkout
Functional training
Fitnessparcour
KickFit
Kapow
Boot-Camp
Pound

Rückengymnastik
Rehasport
Gesundheitssport
AlltagsFitnessTest
Fit für 100

Ultimate Frisbee
Touch Rugby (inklusive)
Lacrosse
Volleyball
Korbball

- nach Bedarf und der jeweiligen Angebotsstruktur der Sportvereine
- für Ungeübte und Geübte
- inklusiv, kostenlos, unverbindlich, ohne Anmeldung
- offene Teilnehmerzahl

Ein besonderes Highlight

25.07.2019, 18:00 – 19:00 h
(Innerer Grüngürtel)

Zumba

Referentin/Trainerin: Staatssekretärin Frau Andrea Milz
Gast: LSB Präsident Walter Schneeloch

Im Anschluss an den Projektzeitraum stellen wir gerne einen Projektbericht zur Verfügung.

Im Namen der Kölner Sportvereine danken wir allen Partnern, insbesondere den Vertretern des Sportamtes Köln, für die große Unterstützung und den Vertretern des Verlagshauses Dumont für die kommunikative Begleitung.

Köln, den 17.06.2019

Gez.

Christine Kupferer, Geschäftsführung SSBK