

Sportliche Neuigkeiten vom StadtSportBund

Spannende Stadtmeisterschaften

Die von uns durchgeführten Stadtmeisterschaften sind in vollem Gange. Viele spannende Duelle lieferten sich sowohl die Hammer Grundschulen wie auch die weiterführenden Schulen. Mittlerweile sind auch viele Endrunden ausgetragen worden. So haben sich einige Hammer Schulen bereits für die Regierungsbezirksmeisterschaften qualifiziert. Wir drücken euch die Daumen!

Abwechslungsreicher Alltags- Fitness-Test

"Fit für den Alltag. Unter diesem Motto haben wir in Zusammenarbeit mit dem SV Westfalia Rhyern den Alltags-Fitness-Test auf dem Gelände des neu eingeweihten Westfalia-Sportpark durchgeführt. Für rund 30 Senioren im Alter von 60-80 Jahren standen für die teilnehmenden Personen Übungen aus den Bereichen Kraft, Koordination und Ausdauer auf dem Programm.



StadtSportBund Hamm e.V.

Stadthausstraße 3, 59063 Hamm
Tel.: 02381-15155 Fax: 02381-13836
mail: info@ssb-hamm.de
www.ssb-hamm.de



Meisterhafter Medientag

Am Dienstag, den 20.09.2022, waren wir am Medientag am Jugendzentrum Kubus in Hamm vertreten. Für die 5.-8. Klässler haben wir ein Sportprogramm mit Trendsportarten vorbereitet. Dazu informierten wir über die korrekte Sitzhaltung am Arbeitsplatz und präsentierten Dehnübungen, die einfach am Schreibtisch durchgeführt werden können. Bei einer leckeren Pizza wurde ein gelungener Medientag abgerundet.



Was passiert in den nächsten Wochen

Fantastische Fortbildungen

Pünktlich zu Beginn der Herbstferien beginnt wieder die Übungsleiter-C-Ausbildung. Zunächst steht das Basismodul auf dem Programm, ehe die Teilnehmer/*innen im Aufbaumodul die C-Lizenz erwerben. Neben der Übungsleiter-Ausbildung bietet das Sportbildungswerk Hamm weitere zahlreiche Aus- und Fortbildungen an. Welche das sind, könnt ihr auf der Internetseite des SBW unter folgendem Link einsehen: <https://www.sportbildungswerk-nrw.de/hamm/>

Sportliche Schwimmkurse

Natürlich starten auch wieder die Schwimmkurse im Rahmen von NRW kann schwimmen. In den zweiwöchigen Herbstferien bringen wir mit Unterstützung der Übungsleiter 90 Kindern aus den Grund- und weiterführenden Schulen das Schwimmen bei. Die Kurse finden im Lehrschwimmbecken der Familienoase Heessen und im Sport-Aquarium Bockum-Hövel statt.



social Media

Facebook ([StadtSportBund Hamm e.V.](#))



Instagram ([stadtsportbundhamm](#))

