

aktiv - gesund - lebensfroh



Landes Senioren Sportspiele

AUSSCHREIBUNG

Leipzig, 22. September 2018

Landes
**sport
bund**
Sachsen

Hier ist
Sport zu Hause.®



Sachsen
Sport
Marketing
GmbH



Inhaltsverzeichnis

1. Allgemeine Bestimmungen

- 1.1 Veranstalter
- 1.2 Veranstaltungstermin und Veranstaltungsort
- 1.3 Meldeverfahren
- 1.4 Teilnahmeberechtigung
- 1.5 Teilnehmerbeitrag
- 1.6 An- und Abreise
- 1.7 Übernachtung
- 1.8 Verpflegung
- 1.9 Haftung/Versicherung
- 1.10 Medizinische Versorgung
- 1.11 Auszeichnung
- 1.12. Datenschutz/Fotoerlaubnis

2. Zeitplan

3. Veranstaltungen

- 3.1 Wettkämpfe in den Sportarten
- 3.2 Workshops
 - Workshops Praxis für Jedermann
 - Workshops Wissen 1 für Jedermann
 - Workshops Wissen 2 für Übungsleiter
- 3.3 Abschlussveranstaltung „Sportcafé“

4. Meldeformulare

- 4.1 Workshops
- 4.2 Abschlussveranstaltung „Sportcafé“

Vorwort



„Sport Frei“ und herzlich Willkommen in Leipzig, liebe jung gebliebene Sportlerinnen und Sportler, zu den 13. Landes-Seniorensportspielen!

Alle zwei Jahre seit 1994 richtet der Landessportbund Sachsen seinen Wettbewerb für sportbegeisterte Menschen ab dem 50. Lebensjahr aus. Eine Erfolgsgeschichte: Vom Start weg wuchsen Teilnehmerzahlen und Wettkampfsportarten um mehr als das Doppelte, etwa 2.500 Aktive suchen heute in rund 30 Sportarten ihre Agilsten.

Es ist ein buntes Programm, das Sie am September-Samstag in der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig erwartet: Natürlich die zahlreichen spannenden Wettkämpfe in den unterschiedlichsten Disziplinen, aber auch interessante Praxis- und Wissens-Workshops sowie ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Traditionell gesellig und amüsant beendet mit dem „Sportcafé“. Ich verspreche Ihnen einen erlebnisreichen Tag, der das Seniorenspiele-Motto „aktiv-gesund-lebensfroh“ bestens erfüllt. Perfekt organisiert vom Landessportbund Sachsen, welcher seit Jahren Großveranstaltungen wie die Landesjugendspiele, die Sächsische Sportgala oder die Wahl zum Sportler des Jahres ausrichtet, über viel Erfahrung verfügt. Also seien Sie dabei, kommen Sie nach Leipzig, reservieren Sie sich diesen Tag in Ihrem Kalender!

Außerdem möchte ich es nicht versäumen, Sie an dieser Stelle auf eine passende Ausstellung hinzuweisen, die bis zum 16. September im Leipziger Stadtgeschichtlichen Museum gezeigt wird: „In Bewegung – Meilensteine der Leipziger Sportgeschichte“ heißt sie, liebevoll zusammengestellt aus den wichtigsten und bedeutendsten Exponaten unseres Sportmuseums. Besuchen Sie sie in den nächsten Tagen und Wochen – auch hier gibt es unter anderem eine Reihe von Möglichkeiten, sich an sportlichen Mitmach-Stationen aktiv zu beteiligen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß und Abwechslung während der Landes-Seniorensportspiele 2018!

Ihr

A handwritten signature in black ink, which appears to read "Burkhard Jung". The signature is stylized and cursive.

Burkhard Jung

Oberbürgermeister der Stadt Leipzig

Vorwort

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,

am 22. September 2018 steht Leipzig wieder ganz im Zeichen des Sports der älteren Aktiven. Die Landes-Seniorensportspiele haben sich mittlerweile zu einer traditionellen Veranstaltung des Landessportbundes Sachsen etabliert und bilden als Breitensportereignis in der sächsischen Sportlandschaft einen weiteren Höhepunkt.



Die Gruppe der Generation 50+ wächst in den sächsischen Sportvereinen immer weiter – und so steigt auch die Anzahl der Teilnehmer bei den Landes-Seniorensportspielen. Vor 24 Jahren fanden diese das erste Mal statt, damals noch im kleineren Rahmen. In diesem Jahr werden wieder ca. 2.500 Teilnehmer erwartet.

Das Konzept der Landes-Seniorensportspiele hat sich in den letzten Jahren immer wieder bewährt: eine Mischung aus Wettkampf, attraktiven und altersgerechten Angeboten zum Mitmachen sowie einem sportlich-kulturellem Rahmenprogramm. Bei der 13. Auflage werden erstmals auch Wissens-Workshops angeboten, die eine weitere Säule bilden. Damit wird die Vielfältigkeit dieser Veranstaltung und des Seniorensports in Sachsen verdeutlicht. Die sportliche Leistung kann in den verschiedensten Disziplinen gemessen werden, beispielsweise im Finswimming, Gerätturnen oder Bogenschießen. Das Spektrum der Praxis-Workshops reicht von Zumba über Kanuwandern oder auch alltagstauglichem Gehirntraining.

Sich ausprobieren, die Freude am Sporttreiben, in Geselligkeit an einem Sportevent teilhaben – all das sind Motive, die die Landes-Seniorensportspiele vermitteln. Und vielleicht bilden die vielseitigen Angebote auch den ersten Schritt in Richtung einer neuen Leidenschaft.

Zahlreiche ehrenamtliche Übungsleiter, Kampfrichter und Helfer werden bei den Landes-Seniorensportspielen im Einsatz sein und dafür Sorge tragen, dass es für alle Beteiligten ein erlebnisreicher Tag wird. Ihnen und den Organisatoren gilt daher mein besonderer Dank.

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern wünsche ich viel Erfolg, aber vor allem viel Spaß bei den Wettbewerben und Workshops. Bleiben Sie aktiv, gesund und lebensfroh!

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ulrich Franzen'. The signature is stylized and cursive.

Ulrich Franzen

Präsident des Landessportbundes Sachsen



1. Allgemeine Bestimmungen

1.1 Veranstalter

Veranstalter der Landes-Seniorensportspiele 2018 ist der Landessportbund Sachsen (LSB).

Die Verantwortung für die Durchführung der Wettkämpfe in den Sportarten obliegt den Landesfachverbänden.

1.2 Veranstaltungstermin und Veranstaltungsort

Die Landes-Seniorensportspiele finden am 22. September 2018 in Leipzig statt.

Veranstaltungszentrum ist das Gelände der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig (SWF), Jahnallee 59, 04109 Leipzig. Dort befindet sich am Veranstaltungstag auch das Organisationsbüro. Abweichungen bei den Wettkämpfen in den Sportarten sind in den Einzelausschreibungen der Landesfachverbände geregelt.

1.3 Meldeverfahren

Die Meldeverfahren zur Teilnahme an den Wettkämpfen in den Sportarten, Pkt. 3.1, sind in den Einzelausschreibungen der Landesfachverbände geregelt. Informationen dazu sind über die entsprechenden Landesfachverbände zu erhalten.

Meldungen zur Teilnahme an den Workshops Wissen und den Workshops Praxis, Pkt. 3.2, sowie zur Abschlussveranstaltung „Sportcafé“, Pkt. 3.3, sind ab sofort auf den in der Ausschreibungsbroschüre und auf der Homepage des LSB abgedruckten Meldeformularen vorzunehmen. Meldeschluss für die Teilnahme an den Workshops (wenn nicht anders ausgeschrieben) und an der Abschlussveranstaltung ist der 17. August. Alle Teilnehmer erhalten nach Meldeschluss eine Bestätigung der für sie verbindlichen Zeiten.

Meldeanschrift: Landessportbund Sachsen, Fachbereich Breitensport, Goyastraße 2 d, 04105 Leipzig oder per E-Mail an brandt@sport-fuer-sachsen.de

1.4 Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt sind alle Bürgerinnen und Bürger, die 50 Jahre und älter sind. Die Teilnahmeberechtigung und der Austragungsmodus für die Wettkämpfe in den Sportarten sind in den Ausschreibungen der Landesfachverbände geregelt.

1.5 Teilnehmerbeitrag

Der Beitrag je Teilnehmer beträgt für die Workshops 10,- € und für die Teilnahme an den Wettkämpfen der Sportarten 5,- €. Alle Teilnehmer an den Wettkämpfen in den Sportarten, Pkt. 3.1, entrichten ihren Beitrag an den jeweiligen Landesfachverband. Die Teilnehmer an den Workshops, Pkt. 3.2 und an der Abschlussveranstaltung „Sportcafé“, Pkt. 3.3 überweisen den Teilnehmerbeitrag nach Erhalt der Rechnung an den LSB. Für die Teilnahme an der Abschlussveranstaltung, Pkt. 3.3, ist ein zusätzlicher Beitrag in Höhe von 5,- € zu entrichten. Auch dieser Beitrag ist nach Erhalt der Rechnung an den LSB zu überweisen.

1.6 An- und Abreise

Die An- und Abreise der Teilnehmer ist eigenständig zu organisieren. Reisekosten für die Aktiven und Betreuer werden vom Veranstalter nicht übernommen.

1.7 Übernachtung

Übernachtungsmöglichkeiten werden über den LSB nicht organisiert. Im Bedarfsfall tragen die Landesfachverbände dafür Verantwortung.

1.8 Verpflegung

Verpflegungsmöglichkeiten werden vom Veranstalter auf dem Gelände der SWF geschaffen, wobei selbst mitgebrachte Getränke und Verpflegung nicht in den Räumlichkeiten der Mensa verzehrt werden dürfen. An externen Wettkampfstätten obliegt die Organisation von Verpflegungsmöglichkeiten den zuständigen Landesfachverbänden. Jeder Teilnehmer trägt die Kosten für seine Verpflegung selbst.

1.9 Haftung/Versicherung

Mitglieder aus Sportvereinen des LSB sind im Rahmen des Versicherungsvertrages zwischen dem LSB und der ARAG Sportversicherung abgesichert. Teilnehmende Nichtmitglieder sind über einen Zusatzvertrag versichert. Für den Verlust von Gegenständen übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

1.10 Medizinische Versorgung

Die medizinische Versorgung wird vom LSB zentral abgesichert. Sie erfolgt in Abstimmung mit den Landesfachverbänden.

1.11 Auszeichnung

Die Sieger und Platzierten (Platz 1 - 3) der Wettkämpfe in den Sportarten werden mit Urkunden geehrt. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten ein Erinnerungssouvenir und eine Teilnahmebestätigung.

1.12 Datenschutz/Fotoerlaubnis

Veranstalter und Ausrichter erheben personenbezogene Daten, die zur Durchführung der Wettkämpfe und Workshops benötigt werden (Name, Vorname, Anschrift, Geburtsdatum, Vereinszugehörigkeit). Die Daten werden nach der Durchführung der Veranstaltung zeitnah gelöscht. Im Rahmen des Üblichen werden die Daten zur Veröffentlichung der Ergebnisse verwendet. Mit ihrer Anmeldung erklären sich die Teilnehmenden einverstanden, dass Fotos von sportlichen Aktivitäten gemacht und von Veranstalter oder Ausrichter veröffentlicht werden (insbes. Homepage, SachsenSport, Facebookseite). Der Verwendung von personenbezogenen Daten kann für die Zukunft widersprochen werden, ebenso der Verwendung von Aufnahmen.

2. Zeitplan

Die Zeitpläne für die Wettkämpfe in den Sportarten werden durch die Landesfachverbände festgelegt.

Für den Campus der SWF gilt folgender Zeitplan:

08:00 Uhr	Öffnung Organisationsbüro
10:00 Uhr	Eröffnung
11:00 Uhr	Beginn der Wettkämpfe und Workshops
16:00 Uhr	Abschlussveranstaltung „Sportcafé“



3. Veranstaltungen

3.1 Wettkämpfe in den Sportarten



1 Badminton

Ausrichter	Badminton-Verband Sachsen, WSG Probstheida
Wettkampfort	Sporthalle der Geschwister-Scholl-Schule Leipzig, Am Angerteich 2, 04288 Leipzig, OT Liebertwolkwitz
Wettbewerbe	Einzel-, Doppel- und Mixdisziplinen für Damen und Herren in den Altersklassen O40/45, O50/55/60, O65/70/..., Aktive und Hobbyspieler, Gruppenmodus oder Einfach-KO-System (jeder Teilnehmer mindestens 2 Spiele pro Disziplin), je Disziplin zwei 3. Plätze unter Berücksichtigung der Spielstärke
Teilnahme	Hobbyspieler und Interessierte mit Spielerpass aus allen Vereinen des BVS
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, ab 10:00 Uhr, Auslosung ab 09:30 Uhr
Informationen	Reihenfolge: Beginn mit Mix, dann Einzel, abschließend Doppel, entsprechend der Beteiligung eventuell erforderliche Zusammenlegung der Altersklassen Spielbälle: vom BVS zugelassene Naturfederbälle stellen die Teilnehmer selbst, ein Ball pro Spiel wird gestellt, im gegenseitigen Einvernehmen dann auch Plastikbälle. Der Ausrichter stellt Schiedsrichter.
Meldeanschrift	per E-Mail unter Angabe Name, Vorname, Geburtsdatum an: jenuwe@web.de
Meldeschluss	18.09.2018



2 Basketball

Ausrichter	Basketballverband Sachsen
Wettkampfort	ARENA LEIPZIG, Spielhalle, Am Sportforum 1, 04105 Leipzig
Wettbewerbe	Basketballturnier
Teilnahme	Seniorenteams aus Sachsen (ml., wbl., mixed) 45 Jahre und älter
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Check In, 11:00 Uhr Beginn, ca. 16:00 Uhr Siegerehrung
Informationen	verkürzte Spielzeit, Modus wird nach Eingang der Meldung bzw. am Turniertag festgelegt
Meldeanschrift	Basketballverband Sachsen, BCC-Haus, Schulstr. 38, 09125 Chemnitz, info@basketballverband-sachsen.de
Meldeschluss	01.09.2018

3. Veranstaltungen



3 Billard

Ausrichter	Sächsischer Billard-Verband, (1) Pool 2000 Leipzig, (2) BC Joes`s Dresden, (3) SC Neustadt
Wettkampfort	(1) Pool 2000, Billardtreffpunkt, Erich-Zeigner-Allee 64, 04229 Leipzig, (2) Joe`s Billardcenter, Mügelner Str. 36, 01237 Dresden (3) SC Neustadt/Sa., Schillerstr. 1, 01844 Neustadt/Sa.
Wettbewerbe	seniorengerechte Turniere im (1) 8-Ball, (2) Eurokegel, (3) Snooker
Teilnahme	alle interessierten Billardspieler/innen (unabhängig von einer Vereinsmitgliedschaft) die zum Zeitpunkt des Turniers mindestens 40 Jahre alt sind
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Beginn aller Wettbewerbe, gegen 18:00 Uhr Siegerehrung
Informationen	Nach Spielregeln/-Regularien und Materialnormen der DBU, Spielkleidung: Lange Stoffhose, unifarbenes Hemd/Poloshirt, Lederschuhe (keine Turnschuhe) (1) Austragungsmodus wird entsprechend der Teilnehmerzahl nach Meldetermin festgelegt. Schiedsrichter: Area-Schiedsrichter bzw. nicht am Tisch befindliche Sportler (2) Gruppenphase mit anschließenden Einfach-KO, in allen Runden 2 Gewinnsätze bis 100 Punkte, Schiedsrichter werden gestellt (3) Gruppenphase mit anschließendem Einfach-KO, in allen Runden Best of 3, Schiedsrichter werden gestellt
Meldeanschrift	Homepage Sächsischer Billard-Verband http://sachsen-billard.de/sbv/ausschreibung oder per E-Mail an (1) e.boettcher@sachsen-billard.de , (2) n.proboszcz@sachsen-billard.de , (3) o.garnys@sachsen-billard.de
Meldeschluss	16.09.2018



4 Bogenschießen

Ausrichter	Sächsischer Bogenschützenverband, SG Motor-Gohlis Nord Leipzig, Abt. Bogensport
Wettkampfort	Bogensportanlage am Luppedeich 5, 04159 Leipzig
Wettbewerbe	freizeitlicher Teamwettbewerb Leipziger Firmen
Teilnahme	Teilnehmer Ü 50 männlich und weiblich, max. 10 Teams mit 3 TN pro Mannschaft
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 – 14:30 Uhr
Informationen	Teamwettbewerb mit Recurvebogen (Olympischer Bogen), Material wird gestellt, Sportkleidung gern Teamshirts
Meldeanschrift	sven.allisat@kabelmail.de
Meldeschluss	30.06.2018

3. Veranstaltungen



5 Boxen

Ausrichter	Box-Verband Sachsen, Boxing Atlas Leipzig
Wettkampfort	Boxhalle im Sportforum Leipzig, Am Sportforum 3, 04105 Leipzig
Wettbewerbe	boxspezifische Athletiktest – Wettbewerbe
Teilnahme	Ü 40 männlich, weiblich; Ü 50 männlich, weiblich
Zeitplan	Sonabend, 22.09.2018, 10:00 – 12:00 Uhr
Informationen	Med.-ball-Stoßen: <65 kg - 3 kg; >65 kg - 4kg, Seilspringen: Seildurchschläge in 60 sec., 6-Tage-Lauf: 60 sec. Laufen/Schlagen mit Handhanteln, Sportgeräte werden bereitgestellt
Meldeanschrift	Box-Verband Sachsen, Reichenhainer Str. 154, 09125 Chemnitz (Info siehe www.boxverbans-sachsen.de)
Meldeschluss	12.09.2018



6 Fechten

Ausrichter	Sächsischer Fechtverband, Fechtclub Leipzig
Wettkampfort	Fechthallen im Sportforum Leipzig, Am Sportforum 3, 04105 Leipzig
Wettbewerbe	Degen - Einzel, Damen und Herren; Teamwettbewerb – gemischte Teams, vereinsübergreifend. Wettbewerbe unter klassischen Bedingungen
Teilnahme	Senioren lt. DFB-Sportordnung, AK 40, AK 50, AK 60, AK 70+
Zeitplan	Sonabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Degen Einzel, im Anschluss Teamwettbewerbe, Siegerehrung nach Abschluss der Wettkämpfe
Informationen	gemischte Wettbewerbe Damen- und Herrendegen Einzel/Team je nach Anmelde-situation
Meldeanschrift	E.-Mail: fechtensachsen@t-online.de oder über Oppardt Meldesystem
Meldeschluss	17.09.2018



7 Fußball

Ausrichter	Sächsischer Fußballverband, Ausschuss Breitensport
Wettkampfort	Sportschule „Egidius Braun“, Abnaundorfer Str. 47, 04347 Leipzig
Wettbewerbe	Landesmeisterschaft Herren Ü 60, Kleinfeld
Teilnahme	Mannschaften aus Vereinen bzw. Fußballabteilungen des SFV. Die Spieler müssen im Veranstaltungsjahr mindestens 60 Jahre alt und Mitglied des Vereins sein und dürfen keiner Sperrfrist unterliegen. 2 der gemeldeten Spieler (max. 12) dürfen über 59 Jahre sein. Spielgemeinschaften aus max. 3 Mannschaften sind zugelassen, Leihspieler sind nicht spielberechtigt. Teilnahmevoraussetzung ist die Vorlage eines Meldebo-gens.

3. Veranstaltungen

Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 09:30 Uhr technische Beratung, 09:45 Uhr Eröffnung, 10:00 Uhr Spielbeginn, ca. 15:00 Uhr Siegerehrung
Informationen	Es gelten die Richtlinien für den Kleinfeldfußball des SFV mit Spielerzahl 1:6. Die Mannschaftszahl VR entsprechend der Meldung KVF/SFV. Vorrundengruppen Jeder gegen Jeden nach Punktsystem und Platzierungsspiele mit Spielzeit 12 Minuten, bei Unentschieden sofort 9 m-Schießen. Vor Beginn ist der Turnierleitung eine Spielerliste mit Namen und Geburtsdaten der Spieler einzureichen (zweifach), die vom Abteilungsleiter Fußball abzuzeichnen ist. Auf Verlangen haben die Spieler einen gültigen Spielerpass bzw. Personalausweis vorzulegen. Einheitliche Trikots, Wechselkleidung und Bälle zur Spielvorbereitung sind durch die Mannschaften mitzubringen, Spielbälle für die Endrunde werden gestellt. Das Tragen von Schienbeinschützern ist Pflicht.
Meldeanschrift	Sächsischer Fußballverband, Abtnaudorfer Str. 47, 04347 Leipzig
Meldeschluss	zwei Wochen vor Beginn der Endrunde



8 Gerätturnen

Ausrichter	Sächsischer Turnverband, HSG DHfK Leipzig
Wettkampfort	August-Schärttner-Halle, Sportwissenschaftliche Fakultät der Uni Leipzig, Jahnallee 59, 04109 Leipzig
Wettbewerbe	Seniorenwettkämpfe AK 30+ bis 80+ ml. und wbl., Sprung, Stufenbarren, Balken/ab AK 40 Bank, Boden - Frauen: LK 3 AK 30-34, AK 35-39, AK 40-44, AK 45-49 Vierkampf Sprung, Stufenbarren, Bank, Boden - Frauen: LK3 AK 50-54, LK4 AK 55-59 Dreikampf (drei besten Wertungen) Reck/Stufenbarren, Stützbarren, Bank, Boden - Frauen: LK4: AK 60-64, AK 65-69, AK 70-74, AK 75-79 und AK 80+ Zweikampf (zwei besten Wertungen) Boden, P.-pferd, Ringe, Sprung, Barren, Reck - Männer: LK 2 AK 30-34, AK 35-39, AK 40-44 Fünfkampf (fünf besten Wertungen), Boden, P.-pferd, Sprung, Barren, Reck - Männer: LK 3 AK 45-49, AK 50-54, AK 55-59 Vierkampf (vier besten Wertungen) Boden, P.-pferd, Sprung, Barren (tief), Reck (tief) - Männer: LK 4 AK 60-64, AK 65-69, Vierkampf (vier besten Wertungen) Boden, P.-pferd, Sprung, Barren (tief), Reck (tief) - Männer: LK 4 AK 70-74, AK 75-79, AK 80+ Dreikampf (drei besten Wertungen)
Teilnahme	Frauen: LK 3 ab AK 30, LK 4 ab AK 60 Männer: LK 2 ab AK 30, LK 3 ab AK 45, LK 4 ab AK 60 Der Wettkampf ist für alle Gerätturner/innen des Landes Sachsen offen.
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Einturnen, Der genaue Zeitplan wird nach Eingang der Meldung erstellt.
Meldeanschrift	Sächsischer Turnverband, Stefan Reiß, Goyastr. 2 d, 04105 Leipzig, stefan.reiss@stv-turnen.de
Meldeschluss	02.09.2018

3. Veranstaltungen



9 Handball

Ausrichter	Handball-Verband Sachsen
Wettkampfort	Sporthalle Brüderstrasse, Brüderstrasse 15, 04103 Leipzig
Wettbewerbe	Ü 40 Bestenermittlung Männer und Frauen
Teilnahme	Spieler/innen ab 40 Jahre, je Mannschaft Männer bzw. Frauen, pro Team max. 14 Sportlerinnen/Sportler
Zeitplan	Sonnabend, 22.09., bis 09:45 Uhr Anreise, 10:00 – 18:00 Uhr (Frauen und Männer)
Informationen	Spielmodus und Spielzeit richten sich nach der Anzahl der Mannschaften, Jeder gegen Jeden, Auslosung zu Spielbeginn, Spielzeit zwischen 2 x 15 Minuten Alle Informationen werden nach Meldeschluss versandt.
Meldeanschrift	Handball-Verband Sachsen, Am Sportforum 3, 04105 Leipzig, Ronald Meier, Tel./Fax: 0341 9832070/9832018, E-Mail: info@hvs-handball.de
Meldeschluss	20.08.2018



10 Hockey

Ausrichter	Sächsischer Hockeyverband
Wettkampfort	Kunstrasenplatz des Leipziger SC von 1901, Pistorisstr. 30, 04229 Leipzig
Wettbewerbe	Hockeyturniere auf dem Kleinfeld für Seniorinnen und Senioren um die Wanderpokale des SHV
Teilnahme	Seniorinnen ab 40 Jahre, Senioren ab 50 Jahre
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Beginn, Siegerehrung nach Abschluss der Spiele entsprechend des Spielplanes. Spielmodus ergibt sich aus Anzahl der gemeldeten Teams
Informationen	Es wird nach Kleinfeldregeln des DHB gespielt, statt Strafecke wird ein Strafschuss vom Schusskreis ausgeführt. Mannschaftsstärke: 1 Torwart und 6 Feldspieler, maximal 5 Auswechselspieler, Spielzeit: einmal 20 Minuten, Spielplanerstellung und -versand nach Meldeschluss
Meldeanschrift	Sächsischer Hockeyverband, Abtnaundorfer Str. 47, 04347 Leipzig, shv-office@t-online.de, Tel.: 0341 2254791, Fax: 0341 2254791
Meldeschluss	30.06.2018



11 Ju-Jutsu

Ausrichter	Ju-Jutsu Verband Sachsen, SV 1860 Groitzsch
Wettkampfort	Sporthalle Schletterstr., Schletterstr. 1, 04539 Groitzsch
Wettbewerbe	Faustkampfturnier, Kata-LG + Wettkämpfe, SV für Ältere im Stand und in Bodenlage, Rückenschule, Gesundheitstraining, Taichi

3. Veranstaltungen

Teilnahme	Senioren, Graduierungsfrei, für alle zugänglich
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 – 13:00 Uhr Lehrgangsbetrieb, 13:00 – 17:00 Uhr Wettkampfbetrieb, ca. 17:15 Uhr Siegerehrung
Informationen	Schutzausrüstung bitte mitbringen. Faustkampfturnier: 3-Punkte-Kampf a 2 Minuten; BJJ (3 Minuten); AKL für alle Turniere -30, -35, -40, -45, -50, -55, -60, -65; Die Landes-Seniorensportspiele werden als Landeslehrgang für die JJ-Prüfung anerkannt.
Meldeanschrift	Ju-Jitsu Verband Sachsen, Elsa-Brandström-Str. 14, 01917 Kamenz, E-Mail: m.leik@gmx.de
Meldeschluss	05.09.2018



12 Kegeln - Classic

Ausrichter	Keglerverband Sachsen
Wettkampfort	Keglerheim Markranstädt, Weststr. 24, 04420 Markranstädt
Wettbewerbe	Paarkampf 2 x 120 Wurf, Mix-Paarkampf 2 x 120 Wurf
Teilnahme	Seniorinnen und Senioren AK A, B, C gemäß Deutscher Kegler- und Bowlingbund (30.06.1969 und früher geboren)
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Eröffnung, 10:15 - 15:00 Uhr Wettkämpfe
Meldeanschrift	Keglerverband Sachsen, Schulstr. 38, 09125 Chemnitz, E-Mail: Keglerverb.Sachsen@t-online.de
Meldeschluss	02.09.2018



13 Luftsport

Ausrichter	Luftsportverband Sachsen, Fliegerklub Roitzschjora (1), FSV Eilenburg (2)
Wettkampfort	Verkehrslandeplatz Roitzschjora, Am Flugplatz 1, 04509 Löbnitz, OT Roitzschjora
Wettbewerbe	(1) Wettbewerbe im Motorflug, Segelflug, Ultraleichtflug: 1.1. Landewettbewerbe Motorflug und Ultraleichtflug mit 2 Normallandungen 1 Ziellandung 1.2. Segelflugwettbewerb mit 2 Windstarts, Platzrunde, 2 Ziellandungen 1.3. Formationsflug über Leipzig (2) Fallschirmsport: Zielsprungwettbewerb
Teilnahme	ab 50 Jahre und nur mit gültiger Lizenz (1) Alle Luftfahrzeug- bzw. Luftsportgeräteführer(innen) bis Geburtsjahr 1968 (2) alle Sportler sächsischer Fallschirmsportvereine ab 50 Jahre
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, (1) 10:30 Uhr Briefing, 11:00 Uhr Beginn der Wettbewerbe, 16:30 Uhr Siegerehrung; (2) 09:15 Uhr Eröffnung, 09:45 Uhr Windspringer, 10:00 – 16:30 Uhr Wettkampf, 17:00 Uhr Siegerehrung

3. Veranstaltungen

Informationen	Alle Siegerehrungen erfolgen unmittelbar nach Abschluss der Wettkämpfe. Der Ablauf ist abhängig von den meteorologischen Bedingungen und der Teilnehmerzahl. (1) Voraussetzungen: gültige Erlaubnis für das angemeldete Luftfahrzeug/Luftsportgerät; Co-Pilot/Begleiter ohne Erlaubnis; Mitnahme weiterer Personen ohne Altersgrenze möglich; (2) 2-4 Zielsprünge; Voraussetzungen: gültiger Luftfahrerschein für Luftsportgeräteführer (Sprungfallschirme); Haftpflichtversicherungsnachweis; Reserve-Packnachweis; gültige Stück-/Nachprüfscheine bzw. Lufttüchtigkeitsnachweis des verwendeten Sprungfallschirmsystems; AAD; das Tragen von Höhenmesser, geeignetem Schuhwerk und Kopfschutz ist Pflicht. Campingmöglichkeiten bestehen am Flugplatz. Komplette Ausschreibungen ist unter www.lsvsn.de einzusehen.
Meldeanschrift	Luftsportverband Sachsen, Dohnaer Str. 154, 01239 Dresden; (1) Fliegerklub Roitzschjora, Am Flugplatz 1, 04509 Löbnitz, OT Roitzschjora; (2) per E-Mail: fsv.eilenburg-ltg@gmx.de oder per Fax.: 034244 51485
Meldeschluss	(1) 15.08.2018; (2) 03.09.2018 bis 20:00 Uhr



14 Pferdesport

Ausrichter	Landesverband Pferdesport Sachsen, Reitverein Stahmeln
Wettkampfort	Reitverein Stahmeln, Reitsportanlage Stahmelter Str. 186, 04159 Leipzig
Wettbewerbe	Wettbewerbe Dressur, Springen, Fahren der Kl. E bzw. WBO, kombinierte Wertung aus Dressur + Springen, evtl. Hunterklasse
Teilnahme	Männer und Frauen AK Ü 40
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 – 18:00 Uhr
Informationen	Bestimmungen der Landeskommision, Beschluss Allgem. Pferdesport und Wettbewerbsordnung sind Grundlage; einzelne Wertung in jeder/m Disziplin/Wettbewerb; Siegerehrung Senioreneinzelmeister am Ende der Veranstaltung
Meldeanschrift	siehe Ausschreibung Verband
Meldeschluss	Siehe Ausschreibung Verband



15 Rettungsschwimmen

Ausrichter	DLRG - Landesverband Sachsen
Wettkampfort	Schwimmhalle West, Hans-Driesch-Str. 52, 04179 Leipzig
Wettbewerbe	Einzelstreckenmeisterschaften im Rahmen der Landes-Seniorensportspiele,
Teilnahme	AK 1 25-39 Jahre (1979 - 1993), AK 2 40-49 Jahre (1969 - 1978), AK 3 50-59 Jahre (1959-1968), AK 4 60-69 Jahre (1949-1958), AK 5 70 Jahre und älter (ab 1948),
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 14:00 – 19:00 Uhr, genauer Zeitplan nach Meldeschluss im Internet einsehbar

3. Veranstaltungen

Informationen Grundlage sind die Wettkampfbedingungen der DLRG vom 01.01.2016. Die Wertung erfolgt laut Regelwerk/Einzelstrecken. Disziplinen: AK 1 und 2 Disziplinen bis AK 45 Regelwerk, AK 3 Disziplinen bis SK 55 Regelwerk, AK 4 und 5 Disziplinen bis AK 60 Regelwerk. Puppen, Hindernisse, Gurtretter werden vom Veranstalter gestellt. Teilnahmevoraussetzung ist das Vorliegen der vollständigen Startunterlagen. Es gilt die aktuelle und vollständige Ausschreibung auf der Homepage des Verbandes.

Meldeanschrift ausschließlich per E-Mail und unter Verwendung der Meldebögen an:
anmeldung.wettkampf@sachsen.dlrg.de

Meldeschluss 01.08.2018, 00:00 Uhr E-Mail-Eingang



16 Ringen - Mattenprellball

Ausrichter Ringer-Verband Sachsen

Wettkampfort Ringerzentrum Leipzig, Leplaystr. 11, 04103 Leipzig

Wettbewerbe Mattenprellballturnier

Teilnahme Senioren (ein Spieler der Mannschaft ist mindestens 50 Jahre)
Altersklasse 80 Jahre (Teamalter), Altersklasse 100 Jahre und älter (Teamalter)

Zeitplan Sonntag, 22.09.2018, 09:30 Uhr Anmeldung, 10:00 Uhr Spielbeginn, ca. 14:00 Uhr Finalspiel, danach Siegerehrung

Informationen ausführliche Ausschreibung unter www.sachsenringer.de/jugend-und-breitensport
Es wird in Staffeln gespielt. Dabei gibt es mindestens 2 und maximal 3 Staffeln je AK. Bei bis zu 5 Mannschaften je Staffel wird jeder gegen jeden gespielt, ab 6 Mannschaften wird im Ausscheidungsverfahren gespielt (Ausscheiden nach 2 Niederlagen).

Meldeanschrift Ringer-Verband Sachsen, Leplaystr. 11, 04103 Leipzig, Fax.: 0341 14990922,
E-Mail: rvs-gs@sachsenringer.de

Meldeschluss 15.09.2018



17 Rudern

Ausrichter Landesruderverband Sachsen, Akademischer Ruderverein zu Leipzig

Wettkampfort Elsterflutbett, Akademischer Ruderverein zu Leipzig, Am Elsterwehr 1, 04109 Leipzig

Wettbewerbe Gigdoppelviererwettkampf 350m KO-System, Ruderergometer Schnupperkurs

Teilnahme 4x Mix Frauen/Männer (offen ab 40 Jahre)

Zeitplan Sonnabend, 22.09.2018, 11:00 – 15:00 Uhr Regatta und Ruderergometer, 15:30 Uhr Siegerehrung

Meldeanschrift Landesruderverband Sachsen, Hamburger Str. 74, 01157 Dresden

Meldeschluss 12.09.2018

3. Veranstaltungen



18 Schach

Ausrichter	Schachverband Sachsen
Wettkampfort	Spiellokal des SV Springer Leipzig, Begegnungsstätte der Volkssolidarität, Prinz-Eugen-Str. 1, 04277 Leipzig
Wettbewerbe	Sachseneinzelmeisterschaft der Senioren im Schnellschach
Teilnahme	Interessierte Seniorinnen/Senioren auch ohne Vereinsmitgliedschaft im SVS, Altersgruppe 50+ - Jahrgang 1968 und älter, Altersgruppe 65+ - Jahrgang 1953 und älter
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, bis 09:40 Uhr Anmeldung im Spiellokal, 10:00 Uhr Turnierbeginn
Informationen	Es gelten die Regeln der FIDE und die Bestimmungen der WTO des SVS, 7 Runden Schweizer-System, 5 Minuten je Spieler und Partie; weitere Informationen unter www.schachverband-sachsen.de
Meldeanschrift	per Post oder E-Mail an Christian Eichner, Achtbeeteweg 49b, 01189 Dresden, senioren-schach@schachverband-sachsen.de oder online über www.schachverband-sachsen.de/seniorenschach/anmeldung.html
Meldeschluss	10.09.2018



19 Schwimmen und 20 Finswimming

Ausrichter	Schwimmen: Sächsischer Schwimm-Verband		
	Finswimming: Landestauchsportverband Sachsen, SC DHfK, Abtlg. Finswimming		
Wettkampfort	Universitätsschwimmhalle, Mainzerstr. 4, 04109 Leipzig		
Wettbewerbe	13. Landes-Seniorensportspiele im Schwimmen (SW) und Finswimming (FW)		
Wettkampffolge:	WK 1	4 x 50 m Lagen Frauen	SW
	WK 2	4 x 50 m Lagen Männer	SW
	WK 3	50 m Rücken Frauen	SW
	WK 4	50 m Rücken Männer	SW
	WK 101	100 m Streckentauchen Frauen	FW
	WK 102	100 m Streckentauchen Männer	FW
	WK 5	100 m Brust Frauen	SW
	WK 6	100 m Brust Männer	SW
	WK 7	50 m Freistil Frauen	SW
	WK 8	50 m Freistil Männer	SW
	WK 103	50 m Flossenschwimmen Frauen	FW
	WK 104	50 m Flossenschwimmen Männer	FW
	WK 9	100 m Rücken Frauen	SW
	WK 10	100 m Rücken Männer	SW

3. Veranstaltungen

WK 11	100 m Schmetterling Frauen	SW
WK 12	100 m Schmetterling Männer	SW
WK 13	300 m Freistil Mixed, mind. eine Frau	SW
ca. 30 Min. Pause		
WK 105	200 m Flossenschwimmen Frauen	FW
WK 106	200 m Flossenschwimmen Männer	FW
WK 14	200 m Freistil Frauen	SW
WK 15	200 m Freistil Männer	SW
WK 16	50 m Brust Frauen	SW
WK 17	50 m Brust Männer	SW
WK 107	50 m Streckentauchen Frauen	FW
WK 108	50 m Streckentauchen Männer	FW
WK 18	50 m Schmetterling Frauen	SW
WK 19	50 m Schmetterling Männer	SW
WK 109	100 m Flossenschwimmen Frauen	FW
WK 110	100 m Flossenschwimmen Männer	FW
WK 20	100 m Freistil Frauen	SW
WK 21	100 m Freistil Männer	SW
WK 111	4x50 m Flossenschwimmen Mixed	FW
WK 22	4x50 m Freistil Mixed	SW

Zeitplan Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Einlass, bis 10:55 Uhr Einschwimmen, 10:30 Uhr Mannschaftsleiter- und Kampfrichtersitzung, 11:00 Uhr Eröffnung, 11:10 Uhr Wettkampfbeginn

Bestimmungen Schwimmwettbewerbe

- Wettbewerbe** Altersklasseneinteilung entsprechend der DSV WB Masters, Einzelwettbewerbe: AK 20 (20 - 24 Jahre), AK 25 (25 - 29 Jahre), AK 30 (30 - 34 Jahre) usw. Staffelwettbewerbe: A 80 - 99 Jahre, B 100 - 119 Jahre, C 120 - 159 Jahre, D 160 - 199 Jahre, E 200 - 239 Jahre, F 240 - 279 Jahre, G 280 - 319 Jahre usw. Wertung Landes-Seniorensportspiele ab AK 40!
- Teilnahme** Teilnahmberechtigt sind nichtlizenzierte, interessierte Bürger/innen des Freistaates Sachsen und Mitglieder von Vereinen, die dem Sächsischen Schwimmverband angehören. Startberechtigt sind die Jahrgänge 1996 und älter. Es gilt die „Zwei-Start-Regel“.
- Informationen** Es gelten die Wettkampfbestimmungen, die Antidoping-Ordnung und die Rechtsordnung des DSV. Die Läufe werden in den Altersklassen nach den Meldezeiten gesetzt. Nicht komplette Läufe werden altersklassenübergreifend zusammengelegt.

3. Veranstaltungen

Mit der Meldung ist die Erklärung der Sportgesundheit gem. WB, Allgemeiner Teil, § 7 abzugeben. Die Wettkämpfe WK 13 und 22 werden ohne Altersklasseneinteilung geschwommen. Bei WK 13 erfolgt nach 50 m Schwimmerwechsel. Schwimmer/innen dürfen auch an den Flossenschwimmwettkämpfen teilnehmen, dabei ist Schnorchel keine Pflicht. Mit Abgabe der Meldung wird das Einverständnis zur Speicherung personenbezogener Daten, zur Veröffentlichung der Meldeergebnisse und Bestenlisten und zur kostenfreien Nutzung erstellter Fotos und Filmaufnahmen gegeben. Die Meldungen von Vereinen sind in elektronischer Form nach aktuellem DSV- oder LENEX-Standard inkl. Meldeliste und Meldebogen abzugeben. In der Meldung sind die Vereins- und Schwimmer-ID's sowie die Landesverbandskennziffer anzugeben. Die Wettkampfdefinitionsdateien stehen unter <http://www.lsv-sachsen.de> zur Verfügung. Meldungen von interessierten Bürgern des Freistaates Sachsen können auch formlos an die Meldeanschrift erfolgen.

Meldeanschrift	per Post: Sally Lindner, Käthe-Kollwitz-Str. 66, 09599 Freiberg oder per E-Mail: meldung1@swim-time.de
Meldeschluss	14.09.2018; 24:00 Uhr, bei Meldeanschrift; später eingehende Meldungen, Um- und Abmeldungen sowie unvollständige Meldungen können nicht berücksichtigt werden.

Bestimmungen Finswimmingwettbewerbe

Wettbewerbe	Einzelwertung Master A, B, C, D, E; Masterstaffeln 1 und 2
Teilnahme	Teilnahmeberechtigt sind nichtlizenzierte Teilnehmer, interessierte Bürger des Freistaates Sachsen und alle Vereine und deren Sportler/innen mit gültigem Startrecht für Finswimmingwettbewerbe. Masterkategorien Einzelwertung: Master A 1993 - 1984, Master B 1983 - 1975, Master C 1973 – 1965, Master D 1963 – 1954, Master E 1953 und älter; Masterstaffelkategorien (Gesamalter der 4 Starter): Master I = bis 176 Jahre, Master II = 177 Jahre und älter; Wertung Landes-Seniorensportspiele ab AK 40! Für den gesamten Wettkampf gilt die „Zwei-Start-Regel“. Schnorchel ist keine Pflicht. Flossenschwimmer/innen können auch an den Schwimmwettkämpfen teilnehmen.
Informationen	Es gelten die Wettkampfbestimmungen für das Flossenschwimmen des VDST und nachfolgende Ergänzungen sowie die Wettkampfordnung in der gültigen Fassung sowie ergänzende Bestimmungen der Ausschreibung. Die sportärztliche Untersuchung darf am Wettkampftag nicht älter als ein Jahr sein. Wettkämpfer ohne gültige ärztliche Untersuchung werden vom Wettkampf ausgeschlossen. Für alle DTG-Disziplinen dürfen nur Druckluftflaschen mit gültiger TÜF-Untersuchung verwendet werden. Die Gefahrgutverordnung ist zu beachten. Mit Abgabe der Meldung wird das

3. Veranstaltungen

Einverständnis zur Speicherung personenbezogener Daten, zur Veröffentlichung der Meldeergebnisse und Bestenlisten und zur kostenfreien Nutzung erstellter Fotos und Filmaufnahmen gegeben. Die Meldungen von Vereinen sind in elektronischer Form nach aktuellem DSV- oder LENEX-Standard inkl. Meldeliste und Meldebogen abzugeben. Die Wettkampfdefinitionsdateien stehen unter <http://www.lsv-sachsen.de> zur Verfügung. Meldungen von interessierten Bürgern des Freistaates Sachsen können auch formlos an die Meldeanschrift erfolgen. Genaue Informationen sind unter www.lsv-sachsen.de zu finden.

- Meldeanschrift** per Post: Sally Lindner, Käthe-Kollwitz-Str. 66, 09599 Freiberg oder per E-Mail: meldung1@swim-time.de
- Meldeschluss** 14.09.2018; 24:00 Uhr, bei Meldeanschrift; später eingehende Meldungen, Um- und Abmeldungen sowie unvollständige Meldungen können nicht berücksichtigt werden.



21 Segeln

- Ausrichter** Segler-Verband Sachsen, Seglerverein Leipzig Südwest
- Wettkampfort** Kulkwitzer See, Nordwestufer, Hafenstandort des Seglervereins Leipzig Südwest, Leipziger Str., 04442 Markranstädt
- Wettbewerbe** Segelregatten nach vereinfachten Wettfahrtregeln
- Teilnahme** gesonderte Wertung der Teilnehmer ab 50 Jahre, Nachweis der Mitgliedschaft im Sportverein aus Versicherungsgründen erforderlich, Teilnahme mit eigenem Boot/ Mitsegelmöglichkeit
- Zeitplan** Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr erste Wettfahrt, weitere Starts im Anschluss, gegen 16:00 Uhr Siegerehrung (nach letzter Wettfahrt)
- Informationen** Es gelten die Sicherheitsvorschriften und Bestimmungen der ISAF und des austragenden Vereins. Die Wertung aller Teilnehmer-Boote erfolgt nach Yardstick-Wertung. Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Geeignete Ausrüstung und Befähigungsnachweise/Bootspapiere sind auf Verlangen der Behörden vorzuzeigen. Die Teilnahme ist nur bei Anerkennung der Vereins- und Hafenordnung und der Sicherheitsanweisungen der Wettfahrtleitung möglich.
- Meldeanschrift** Seglerverein Leipzig Südwest, www.svlsw.de oder Seglerverband Sachsen, Kirschallee 1, 04416 Markkleeberg, Tel./Fax: 0341 9831140, E-Mail: gs@segeln-sachsen.de
- Meldeschluss** 22.09.2018, bis 09:00 Uhr im Wettfahrtbüro (Aushang Vereinsgelände beachten)

3. Veranstaltungen



22 Sportschießen

Ausrichter	Sächsischer Schützenbund, Leipziger Schützengesellschaft, Schießsportclub Neiden
Wettkampfort	Schützenhof Leipzig, Hans-Driesch-Str. 2b, 04179 Leipzig und Schießstand Neiden, Am Österreicher, 04860 Neiden
Wettbewerbe	Einzelwertung in den Wettkampfklassen laut Sportordnung des DSB. Leipzig: Luftgewehr/Luftpistole 10 m freihändig; Luftgewehr/Luftpistole 10 m Auflage; Sportpistole 30 Schuss Genauigkeit; Sportpistole Auflage; Freie Pistole Auflage; KK-Gewehr Auflage 100 m; KK-Gewehr Auflage 50 m; KK-Gewehr 60 Schuss liegend; KK-Gewehr 30 Schuss liegend Auflage, Neiden: Flinte Trap und Skeet 50 Scheiben; Laufende Scheibe Luftgewehr und Kleinkaliber. Auflagedisziplinen nur in Seniorenklassen 1-5!
Teilnahme	Mit dem Schießsport verbundene und „junggebliebene“ Senioren, die 41 Jahre und älter sind. Alle Teilnehmer haben die Möglichkeit, mit dem Teilnehmerausweis an einer Schießdisziplin bei den Seniorenspielen teilzunehmen. Damen-Altersklasse 2/Herren-Altersklasse 2 Seniorinnen und Senioren Altersklassen 1-5 Körperbehinderte Teilnehmer dürfen die im Wettkampffpass eingetragenen Hilfsmittel gemäß 0.7.3., ff SpoO verwenden. Die Wertung erfolgt gemäß Sportordnung des DSB.
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, ab 08:00 Uhr Anmeldung der Teilnehmer am Schützenhof, 09:00 Uhr Beginn der Wettkämpfe, 15:30 Uhr Kaffeetafel des SSB, 16:30 Uhr Wettkampfe, 17:00 Uhr Siegerehrung
Informationen	Ein Start in mehreren Disziplinen ist bei Einhaltung des zeitlichen Ablaufes möglich. Die Benutzung einer Waffe durch mehrere Schützen kann nur bedingt berücksichtigt werden. Es sind nur Waffen und Munition lt. Sportordnung zugelassen. Für Waffen und Munition sind die Teilnehmer selbst verantwortlich. Es besteht die Möglichkeit, beim Ausrichter Waffen auszuleihen und Munition zu erwerben. Eine organisierte Kaffeetafel ist kostenlos. Leistungsabzeichen des SSB und DSB können bei Erfüllung der Normen erworben werden. Weitere Informationen unter www.saechsischer-schuetzenbund.de
Meldeanschrift	Sächsischer Schützenbund, Postfach 317, 04165 Leipzig
Meldeschluss	02.07.2018, verbindliche Meldung mit folgenden Angaben: Name, Vorname, Geburtsdatum, Wettkampfmeldung, Verein; Unterkünfte können bei der Leipziger SG bestellt werden

3. Veranstaltungen



23 Tanzsport

Ausrichter	Landestanzsportverband Sachsen, 1. TSC Grün-Gold Leipzig 1947
Wettkampfort	Sporthalle Leplaystrasse, Leplaystr. 11, 04103 Leipzig
Wettbewerbe	Standard- und Lateinamerikanische Tänze in zwei Altersklassen. Getanzt werden: Langsamer Walzer, Tango, Quickstepp, Cha-Cha, Rumba, Jive
Teilnahme	Altersgruppen bis 50 Jahre und ab 50 Jahre, wobei sich die Alterseinteilung nach dem jüngeren Tanzpartner richtet.
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 10:00 Uhr Eröffnung und Eintanzen; 10:30 Uhr Standard AK 2, 11:00 Uhr Standard AK 1, 11:30 Uhr Latein AK 2, 12:00 Uhr Latein AK 1
Informationen	Paare der älteren Gruppe haben die Möglichkeit, zusätzlich bei der jüngeren Gruppe mitzutanzten. Info unter www.Gruen-Gold-Leipzig.de . Es gilt die Breitensportordnung des Landestanzsportverbandes Sachsen.
Meldeanschrift	Lisa-Marie Reichert, sport@gruen-gold-leipzig.de oder Tilo Kaiser, Kerstin-Tilo@t-online.de , Bautznerstr. 62, 04347 Leipzig, Tel/Fax.: 0341-2349979
Meldeschluss	14.09.2018



24 Tennis

Ausrichter	Sächsischer Tennis Verband, TSV 1893 Leipzig-Wahren, Abtl. Tennis
Wettkampfort	Tennisanlage des TSV 1893 Leipzig-Wahren, An der Elster 1, 04159 Leipzig
Wettbewerbe	Tennisturnier, Tennis-Einzel Damen und Herren und/oder Doppel und/oder Mixed in Abhängigkeit der Teilnehmerzahl, Gruppenspiele je nach Anzahl der Teilnehmer, evtl. Spiel nach Zeit
Teilnahme	Damen/Herren 50+ (Jahrgang 1968 und früher), Mitglieder eines Tennisvereins des STV
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 09:00 – 16:00 Uhr, 08:30 Uhr Sign-In, 09:00 Uhr Auslosung, danach Beginn der Wettbewerbe
Informationen	Modus in Abhängigkeit der endgültigen Meldezahl (siehe auch gesonderte Fachauschreibung); es gilt die Wettspielordnung des STV; eine detaillierte Ausschreibung wird erstellt und im STV veröffentlicht
Meldeanschrift	online-Anmeldung über STV-Turnierkalender www.stv-tennis.de/turniere oder per E-Mail: info@tennis-im-gruenen.de
Meldeschluss	18.09.2018 (Posteingang)

3. Veranstaltungen

▶▶▶▶▶▶▶▶ **25 Tischtennis**

Ausrichter	Sächsischer Tischtennis-Verband, mit der Durchführung beauftragt: Tischtennis-Verband Leipzig-Stadt, Leipziger TTV „Leutzscher Fuchse“
Wettkampfort	Sporthalle Käthe-Kollwitz-Schule, Uhlandstr./Eingang Wielandstr., 04177 Leipzig
Wettbewerbe	Einzelturniere Frauen und Männer, Vorrunde in Vierer-Gruppen „jeder gegen jeden“, danach Endrunden der Gruppenersten, -zweiten, -dritten und -vierten im einfachen KO-System (Nur die Gruppenersten ermitteln den Sieger der Landes-Seniorensportspiele)
Teilnahme	Frauen und Männer in den AK 40 - 49, AK 50 - 59, AK 60 und älter in den Kategorien „Wettkampfspieler“ (Kreisebene) und „Hobbyspieler“
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, 11:00 – 16:00 Uhr
Informationen	Die Meldungen enthalten Name, Vorname, Geb.-Datum, Verein, Wettkampfsportler (W) oder Hobbyspieler (H). Verpflegung ist von den Teilnehmern eigenständig zu sichern.
Meldeanschrift	Manfred Tschörner, Müllerring 73, 04158 Leipzig, Tel.: 0341-4619859, E-Mail: tschorner@sttv.de
Meldeschluss	31.08.2018

▶▶▶▶▶▶▶▶ **26 Volleyball**

Ausrichter	Sächsischer Sportverband Volleyball
Wettkampfort	Sporthalle Sportoberschule, Goyastr., 04105 Leipzig
Wettbewerbe	Volleyballturnier (Senioren-Meisterschaft 50 Jahre und älter)
Teilnahme	Herren ab 50 Jahre und älter; Sonderbestimmung: Frauen ab 45 Jahre können die Mannschaft ergänzen
Zeitplan	Sonnabend, 22.09.2018, ab 09:00 Uhr Meldung, 09:30 Uhr Eröffnung, 10:00 Uhr Turnierbeginn, Siegerehrung nach Abschluss
Informationen	Volleyball nach den klassischen Regeln (6 vs. 6), angepasste Netzhöhe 2,38m, Anzahl der Gewinnsätze ist abhängig von der Anzahl der Mannschaftsmeldungen (voraussichtlich 2 Gewinnsätze)
Meldeanschrift	Sächsischer Sportverband Volleyball, Martin Nemcek, Am Sportforum 3, 04105 Leipzig, nemcek@ssvb.org, 0341 9605621
Meldeschluss	01.08.2018

3. Veranstaltungen

3.2. Workshops

Der Landessportbund Sachsen und seine Landesfachverbände und Vereine laden zu attraktiven praktischen und theoretischen Workshops für Jedermann ein. Unter fachkundiger Anleitung können sich alle Interessenten an den vielfältigen gesundheits- und fitnessorientierten Workshops beteiligen.

- **Workshops Praxis für Jedermann (WSP), Workshops Wissen 1 für Jedermann (WSW1)**

- Veranstaltungsort** Die Workshops finden in den Sporthallen und Seminarräumen der SWF, Jahnallee 59, 04109 Leipzig, der Schwimmhalle Mainzer Str. und des Sportgymnasiums Leipzig, Marschner Str. 30, 04109 Leipzig statt. Die Veranstaltungsorte für die Angebote Judo, Wandern und die Kanutour sind in den Ausschreibungen extra ausgewiesen.
- Meldeverfahren** Meldungen zur Teilnahme an den Workshops sind ab sofort auf den in der Ausschreibungsbroschüre und im Internet abgedruckten Meldeformularen per Post/E-Mail möglich. Landessportbund Sachsen, Fachbereich Breitensport, Goyastraße 2 d, 04105 Leipzig, brandt@sport-fuer-sachsen.de. Meldeschluss für die Teilnahme an den Workshops ist der 17. August 2018, Nachmeldungen sind am Tag der Veranstaltung in begrenztem Umfang im Organisationsbüro möglich.

▶ ▶ ▶ ▶ ▶ ▶ **Kreativ Bewegen und Spaß haben - STV-GYMWELT-Workshop für Vereinsgruppen**

Hier wird die Idee wiederbelebt, das Leistungsvermögen älterer Menschen in kleinen choreographierten Vorführungen zu präsentieren und aufzuzeigen, welche sportlichen Übungsformen besonders Freude bereiten, die körperliche, geistige und seelische Gesundheit im Vereinssport fördern und vor allem zum Nach- und Mitmachen animieren. Der Workshop stellt eine reichhaltige Ideenbörse dar und bietet die ideale Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch. Die begleitende Moderation wird eine Verknüpfung von gezeigten Inhalten und deren gesundheitsförderlicher Wirkung für die ältere Generation herstellen und über weitere Aktionsangebote informieren. Bewertungen im Sinne von Rangfolgen sind nicht vorgesehen. Die teilnehmenden Gruppen erhalten ein spezielles Zertifikat des Sächsischen Turn-Verbandes. Der Workshop ist offen für alle Interessenten, die sich die Präsentationen anschauen möchten. Zuschauer sind daher ausdrücklich herzlich willkommen!

- Workshop/Zeit** **WSP 01** 12:15 – 13:45 Uhr
- Hinweise** Angebot des Sächsischen Turnverbandes. Rahmenbedingungen für die Präsentationen: Dauer der Präsentation: max. 5 Minuten, maximal 2 Vorführungen pro Vereinsgruppe, Gruppengröße: 3 – 15 Personen, Größe der Vorführfläche: ca. 6 x 5 m, Fläche ist ebenerdig, Musikanlage (CD) vorhanden. Interessierte Gruppen melden ihre

3. Veranstaltungen

Mitglieder als Teilnehmer der Landes-Seniorensportspiele an und buchen u. a. den Workshop „Kreativ bewegen und Spaß haben“. Die teilnehmenden Gruppen erhalten nach erfolgter Anmeldung einen speziellen Meldebogen zur Präsentation. Die Reihenfolge der Vorführungen wird zu Workshopbeginn bekannt gegeben.

▶▶▶▶▶▶▶ **AROHA - Sinnliches Workout für Körper, Geist und Seele**

Das Angebot ist ein effektives und gelenkschonendes Herz-Kreislauftraining im ¾-Takt. Kraftvolle und entspannende Elemente wechseln sich ab. AROHA fördert das Selbstbewusstsein und lässt die Teilnehmer ihre körperliche und geistige Kraft spüren. Die Übungsfolgen sind effektiv und unkompliziert und unterstützen die Festigung von Gesäß, Oberschenkel und Bauch.

Workshop/Zeit **WSP 02** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 04** 13:30 – 14:15 Uhr
Hinweise Angebot des Landessportbund Sachsen, Kursleiterin: Regina Paul. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf ca. 30 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶▶ **KAHA - mobilisierend und beruhigend**

KAHA ist ein Angebot, das kräftigt, dehnt und entscheidende Muskelgruppen entspannt. Inspiriert vom Yoga, Taiji und Quigong führt es zur inneren Ruhe. Durch langsame, fließende Bewegungen und unterstützt durch Musik aus Neuseeland, Samoa und Hawaii werden Emotionen und Motivationen verstärkt und eine gesunde Balance zwischen Beweglichkeit und Stabilität des Körpers gefördert.

Workshop/Zeit **WSP 03** 12:15 – 13:00 Uhr **WSP 05** 14:45 – 15:30 Uhr
Hinweise Angebot des Landessportbund Sachsen, Kursleiterin: Regina Paul. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf ca. 30 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶▶ **Alltags-Fitness-Test (AFT) + Gleichgewichtstest + Koordinationstest**

Es werden drei Tests angeboten, die Fitness (Beinkraft, Armkraft, Ausdauer, Hüftbeweglichkeit, Schulterbeweglichkeit und Geschicklichkeit, alltagsrelevant), Gleichgewicht und Koordination überprüfen.

Workshop/Zeit **WSP 06** 11:00 Uhr, 12:00 Uhr, 13:00 Uhr, 15:00 Uhr
Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Luise Köhler/Detlef Herzfeld/Leichtathletik-Verband Sachsen. Anmeldungen sind auch vor Ort möglich. Alle Tests können auch einzeln absolviert werden.

3. Veranstaltungen

▶▶▶▶▶▶ Zumba Gold - Latin Dance Fitness für Ältere

Zumba Gold ist ein tolles, mitreißendes und weltweit erfolgreiches Tanz-Workout zu lateinamerikanischen Rhythmen, speziell für ältere Menschen. Zu motivierender Musik und gut nachvollziehbaren Schritten kann man in entspannter Gruppenatmosphäre freudvoll die Hüften schwingen.

Workshop/Zeit **WSP 07** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 08** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 09 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 10** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiter: René Rößler. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 40 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶ Qigong

Nach einer kurzen Einführung in Qigong als eine Heilmethode der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) wird gemeinsam geübt. Beim Qigong werden sanft elastische, rund spiralförmige, dehnende Bewegungen mit regulierter Atmung in Einklang gebracht. Das langsame Bewegen aktiviert Muskeln, Sehnen und Bänder. Gleichzeitig wird das Gleichgewichts- und Koordinationsvermögen trainiert.

Workshop/Zeit **WSP 11** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 12** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 13 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 14** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiterin: Stefanie Schmidt. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 25 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶ Stark sein in Gefahrensituationen

Im Alter ist man nicht wehrlos. Die Teilnehmer an diesem Angebot lernen einfache Bewegungsabläufe um mögliche Gefahren frühzeitig zu erkennen und abwehren zu können. Diese alltagstauglichen Verhaltensregeln sind für alle anwendbar.

Workshop/Zeit **WSP 15** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 16** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 17 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 18** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot der Taekwondo Union Sachsen, Kursleiter: Bodo Winkler, Heike Winkler
Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 25 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

3. Veranstaltungen

▶▶▶▶▶▶▶ **Körperbalance**

Bei diesem ganzheitlichen Mix werden Elemente aus dem Faszientraining, Pilates und Schwunggymnastik zu fließender Musik verbunden. Die kontrollierte Atmung ist dabei ein wichtiger Bestandteil, während der gesamte Körper gekräftigt und gedehnt wird. Dieses Workout ist eine Wohltat für Körper, Geist und Seele. Die Teilnehmer sollen sich danach ausgeglichen und entspannt fühlen.

Workshop/Zeit **WSP 19** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 20** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 21 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 22** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiterin: Susann Fritzsche. Ein Handtuch und bequeme Kleidung sind empfehlenswert. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 35 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶▶ **Pilates**

Das Angebot bietet abwechslungsreiche Übungsideen, um Dynamik, Kraft und Beweglichkeit der Wirbelsäule zu verbessern. Das Rückentraining soll nicht nur Spaß machen, sondern auch effektiv und wirksam sein. Dazu werden Tipps und Anregungen für ein modernes, altersgerechtes Rückentraining geliefert und Möglichkeiten aufgezeigt, wie die Haltemuskulatur gekräftigt, die Wirbelsäule entlastet und Verspannungen gelöst werden können. Die regelmäßige Umsetzung kann Haltungsschäden ausgleichen oder vorbeugen.

Workshop/Zeit **WSP 23** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 24** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 25 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 26** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiterin: Katrin Kimuanga. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 30 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶▶ **Bewegung und Spaß - ein alltagstaugliches Gehirntraining mit Kleingeräten**

Bewegungstraining muss Spaß machen! Vorgestellt werden Kleingeräte, Alltagsmaterialien, instabile Unterlagen und kleine Übungen zur Aktivierung der Gehirnhälften. Abwechslungsreiche Bewegungsgestaltung nach Musik fördert die Konditionierung des Herzkreislaufsystems und setzt vielfältige Belastungsreize. Die Bewegungserfahrungen können gut im Alltag eingesetzt werden.

Workshop/Zeit **WSP 27** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 28** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 29 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 30** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Sächsischen Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes, Kursleiter: Dr. Kurt Schilbach. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 30 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

3. Veranstaltungen

▶▶▶▶▶▶▶ **Bewegung geht immer - Tanz und Gymnastik im Sitzen**

Dieses Angebot ist speziell auf die körperlichen, psychischen und sozialen Gegebenheiten älterer Menschen abgestimmt. Es bietet den Teilnehmern die Möglichkeit, Körper, Geist und Seele zu aktivieren. Durch spielerische Übungen werden Kreislauf, Beweglichkeit, Konzentrations-, Koordinations- und Reaktionsfähigkeit gefördert. Zudem wirken schwungvolle Musik, gemeinsamer Spaß und Lachen in einer Gruppe verbindend.

Workshop/Zeit **WSP 31** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 32** 12:15 – 13:00 Uhr
WSP 33 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 34** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiter: Alexander Gepting. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 25 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶▶ **Wandern - Auf den Spuren alter Straßenbahnen**

Diese geführte Wanderung ist 10 km lang, Jahnallee – Elsterflutbett – Auensee (Parkeisenbahn) – historisches Straßenbahnmuseum – Rückfahrt mit Stadtrundfahrt. Höhepunkt sind der Besuch und Führung im historischen Straßenbahnmuseum. Das Angebot ist offen für alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Weitere Infos ab Mai 2018 unter www.swbv.de.

Workshop/Zeit **WSP 35** Treff: 10:45 Uhr, Start: 11:00 Uhr, Ziel ca. 15:30 Uhr,
Start und Ziel: Campus SWF, Jahnallee 59, 04109 Leipzig

Hinweise Angebot des Sächsischen Wander- und Bergsportverbandes und des Allgemeinen Leipziger Wandervereins. Meldungen an: Sächsischer Wander- und Bergsportverband, Geschäftsstelle, Blumenstr. 80, 01307 Dresden,
E-Mail: geschaeftsstelle@swbv.de, Tel.: 0351 44039350. Die Teilnahmegebühr ist im Voraus auf das Konto des Sächsischen Wander- und Bergsportverbandes (DE14850501000003212980) zu überweisen. Meldetermin ist der 15.08.2018

▶▶▶▶▶▶▶ **Nordic Walking**

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der schnelles Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird. In diesem Angebot steht das Ausdauertraining entsprechend der Voraussetzungen der Teilnehmer an erster Stelle. Dazu gibt es wichtige Tipps zu Technik, Material und zum richtigen Üben alleine und in der Gruppe.

Workshop/Zeit **WSP 36** 11:00 – 12:30 Uhr **WSP 37** 13:30 – 15:00 Uhr

Hinweise Angebot des Leichtathletikverband Sachsen. Der Workshop richtet sich an alle Interessenten. Stöcke können ausgeliehen werden. Es ist auf wettergerechte Kleidung und Schuhwerk zu achten.

3. Veranstaltungen

▶▶▶▶▶▶ **Aquafitness im Flachwasser**

Die Teilnehmer lernen abwechslungsreiche und vielfältige Bewegungsformen aus der Übungspraxis kennen, die eine altersgerechte Schulung der Motorik, des Herz-Kreislauf-Systems und der Bewegungskoordination erlauben. Vorhandene Gelenkbeschwerden und Sturzängste werden durch die angenehme Wassertemperatur und den hydrostatischen Auftrieb des Wassers gemindert.

Workshop/Zeit **WSP 38** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 39** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 40 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 41** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Sächsischen Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes, Kursleiterin: Christina Böhme. Die Wassertiefe beträgt ca. 1m. Badebekleidung ist von den Teilnehmern mitzubringen. Die Teilnehmerzahl pro Übungsstunde ist auf ca. 15 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den angegebenen Zeiten wiederholt.

▶▶▶▶▶▶ **Tanz Dich fit**

Tanz dich fit – lässt Kalorien schmelzen, fördert die Koordination und das Gemeinschaftsgefühl. Die Teilnehmer lernen mit speziell ausgewählter Musik verschiedenste Tänze vom Bundesverband Seniorentanz im Block, im Kreis oder in der Gasse kennen. Schnell werden gemeinsam Choreographien absolviert und man spürt, wie gut sich das Tanzen auf den Körper auswirkt.

Workshop/Zeit **WSP42** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP43** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP44 13:30 – 14:15 Uhr **WSP45** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiterin: Silke Trzinka. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnehmerzahl pro Übungsstunde ist auf 40 Personen beschränkt.

▶▶▶▶▶▶ **Rücken fit - Kräftigen, Dehnen, Lockern**

Wie kann man dafür sorgen, dass der Rücken beweglich, schmerzfrei und kräftig bleibt - gemeinsam soll die Antwort auf diese Frage am eigenen Körper gegeben werden. Es wird ein Übungsprogramm absolviert, bei dem der Rücken auf seine Kosten kommt und so hoffentlich noch viele Jahre ein beschwerdefreier Begleiter durchs Leben ist. Es wird gekräftigt, gedehnt und gelockert, es werden aber auch Anleitungen für ein eigenständiges Üben zur Aufrechterhaltung und Verbesserung der eigenen Rückengesundheit gegeben.

Workshop/Zeit **WSP 46** 11:00 – 11:45 Uhr **WSP 47** 12:15 – 13:00 Uhr
 WSP 48 13:30 – 14:15 Uhr **WSP 49** 14:45 – 15:30 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiter: Marc Heidenreich. Die Teilnehmerzahl pro Übungsstunde ist auf 30 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

3. Veranstaltungen

▶▶▶▶▶▶▶ **Kanuwandertour „Leipziger Runde“**

Die geführte Rundpaddeltour führt über die Weiße Elster und das Elsterflutbett. Das Angebot ist offen für alle interessierten Bürgerinnen und Bürger. Die Teilnehmer werden von erfahrenen Kanuwandersportlern in Zweierbooten (Kajak oder Canadier) mitgenommen.

Workshop/Zeit **WSP 50** 09:00 Uhr Treff am Bootshaus, 09:30 Uhr Eröffnung/Einweisung/Einteilung der Boote, 10:00 Uhr Tourstart, 11:00 Uhr Pause am Leipziger Kanu-Club, gegen 12:30 Uhr Rückkehr, Imbiss, Verabschiedung. Bootshaus SC DHfK Leipzig, Klingerweg 2, 04229 Leipzig

Hinweise Angebot des Sächsischen Kanu-Verbandes und des SC DHfK Leipzig, Abteilung Kanu, Tourleiter: Ralf Strenge, 01774007595. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, dabei ist gute Schwimmbefähigung Voraussetzung. Bootsmaterial kann nach Anmeldung zur Verfügung gestellt werden.

Meldungen bis 14.09.2018 an: Sächsischer Kanu-Verband, Goyastr. 2d, 04105 Leipzig, Tel. 0341 9839121, info@kanu-sachsen.de

▶▶▶▶▶▶▶ **Judospezifischer Technikworkshop, Selbstverteidigung**

Der Workshop beschäftigt sich mit den Themen Kata, Selbstverteidigung, Randori, Technik. Teilnahmeberechtigt sind Judoka und Interessenten ab 30 Jahre (Masters)

Workshop/Zeit **WSP 51** Block 1 09:00 – 10:15 Uhr, Block 2 10:30 – 12:00 Uhr, Block 3 13:00 – 14:00 Uhr, Block 4 14:15 – 15:15 Uhr, Block 5 15:30 – 16:30 Uhr

Sportforum Leipzig, Judohalle BSP Leipzig Nordanlage, Am Sportforum 5, 04105 Leipzig
Hinweise Angebot des Judoverband Sachsen. Meldungen an: Judoverband Sachsen, Goyastr. 2 d, 04105 Leipzig, Tel./Fax: 0341 2171666/9137764, E-Mail: office@judoverbandsachsen.de oder über Landessportbund Sachsen. Meldetermin ist der 13.09.2018

▶▶▶▶▶▶▶ **Gesunde Ernährung bei Arthrose, Arthritis und Rheuma**

Es existieren Hinweise darüber, dass es Stoffe in unserer Nahrung gibt welche entweder entzündungsfördernd oder entzündungshemmend im Körper wirken können. Demnach können Arachidonsäure und Co. bestehende Gelenkschmerzen eher noch verschlechtern, wohingegen andere Nahrungsinhaltsstoffe die Mühlräder des Verschleißes etwas langsamer drehen lassen. Im Workshop kann dieses Thema gemeinsam theoretisch und praktisch erarbeitet werden. Dazu gibt es schnelle Rezepte mit vielen Antioxidantien und Omega-3-Fettsäuren zum Ausprobieren, die gelenkfreundliche, antientzündliche Ernährung im Alltag umsetzen.

Workshop/Zeit **WSW1 01** 11:00 – 12:30 Uhr **WSW1 02** 13:30 – 15:00 Uhr
Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiter: René Dolge. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 25 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

▶ ▶ ▶ ▶ ▶ ▶ **Kleine Sportverletzungen naturheilkundlich behandeln -
kleine homöopathische Hausapotheke**

In diesem Workshop erfährt man, wie man leichte Sportverletzungen naturheilkundlich selbst behandeln kann. Schwere Sportverletzungen gehören immer in die Hand eines erfahrenen Arztes. Aber leichte Schürfwunden, Prellungen, ein leicht verstauchter Fuß oder Ähnliches kann man auch ohne Probleme selbst behandeln. Es werden ein paar bekannte Krankheitsbilder erklärt und passende Arzneien bzw. Therapien aufgezeigt. Die Homöopathie geht auf Samuel Hahnemann zurück. Er formulierte das Postulat der Potenzierung, die bis heute Gültigkeit hat und breite Anwendung in der Alternativmedizin findet. Man erfährt, wie man potenziert, was Potenzen sind und die wichtigsten Einzelmittel der Hausapotheke.

Workshop/Zeit **WSW1 03** 11:00 – 12:30 Uhr **WSW1 04** 13:30 – 15:00 Uhr
Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiter: Solveig Reich. Die Teilnehmerzahl pro Workshop ist auf 25 Personen beschränkt und die Inhalte werden zu den genannten Zeiten wiederholt.

● **Workshops Wissen 2 für Übungsleiter**

Diese Workshops des Landessportbundes Sachsen werden durch den Bereich Bildung gestaltet und richten sich ausschließlich an Übungsleiter. Es handelt sich um Fortbildungsangebote, die für die Verlängerung der Lizenzen angerechnet werden können. Die LE sind in einem Zertifikat ausgewiesen.

▶ ▶ ▶ ▶ ▶ ▶ **Plattformschulung - Anleitung zur Beantragung von
Gesundheitssportangebote „Sport Pro Gesundheit“**

Das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ zeichnet von Krankenkassen anerkannte Gesundheitssportkurse entsprechend klar definierter Ziele und Qualitätskriterien aus. In diesem Workshop werden u.a. folgende Inhalte vermittelt: kurze Einführung zum Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“, Beantragung von Gesundheitssportkursen mit dem Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ (praktische Einweisung in die Serviceplattform „Sport pro Gesundheit“ - es wird der Aufbau und die Handhabung der Serviceplattform vorgestellt).

Workshop/Zeit **WSW2 01** 11:00 – 12:30 Uhr **WSW2 02** 13:30 – 15:00 Uhr
Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiter: Peter Schütze. Die Teilnehmerzahl pro Übungsstunde ist auf 20 Personen beschränkt.

▶▶▶▶▶▶▶ **Das AlltagsTrainingsProgramm (ATP), 8LE**

Neu, wirkungsvoll und lebensnah: Das AlltagsTrainingsProgramm (ATP) will ältere Menschen ab 60 Jahren zu mehr Bewegung anregen. Das ATP wurde im Rahmen des Programms „Älter werden in Balance“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf der Grundlage aktueller sportwissenschaftlicher Erkenntnisse entwickelt. Das ATP ist ein 12-wöchiges, standardisiertes Kursprogramm, das von Sportvereinen angeboten werden kann. Es richtet sich an sportlich inaktive Menschen über 60 Jahre. In den jeweils 60-minütigen Kurseinheiten werden verschiedene Alltagssituationen und Tätigkeiten (z. B. Treppensteigen, Tragen, Auf- und Hinsetzen oder Stützen) genutzt, um diese als Übungs- und Trainingsmöglichkeit zu erkennen und zu nutzen.

Inhalte: Einführung in das AlltagsTrainingsProgramm (ATP) – Philosophie, Zielgruppe, Zielsetzungen, Umsetzung, Rahmenbedingungen, didaktisch-methodisches Grundverständnis; Kursaufbau und -inhalte mit der exemplarischen Durchführung von zwei Modellstunden; Besonderheiten des ATP; Organisation und Durchführung eines ATP-Kurses; Qualitätssicherung.

Workshop/Zeit **WSW2 03** 09:30 – 16:00 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiterin: Silvia Seifert. Die Teilnehmerzahl pro Übungsstunde ist auf 20 Personen beschränkt.

▶▶▶▶▶▶▶ **Fit im Alter - Sturzprävention Fortbildung zum Thema Ältere/Gesundheit, 8 LE**

Stürze bei älteren Menschen stellen ein weit verbreitetes und ernsthaftes Problem für die Gesundheit der Betroffenen, mit teilweise schwerwiegenden Konsequenzen, dar. Etwa 30 Prozent der Menschen über 65 Jahre stürzen mindestens einmal pro Jahr. Bei Menschen über 80 Jahren liegt der Anteil sogar bei 40 bis 50 Prozent. Die nachlassende Gleichgewichtsfähigkeit gehört bei älteren Menschen zu den häufigsten Gründen, einen Arzt aufzusuchen.

Viele ältere Menschen sind zwar sportlich aktiv, ein gezieltes Gleichgewichts- und Koordinationstraining findet meist nicht statt. In dieser Fortbildung geht es um Ursache von Stürzen und die praktische Umsetzung von Prophylaxe im Zusammenspiel mit gezielten Bewegungsprogrammen. Es erfolgt eine Einweisung in das 10-wöchige Standardprogramm „Sturzprävention“. Inhalte: Information und Reflexion; Training der motorischen Fähigkeiten; Beweglichkeit erhalten – Stürze verhindern; Training alltagsnaher Bewegungsabläufe; Erlernen von Anti-Sturzstrategie.

Workshop/Zeit **WSW2 04** 09:30 – 16:00 Uhr

Hinweise Angebot des Landessportbundes Sachsen, Kursleiterin: Peggy Brennecke. Die Teilnehmerzahl pro Übungsstunde ist auf 20 Personen beschränkt.

3.3 Abschlussveranstaltung „Sportcafé“

Der Landessportbund Sachsen organisiert ein buntes Unterhaltungsprogramm aus Show, interessanten Gesprächen mit Überraschungsgästen, einem Sportquiz und einer Tombola. Gesonderte Vorbestellungen sind beim Landessportbund Sachsen wegen begrenzter Kapazität notwendig!

Code/Zeit **CAFE** 16:00 – 17:30 Uhr

Mensa Sportcampus der SWF, Jahnallee 59, 04109 Leipzig

Hinweise 5,- € (Kuchen, Kaffee und alkoholfreie Getränke inklusive).

Meldeschluss: 17.08.2018, es können nur die ersten 220 Anmeldungen berücksichtigt werden.



M1 | Workshops

Meldeschluss: 17.08.2018 an: Landessportbund Sachsen |
Fachbereich Breitensport | Goyastraße 2d | 04105 Leipzig |
E-Mail: brandt@sport-fuer-sachsen.de



1. Vereinsanmeldung

Verein	Vereinsnummer im LSB
Anschrift	PLZ Ort
Ansprechpartner	
Telefon	E-Mail
Gesamtanzahl der Teilnehmer	<input type="text"/>

2. Einzelanmeldung

Name, Vorname	
Anschrift	PLZ Ort
Telefon	E-Mail

Workshopnummer	Anzahl Teilnehmende	Ausweichworkshop

Datum, Unterschrift

„Sportcafé“

lädt zum Abschluss der Landes-Seniorensportspiele ein

Einer schönen Tradition folgend, werden auch die diesjährigen Landes-Seniorensportspiele am 22. September in Leipzig mit einem unterhaltsamen kulturell-geselligen Teil zu Ende gehen. Ab 16:00 Uhr lädt dazu das „Sportcafé“ alle Teilnehmer der Spiele aber auch Interessenten, die sich am sportlichen Teil der Spiele nicht beteiligen konnten, in die Mensa der Sportwissenschaftlichen Fakultät auf dem Campus der Jahnallee ein. Der Landessportbund Sachsen organisiert ein buntes Unterhaltungsprogramm aus Show und interessanten Gesprächen. Sportliche Darbietungen werden ebenso wenig fehlen wie ein Sportquiz und eine Tombola bei der es tolle Preise zu gewinnen gibt. Seien Sie neugierig und lassen Sie sich überraschen!

Beachten Sie bitte, dass nur eine begrenzte Kapazität von max. 220 Plätzen verfügbar ist. Wir bitten Sie deshalb um Meldung Ihrer Teilnahme bis zum 17. August. Verwenden Sie dazu den Meldebogen M2 auf der nächsten Seite.

Der Eintritt in das „Sportcafé“ kostet 5,- €. Kaffee und Kuchen sowie alkoholfreie Getränke sind in diesem Betrag bereits enthalten. Bitte überweisen Sie den Betrag im Vorfeld nach Rechnungslegung an den Landessportbund Sachsen.

Teilnahmemeldung Landes-Seniorensportspiele am 22.9.2018 in Leipzig

M2 | Abschlussveranstaltung „Sportcafé“

Meldeschluss: 17.08.2018 an: Landessportbund Sachsen |
Fachbereich Breitensport | Goyastraße 2d | 04105 Leipzig |
E-Mail: brandt@sport-fuer-sachsen.de



Für die Teilnahme an der Abschlussveranstaltung „Sportcafé“ ist ein zusätzlicher Beitrag in Höhe von 5,- € zu entrichten und nach Erhalt der Rechnung an den Landessportbund Sachsen zu überweisen.

1. Vereinsanmeldung

Verein	Vereinsnummer im ISB
Anschrift	PLZ Ort
Ansprechpartner	
Telefon	E-Mail
Anzahl der bestellten Eintrittskarten	<input type="text"/>

2. Einzelanmeldung

Name, Vorname	
Anschrift	PLZ Ort
Telefon	E-Mail
Mitglied im Verein	
Datum Unterschrift	

IMPRESSUM:

Herausgeber: Landessportbund Sachsen
| Goyastraße 2d | 04105
Leipzig

Redaktion: Regina Brandt,
Landessportbund Sachsen,
Tel. 0431 2163155

Druck: Löhnert Druck, Markranstädt

Auflage: 1200 Stck.

Nachdruck, fotomechanische Wiedergabe,
auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher
Einwilligung des Herausgebers.

Leipzig, 2018





Gesundheit!

Unser Sport in seiner Vielfalt leistet durch seine Aktivitäten einen Beitrag zu Gesunderhaltung und Wohlbefinden.

Der **Landessportbund Sachsen** engagiert sich für geeignete Rahmenbedingungen, die ein lebensbegleitendes Sporttreiben aller Bevölkerungsgruppen ermöglichen.

www.sport-fuer-sachsen.de

Landes
**sport
bund**
Sachsen

Hier ist
Sport zu Hause.®

aktiv - gesund - lebensfroh

www.sport-fuer-sachsen.de