

AlltagsTrainingsProgramm – ATP – Jahresbericht 2019

ATP ist mit seinen 3 fortlaufenden Gruppen ein fester Bestandteil des OTB-Sportangebotes geworden. Das Training in der Halle bei schlechtem und bei schönem Wetter am Dobbenteich bzw. im Botanischen Garten wird gerne wahrgenommen. Seit Ende 2019 werden ATP-Kurse auch wieder vom DTB gefördert, so dass Mitglieder bzw. Nicht-Mitglieder wieder kostenfrei an diesen 12-wöchigen Kursen teilnehmen können. Eine Kautions von 20,00 Euro soll eine regelmäßige Teilnahme gewährleisten und kann auf Wunsch am Ende des Kurses wieder erstattet werden. In Verbindung dieser Förderung steht eine Befragung der Teilnehmer und Dokumentation seitens des Übungsleiters an. Nach Beendigung des Kurses soll es zu einem weiteren Dauerangebot „Alltag in Bewegung“ werden. Der Start des ATP-Kurses ist Freitag, der 14.02.2020 von 10:30 bis 11:30 Uhr im Gruppenraum/Haareneschhalle mit Barbara Amedick. Ich hoffe, dass sich weitere Teilnehmer für ATP begeistern können und durch dieses Angebot ein Mehr an Bewegung den Alltag bereichert.

In Kooperation mit dem Gesundheitsamt Oldenburg und dem Stadtsportbund fördert die Techniker Krankenkasse das Projekt „3000 Schritte“, um Senioren die Möglichkeit zu bieten, ihren Stadtteil durch angelegte, barrierefreie Spaziergeh-Routen genauer kennenzulernen, sich an der frischen Luft zu bewegen und Gemeinschaft zu erfahren. Oldenburger Vereine kooperieren hierzu mit Seniorentreffpunkten oder Einrichtungen. Begleitet werden diese Spaziergänge durch Übungsleiter der Vereine und Bewegungsbegleiter der Senioreneinrichtung. Der OTB hat als Kooperationspartner das Domicil am Drögen-Hasen-Weg. Offiziell startet das Projekt Mitte Februar 2020, seit Ende November 2019 wird aber schon „spaziert“ (Pilotphase). An diesem Projekt wirken Elke Dobrunz (angehende Trainerin in Ausbildung), Charlotte Schrader, Reinhold Poppe und Anja Kuhlmann mit.

Anja Kuhlmann