

Markt der Möglichkeiten

Informationsstände der Landesfachverbände,
Kreis- und Stadtsportbünde, Sportvereine, Kooperationspartner

Mitmach-Angebote

- h⁴-solutions – Seniorenmobil
- Präventionsmobil des Landeskriminalamtes Sachsen-Anhalt
- Aktionen der örtlichen Vereine und Sportgruppen
- Integrationsmobil
- Rundgang durch die LandesSportSchule Osterburg

Wettbewerbe

- Tischtennis
- Floorball
- Volleyball
- Simultanschach
- Parallelschlalom im Kanu



Rahmenbedingungen

Für die gesamte Veranstaltung werden wetterfeste Kleidung,
Sport- und Schwimmsachen benötigt.

Übernachtung und Fahrtkosten

Die Unterbringung erfolgt in geräumigen Doppelzimmern. Einzelzimmer sind nur bei freien Kapazitäten möglich und mit einem Aufpreis von 10,00 €/ÜN verbunden. Die Anreise zum 2. LandesSeniorenSportFestival in Fahrgemeinschaften ab 4 Personen kann durch den LandesSportBund Sachsen-Anhalt erstattet werden.

Teilnahmegebühren

Für die gesamte Veranstaltung wird ein Teilnahmebeitrag von 20,00 € pro Person erhoben.

Die Ausschreibung mit näheren Informationen, einem detaillierten Ablaufplan sowie einem Anmeldebogen erscheint Anfang September 2012.

Anmeldung

Interessenten melden sich bitte beim:
LandesSportBund Sachsen-Anhalt e. V.
Referat Breitensport
Karin Stagge
PF 110 129
06015 Halle (Saale)
Telefon: 03 45/52 79-129
Fax: 03 45/52 79-100
e-mail: stagge@lsb-sachsen-anhalt.de

Ort der Veranstaltung

LandesSportSchule Osterburg

Arendseer Straße 4
39606 Osterburg
www.landessportschule-osterburg.com



2. LandesSeniorenSportFestival

30. November – 2. Dezember 2012
LandesSportSchule Osterburg



**LandesSportBund
Sachsen-Anhalt e. V.**

2. LandesSeniorenSportFestival Sachsen-Anhalt

Auf die richtige Mischung kommt es an!

Eine gute Mischung beweisen in diesem Jahr nicht nur die XXX. Olympischen Spiele. Auch das 2. LandesSeniorenSportFestival wartet mit spannenden Aktionen.

Unter der Schirmherrschaft von Prof. Dr. Dr. h. c. mult. Ursula Lehr, Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen, gestaltet der LandesSportBund Sachsen-Anhalt das diesjährige LandesSeniorenSportFestival unter dem Motto „Auf die richtige Mischung kommt es an!“.



Zum 2. Mal findet das Breitensport-Event des Seniorensports in Sachsen-Anhalt dank der Zusammenarbeit mit den Landesfachverbänden, Kreis- und Stadtsportbünden, Sportvereinen und den Kooperationspartnern des LandesSportBundes statt.

Vom 30. November bis zum 2. Dezember 2012 warten interessante Workshops, Wettbewerbe und Informationsangebote auf alle interessierten Sportlerinnen und Sportler der Zielgruppe 50+ sowie Übungsleiterinnen und Übungsleiter, die im Bereich Sport für und mit Älteren aktiv sind.

Für dieses vielfältige Theorie- und Praxisprogramm bietet die LandesSportSchule Osterburg optimale Bedingungen. Nutzen Sie die Chance, beim 2. LandesSeniorenSportFestival aktiv dabei zu sein und melden Sie sich an!



Zeitplan

Freitag, 30. November 2012

ab 16.00 Uhr Anreise
18.00 Uhr Begrüßung und Abendessen
19.00 Uhr Fußballturnier Alt-Herren
Rundgang durch die LandesSportSchule Osterburg
Abendsport
20.15 Uhr Kinoabend und sportliches Abendprogramm

Samstag, 1. Dezember 2012

ab 8.00 Uhr Frühstück
9.15 Uhr Frühsport
10.00 Uhr Begrüßung und Organisatorisches
Hauptreferat
Beginn der Wettbewerbe
11.45 Uhr Markt der Möglichkeiten
Mittagessen
13.00 Uhr Aktiv- und Informativ-Workshops
Rundgang durch die LandesSportSchule Osterburg
14.45 Uhr Aktiv- und Informativ-Workshops
16.30 Uhr Aktiv- und Informativ-Workshops
Treffen der Ehemaligen im Fuchsbau
ab 18.00 Uhr Abendessen
Abendprogramm

Sonntag, 2. Dezember 2012

ab 7.30 Uhr Frühstück
8.45 Uhr Frühsport im Wasser
9.00 Uhr Hauptreferat
Beginn der Wettbewerbe
Aktiv- und Informativ-Workshops
11.00 Uhr Aktiv- und Informativ-Workshops
13.00 Uhr gemeinsame Verabschiedung
Mittagessen



Sportprominenz bestreitet Workshops

Mit Radsportlegende **Täve Schur** können Sie eine Radwanderung auf dem Altmark-Rundkurs in der Osterburger Umgebung machen. Geher-Olympiasieger **Hartwig Gauder** und Marathon Doppel-Olympiasieger **Waldemar Cierpinski** sind zu einer Beteiligung angefragt.

Aktiv-Workshops*

- Skikes – Langlauf auf dem Trockenen
- Drums alive – Trommeln auf dem Fitball
- Tischtennis als Gesundheitssport
- Futsal – Hallenfußball mit dem anderen Ball
- Slackline – der moderne Seiltanz
- Lauf-Power – der Fitnessstest
- Discofox – Der Tanz mit dem Tap
- Walzer – der ewig junge Tanz
- Deutschland bewegt sich – der Test
- Koordinative Fähigkeiten im Seniorensport
- Kampfsportelemente mit Musik
- Aquajogging, Aquagymnastik
- Judo-Penthalon
- Tai Chi
- Meditation
- Sicheres Fallen
- Zumba



Hauptreferate

- **„Leistung im Alter“**
Prof. Dr. phil. habil. Kuno Hottenrott,
Professur am Department Sportwissenschaft,
Direktor Institut für Leistungsdiagnostik und Gesundheitsförderung
an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg
- **„Fit in 's Alter“**
Dr. med. Sabine Reuter,
Fachärztin für Innere Medizin und Klinische Geriatrie,
Chefärztin der Geriatriischen Klinik im Diakoniewerk Halle

Informativ-Workshops

- Sporträume der Zukunft – Räume für Ältere
- Erfahrungsbericht aus der ÜL – C-Ausbildung im sportartübergreifenden Breitensport, speziell für Senioren
- Die Volkssolidarität stellt sich vor



* Die Teilnahme an den Workshops des 2. LandesSeniorenSportFestivals kann mit bis zu vier Lerneinheiten für die Verlängerung von Übungsleiter-Lizenzen anerkannt werden.