



# *Inklusives Sommerferien-Programm von Special Olympics NRW 2022*



Hauptsponsor:

**westenergie**



Liebe Freunde von Special Olympics NRW,

nicht mehr lange, dann stehen die Sommerferien in Nordrhein-Westfalen vor der Tür. In den letzten beiden Jahren haben wir von Special Olympics NRW unser Ferienprogramm etabliert und möchten euch auch für die kommenden Sommerferien wieder tolle Aktionen anbieten. Jede Woche erwarten euch spannende und abwechslungsreiche Angebote, verteilt auf alle Regionen NRWs.

Seid mit dabei und erlebt unvergessliche Tage!

### **Das Ferienprogramm 2022 im Überblick (weitere Infos auf den folgenden Seiten):**

- *Tanzen* am 29.06. in Bonn
- *Ein Tag im Wald Freibad Walbeck* am 05.07. in Geldern
- *Ninja-Warrior & Ballspaß* am 13.07. bei Tabalingo e.V. in Stolberg
- *Wasserski* am 22.07. in Paderborn
- *SONRW radelt – Mit Fahrrad und Fackel von Paderborn nach Bonn* vom 23.07. bis 30.07. durch NRW
- *Tennis- & Hockey-Schnupperkurs* am 04.08. in Duisburg
- *Wassersport-Aktionstag* am 06.08. in Duisburg

### **Hinweis für Eltern & gesetzliche Betreuende:**

Bitte lest euch die Ausschreibung sorgfältig durch, bevor ihr euch/eure Kinder zu den Aktionen des Sommerferien-Programms anmeldet. Ergänzende Informationen zu allen Aktionen findet ihr auf Seite 10 dieser Ausschreibung.

Die Teilnahme an den Angeboten des Sommerferien-Programms ist für die Teilnehmer\*innen kostenfrei.

Wir freuen uns aber sehr über eine Spende für unsere Inklusive Jugend über das SONRW-Spendenkonto oder für unser Maskottchen über [betterplace.org](http://www.betterplace.org/p102943) (<http://www.betterplace.org/p102943>). Vielen Dank!





## 1. Ferienwoche (27. Juni – 03. Juli)



### **Tanz-Kurs im Tanzhaus Bonn**

**am 29. Juni von 10:00 bis 12:00 Uhr**

Gemeinsam mit unserem Tanz-Koordinator Sandor schwingen wir bereits in der ersten Ferienwoche das Tanzbein. Sandor erklärt uns erste Tanzschritte und zeigt uns einfache Tänze zu bekannten Liedern. Schon nach kurzer Zeit werdet ihr auf schwungvolle Musik im Takt durch das Tanzhaus Bonn tanzen. Jede\*r kann mitmachen – ihr braucht keine Vorerfahrung im Tanzen zu haben. Nach dem Kurs seid ihr bestens auf die Athlet\*innen-Disko bei unseren Landesspielen vorbereitet!

Für unsere Landesspiele brauchen wir auch noch einen gemeinsamen Tanz. Beim Tanz-Kurs könnt ihr zusammen mit Sandor den offiziellen Landesspiel-Tanz entwickeln und lernen! Lasst euch diese Gelegenheit nicht entgehen!

#### Alle Infos im Überblick:

Termin:	Mittwoch, 29. Juni 2022 von 10:00 bis 12:00 Uhr	Material:	Sportkleidung & Schuhe mit heller Sohle Getränke
Ort:	Tanzhaus Bonn Gartenstraße 102 53225 Bonn	Anmeldung:	<a href="https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA">https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA</a>
Kontakt:	<a href="https://www.specialolympics-nrw.de">Special Olympics NRW</a> jugendvertretung@specialolympics-nrw.de Tel. 01578-2592883 (Natascha)	Hinweis:	Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Tanzkurs zuzuschauen. Die Anwesenheit der Eltern ist aber keine Voraussetzung zur Teilnahme der Kinder und Jugendlichen.
Kosten:	Die Teilnahme ist kostenlos!		
Teilnehmende:	Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 8 und 18 Jahren		



## 2. Ferienwoche (04. – 10. Juli)



### **Ein Tag im Waldfreibad Walbeck in Geldern**

**am 05. Juli von 10:00 bis 16:00 Uhr**

Auf dem großen Gelände des Waldfreibad Walbeck gibt es zahlreiche spannende Angebote für Groß und Klein. Wir laden euch ein, dort einen tollen Tag mit uns zu verbringen. Wir spielen Fußball-Golf, üben uns im Bogenschießen und erkunden die Gegend rund um das Waldfreibad bei einer Bossel-Tour. Wenn ihr Lust habt, könnt ihr anschließend noch mit euren Eltern den Tag im Freibad ausklingen lassen. Der Eintritt ins Freibad ist für alle teilnehmenden Kinder & Jugendlichen inklusive.

#### Alle Infos im Überblick:

Termin:	Dienstag, 05. Juli 2022 von 10:00 bis 16:00 Uhr	Material:	Bitte denkt an ausreichend <b>Getränke, Sonnencreme und Sonnenschutz</b> für den Kopf! Wir werden um die Mittagszeit eine längere Pause machen, um uns zwischen den Sporteinheiten etwas zu erholen. Bitte bringt euch hierfür ein eigenes Lunch-Paket mit.
Ort:	Waldfreibad Walbeck Am Freibad 24 47608 Geldern Walbeck	Anmeldung:	<a href="https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA">https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA</a> Teilnehmerobergrenze bei max. 20 Personen, entscheidend ist die Reihenfolge der Anmeldung!
Kontakt:	<a href="https://www.specialolympics-nrw.de">Special Olympics NRW</a> jugendvertretung@specialolympics-nrw.de Tel. 01578-2592883 (Natascha)	Hinweis:	Während der Zeit des Ferienangebotes werden wir aus Sicherheits- und Aufsichtsgründen die Schwimmbecken nicht nutzen. Gerne könnt ihr als Familie oder Gruppe aber anschließend noch dort bleiben und ins kühle Nass springen – der Eintritt ins Freibad ist für alle teilnehmenden Kinder & Jugendlichen inklusive.
Kosten:	Die Teilnahme ist kostenlos!		
Teilnehmende:	Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 8 und 18 Jahren		



### 3. Ferienwoche (11. – 17. Juli)



## **Ninja-Warrior & Ballspaß bei Tabalingo e.V. in Stolberg**

**am 13. Juli von 10:00 bis 15:00 Uhr**

Durch den Ninja Warrior-Parcour hangeln und springen wie die Profis im Fernsehen – ein Traum von vielen Kindern und Jugendlichen wird wahr! Bei unserer dritten Aktion wagen wir in den selbst gebauten Parcour von Tabalingo e.V. und versuchen, die Hindernisse zu überwinden und das Ziel zu erreichen. Ergänzt wird das Angebot am Tabalingo-Tag durch einen Ballspaß-Kurs, bei dem ihr mit unterschiedlichen Bällen viele verschiedene Spiele kennenlernt.

#### Alle Infos im Überblick:

Termin:	Mittwoch, 13. Juli 2022 von 10:00 bis 15:00 Uhr	Material:	Sportkleidung & Sportschuhe Getränke
Ort:	Tabalingo e.V. Hastenrather Straße 101 52224 Stolberg	Anmeldung:	<a href="https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA">https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA</a> Teilnehmerobergrenze bei max. 12 Personen, entscheidend ist die Reihenfolge der Anmeldung!
Kontakt:	<a href="https://www.specialolympics-nrw.de">Special Olympics NRW</a> jugendvertretung@specialolympics-nrw.de Tel. 01578-2592883 (Natascha)	Hinweis:	Zwischen den Sporteinheiten wird es eine Pause mit Mittagsverpflegung geben. Alle, die mitessen möchten, geben dies bitte bei der Anmeldung an und bringen 5€ für das Mittagessen mit. Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Schnupper- kurs zuzuschauen. Die Anwesenheit der Eltern ist aber keine Voraussetzung zur Teilnahme der Kinder und Jugendlichen.
Kosten:	Die Teilnahme ist kostenlos!		
Teilnehmende:	Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 8 und 18 Jahren		





## 4. Ferienwoche (18. – 24. Juli)



### **Wasserski in Paderborn**

**am 22. Juli von 9:30 bis 12:30 Uhr**

In der vierten Ferienwoche zieht es uns – im wahrsten Sinne des Wortes – aufs Wasser: Beim Wasserski nehmen wir Fahrt auf! In der zweistündigen Einheit wird jede\*r die Möglichkeit haben, seine Fähigkeiten auf Skiern auf Wasser zu testen. Aber keine Sorge – ihr müsst keine Erfahrung im Wasserski haben! Ihr lernt hier, wie es funktioniert und findet sicher schnell eine gute Technik, um möglichst lange und weit zu fahren. Das wird ein Tag voller Adrenalin und Spaß!

#### Alle Infos im Überblick:

Termin:	Freitag, 22. Juli 2022 von 10:00 bis 13:00 Uhr	Material:	Badekleidung Getränke Neoprenanzüge können vor Ort gegen eine Leihgebühr von 6€ ausgeliehen werden. Wer einen Neoprenanzug ausleihen möchte, bringt bitte 6€ mit.
Ort:	Wasserski Paderborn Sander Straße 160 33106 Paderborn	Anmeldung:	<a href="https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA">https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA</a> Teilnehmerobergrenze bei max. 20 Personen, entscheidend ist die Reihenfolge der Anmeldung!
Kontakt:	<a href="https://www.specialolympics-nrw.de">Special Olympics NRW</a> jugendvertretung@specialolympics-nrw.de Tel. 01578-2592883 (Natascha)	Hinweis:	Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Schnupperkurs zuzuschauen. Die Anwesenheit der Eltern ist aber keine Voraussetzung zur Teilnahme der Kinder und Jugendlichen.
Kosten:	Die Teilnahme ist kostenlos!		
Teilnehmende:	Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 8 und 18 Jahren <b>Alle Teilnehmer*innen müssen schwimmen können.</b>		



## 5. Ferienwoche (25. – 31. Juli)



## **SONRW radelt – Mit Fahrrad und Fackel von Paderborn nach Bonn**

Um auf unser großes Jahreshighlight aufmerksam zu machen – die Special Olympics Landesspiele in Bonn (7.-10.9.2022) –, fährt Special Olympics NRW einmal quer durch das ganze Bundesland. In acht Etappen geht es mitsamt der olympischen Fackel von Paderborn über das Ruhrgebiet und das Rheinland bis in die Landesspielstadt Bonn. Auf der insgesamt 333 km langen Tour werden wir in 23 inklusiven Kommunen im Rahmen des Projekts *#ZusammenInklusiv – Die größte Inklusionsbewegung Deutschlands* Halt machen und dort das Special Olympics Feeling verbreiten!

Egal, ob eine, mehrere oder nur Teil-Etappen – mitmachen können alle! Alles, was benötigt wird, sind ein verkehrstaugliches Fahrrad und ein Fahrradhelm. Die Tagesetappen sind zwischen 30 und 80 km lang und beinhalten mehrere Stopp, um sich auszuruhen, Kraft zu tanken und etwas zu essen. Die durchschnittliche Geschwindigkeit liegt während der Fahrt bei etwa 11 km/h, sodass bei einem entspannten Tempo jede\*r die Möglichkeit hat, dabei zu sein.

### Alle Infos im Überblick:

Termin:	Samstag, 23. Juli – Samstag, 30. Juli 2022	Material:	Fahrrad, Fahrradhelm(!), Getränke, Energieriegel
Ort:	NRW-Städte	Anmeldung:	<a href="https://forms.office.com/r/cd9UFmv6ST">https://forms.office.com/r/cd9UFmv6ST</a>
Kontakt:	<a href="mailto:jugendvertretung@specialolympics-nrw.de">Special Olympics NRW</a> jugendvertretung@specialolympics-nrw.de Tel. 01578-2592883 (Natascha)	Hinweis:	<b>Es gilt Helmpflicht!</b> Alle Teilnehmer*innen bringen ihren eigenen Fahrradhelm mit! Alle Informationen zur gesamten Tour findet ihr in der Ausschreibung „SONRW radelt“: <a href="#">Ausschreibung SONRW radelt</a>
Kosten:	Die Teilnahme ist kostenlos!		
Teilnehmende:	alle SONRW-Freund*innen und die, die es werden wollen		



## 6. Ferienwoche (01. – 07. August)



## **Tennis-Schnupperkurs & Hockey-Schnupperkurs in Duisburg**

**am 04. August von 10:00 bis 13:00 Uhr**

Wie schon im letzten Jahr sind wir auch in diesen Sommerferien wieder für einen Tennis-Schnupperkurs beim Club Raffelberg e.V. zu Gast. Unser Tennis-Koordinator freut sich darauf, euch die Grundlagen der Sportart zu zeigen und in kleinen Spielen die Schläge übers Netz zu üben.

Doch dabei bleibt es diesmal nicht: Wir tauschen die Schläger und wechseln vom Tennisplatz auf das Hockeyfeld. Auch hier stehen erfahrene Trainer\*innen bereit, die uns die verschiedenen Schläge erklären und uns beim Tore schießen unterstützen.

### Alle Infos im Überblick:

Termin:	Donnerstag, 04. August 2022 von 10:00 bis 13:00 Uhr	Material:	Sportkleidung & festes Schuhwerk Getränke, ggf. ein kleiner Snack
Ort:	Club Raffelberg e.V. Kalkweg 125 47055 Duisburg	Anmeldung:	<a href="https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA">https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA</a> Teilnehmerobergrenze bei max. 20 Personen, entscheidend ist die Reihenfolge der Anmeldung!
Kontakt:	<a href="mailto:jugend@specialolympics-nrw.de">Special Olympics NRW</a> jugend@specialolympics-nrw.de Tel. 01578-2592883 (Natascha)	Hinweis:	Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Schnupperkurs zuzuschauen. Die Anwesenheit der Eltern ist aber keine Voraussetzung zur Teilnahme der Kinder und Jugendlichen.
Kosten:	Die Teilnahme ist kostenlos!		
Teilnehmende:	Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 8 und 18 Jahren		





## Ergänzendes Angebot von SONRW



## Wassersport-Aktionstag in Duisburg

am 06. August von 09:30 bis 13:00 Uhr

Ende der Woche bringen wir euch direkt noch einmal nach Duisburg, diesmal ins Schwimmbad. In Kooperation mit dem Schwimmverband NRW organisieren wir unseren ersten Wassersport-Aktionstag. Hier könnt ihr zum einen ins Wasserballspielen und ins Synchronschwimmen reinschnuppern. Zum anderen findet ein Technik-Training mit erfahrenen Trainer\*innen des Schwimmverbandes NRW statt. Mit der Veranstaltung wollen wir gemeinsam mit euch die Vielfalt des Wassersports entdecken und mit dem Technik-Training eine gute Vorbereitung auf die Landesspiele in Bonn ermöglichen. Parallel zum Aktionstag führt der Schwimmverband eine Fortbildung für Trainer\*innen im Bereich Inklusion im Schwimmen durch.

### Alle Infos im Überblick:

Termin:	Samstag, 06. August 2022 von 09:30 bis 13:00 Uhr	Teilnehmende:	Athlet*innen mit geistiger und mehrfacher Behinderung ab dem 8. Lebensjahr. Die Sporttauglichkeit und Schwimmfähigkeit der Teilnehmenden bestätigen die entsendenden Vereine/ Einrichtungen/ Personen mit ihrer Anmeldung. <b>Alle Teilnehmer*innen müssen schwimmen können.</b>
Ort:	Duisburger Schwimmverein von 1898 Kruppstraße 26a 47055 Duisburg	Anmeldung:	<a href="https://forms.office.com/r/h51eF5M759">https://forms.office.com/r/h51eF5M759</a> Pro Modul max. 20 Athlet*innen, entscheidend ist die Reihenfolge der Anmeldung!
Kontakt:	Nico Herrmann n.herrmann@specialolympics-nrw.de Tel. 0176-57867445	Hinweis:	Die Teilnehmenden können sowohl nur an einzelnen als auch an allen Modulen teilnehmen. Alle wichtigen Informationen findet ihr ausführlich beschrieben in der Ausschreibung zum Wassersport-Aktionstag:
Kosten:	<u>einzelnes Modul</u> Mitglieder von SONRW: 5,00 € Nicht-Mitglieder: 10,00 €  <u>gesamte Veranstaltung</u> Mitglieder von SONRW: 10,00 € Nicht-Mitglieder: 20,00€		



## **Allgemeine Informationen (betreffen alle o.g. Veranstaltungen)**

- Anmeldung:** Die Anmeldefrist für die o.g. Veranstaltungen endet jeweils eine Woche vor der jeweiligen Veranstaltung.  
Hier gelangen Sie zur Anmeldung: <https://forms.office.com/r/w5k74nCVqA>
- Kontakt:** Für Rückfragen zu den Angeboten des Sommerferien-Programms steht die Geschäftsstelle von Special Olympics NRW zur Verfügung.  
[jugendvertretung@specialolympics-nrw.de](mailto:jugendvertretung@specialolympics-nrw.de)  
Tel. 01578-2592883 (Natascha)
- Betreuung:** Während der o.g. Veranstaltungen werden die Teilnehmer\*innen durch ausgebildete Übungsleiter\*innen der Kooperationspartner sowie durch Mitarbeiter\*innen und Ehrenamtliche von Special Olympics Nordrhein-Westfalen e.V. betreut. Die Eltern sind herzlich eingeladen, bei den Schnupperangeboten zuzuschauen.
- Sporttauglichkeit:** Die Sporttauglichkeit der Teilnehmer\*innen wird mit der Anmeldung zu den Veranstaltungen bestätigt. Zur besseren Einschätzung der Sporttauglichkeit dient der Fragebogen am Ende der Ausschreibung.
- Versicherung:** Der Abschluss einer Unfallversicherung wird für jede\*n Teilnehmer\*in empfohlen. Dies ist eine freiwillige Zusatzversicherung!  
**Die Veranstalter\*innen/Ausrichter\*innen übernehmen keinerlei Haftung bei Sachschäden oder beim Verlust von Gegenständen!**
- Fotos:** Die Einwilligungserklärung für Film- und Fotoaufnahmen ist eine rechtliche Absicherung für die Veranstalter\*innen, die aufgrund der Vielzahl moderner Medien notwendig ist. Die Einwilligungserklärung für Film- und Fotoaufnahmen wird mit der Anmeldung bestätigt. Die Fotos werden für den internen Gebrauch (Print-Produkte wie Jahresbericht) und für die Social-Media-Kanäle von Special Olympics NRW verwendet.
- Datenschutz:** Mit der Anmeldung den Aktionen des Sommerferien-Programms bestätigen die Eltern/gesetzlichen Vertreter\*innen aller Teilnehmer\*innen, dass ihre Daten zur Planung und Durchführung dem Verein Special Olympics Nordrhein-Westfalen e.V. sowie den Kooperationspartnern im Rahmen der Veranstaltungen zugänglich sind und in eine Adressdatei von Special Olympics Nordrhein-Westfalen e.V. aufgenommen werden. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben und nach gesetzlichen Bestimmungen gelöscht
- Letzte Infos:** Ca. eine Woche vor den Veranstaltungen erhalten Sie per Mail die letzten Infos zum Ablauf.



## Anhang 1: Einschätzung der Sporttauglichkeit

Der folgende Fragebogen soll Teilnehmer\*innen bzw. deren Eltern/gesetzlich Betreuenden helfen, ihre Sporttauglichkeit einzuschätzen. Bitte gehen Sie mit jeder\*jedem Teilnehmer\*in die folgenden sieben Fragen sorgfältig durch und beantworten diese ehrlich mit ja oder nein.

		Ja	Nein
1	Hat Ihnen jemals ein Arzt gesagt, Sie hätten „etwas am Herzen“ und Ihnen nur unter medizinischer Kontrolle Bewegung & Sport empfohlen?		
2	Hatten Sie im letzten Monat Schmerzen in der Brust in Ruhe oder bei körperlicher Belastung?		
3	Haben Sie Probleme mit der Atmung oder bei körperlicher Belastung?		
4	Sind Sie jemals wegen Schwindel gestürzt oder das Bewusstsein verloren?		
5	Haben Sie Knochen- und/oder Gelenkprobleme, die sich unter körperlicher Belastung verschlechtern könnten?		
6	Hat Ihnen jemals ein Arzt Medikamente gegen hohen Blutdruck oder wegen eines Herz- und/oder Atemproblems verschrieben?		
7	Kennen Sie irgendeinen weiteren Grund, warum Sie nicht körperlich/sportlich aktiv sein sollten?		

**Achtung! Haben Sie eine oder mehrere Fragen mit „Ja“ beantwortet?** Dann suchen Sie unbedingt zur Beurteilung der Sporttauglichkeit Ihren Arzt oder Ihre Ärztin auf!

Den Impfpass (insbesondere Schutz gegen Tetanus/ Hepatitis aber auch als möglicher Nachweis der Corona-Schutzimpfung) sowie die (Notfall-) Medikation sollte in jedem Fall mitgeführt werden.