

Tag der offenen Tür 2023



Familientag

02.09.2023

13 bis 17 Uhr

Sportlerheim Wittenborn

Jeder ist Willkommen



SVW Sportabzeichen

Highlights

Hüpfburg



Gemeinsam fit – mach mit!



Tag der offenen Tür 2023
SV Wittenborn
Sportabzeichen

Das Wittenborner Sportabzeichen

Was ist das Wittenborner Sportabzeichen und was muss ich dafür machen? Das Sportzeichen soll eine interessante Herausforderung für die Kleinen und Großen am Tag der offenen Tür sein. Wir haben sieben Stationen bei denen Ihr alle mitmachen könnt. An fünf von den sieben Stationen müsst Ihr jedoch mitmachen, um das Wittenborner Sportabzeichen zu erhalten. Für jede Station gibt es einen Stempel, die in den Stempelpass eingetragen wird. Am Ende bekommt jeder Teilnehmer eine Medaille.

Folgende Mitmachprogramme werden wir für das Wittenborner Sportabzeichen anbieten:

- Darts: Triff die Scheibe
- Gymnastik: Hula-Hoop
- Fußball: Torwandschießen
- Intervall: Mini Parcours
- Schützen: Laser- und Luftgewehrschießen
- Tischtennis: Ping-Pong-Becherspiel
- Zumba: Bei einem Lied mittanzen

Darts

Mit Steeldarts auf zwei Scheiben werfen und den Überblick auf zwei elektronischen Monitoren behalten

In der Sparte Darts werfen die Mitglieder jeden Montag und Mittwoch ab 19.00 Uhr im Sportlerheim mit Steeldarts auf die Scheiben. Am Tag der offenen Tür gibt es für die Erwachsenen ebenfalls die Möglichkeit sich an der Scheibe zu probieren. Für die jüngeren Gäste gibt es das Spiel Cornhole als Geschicklichkeitsspiel. Nach der Teilnahme gibt es auch hier wieder einen Stempel für das Wittenborner Sportabzeichen. Zusätzlich gibt es für die besten Werfer eine Prämierung.

Gymnastik

Genug Schwung in der Hüfte?

Bei der Gymnastiksparte bringen wir Euch zum Kreisen. Von 13.15 bis 14.15 Uhr und von 15.15 bis 16.15 Uhr könnt Ihr Euer Können beim Hula-Hoop zeigen. Natürlich bekommt Ihr auch einen Stempel, wenn Ihr erfolgreich gekreiselt habt. Neben dem Stempel bekommen die Kinder und Erwachsenen mit dem längsten Durchhaltevermögen auch noch einen Reifen als Gewinn.

Fußball

Die Fußballsparte wird ein Kleinfeldturnier und Torwandschießen anbieten.

Das Torwandschießen ist ein Spiel für das Sportabzeichen. Außerdem kann man hier auch Sonderpreise als beste Schützen gewinnen.

Beim Kleinfeldturnier wird kurzfristig entschieden, in welcher Art und Weise (5er Tore, Mini Tore, Spielfeldgröße etc.) das Turnier durchgeführt wird. Das liegt an der Anzahl der Teams und der Anzahl an Spielern in der Mannschaft. Das würden wir im direkten Kontakt an den Tagen vor dem Turnier mit den teilnehmenden Mannschaften abklären. Auf jeden Fall wird es ein paar besondere Regeln geben, die das Fußballspiel noch spannender machen werden.

Intervalltraining

Beim Intervalltraining handelt es sich um kurze knackige und wechselnde Übungen. Puls hoch, Puls runter ohne Equipment. Macht bei zwei kurzen Workouts mit und probiert Euch aus!

Wir haben außerdem zwei Parcours (Kinder/Erwachsene) aufgebaut, in dem Ihr Euch ausprobieren könnt. Es geht dabei nicht nur um die schnelle, sondern auch um die korrekte Ausführung der Übungen. Wenn Ihr den Parcours erfolgreich abschließt, dann sammelt Ihr einen weiteren Stempel für das Wittenborner Sportabzeichen. Für die besten Zeiten im Fortgeschrittenen-Parcours gibt es bei der Siegerehrung Preise.

Schützen

Wer wird wohl Schützenkönig/in?

In der Sparte der Schützen können sich die Kleinen beim Laserschießen einen weiteren Stempel für das Wittenborner Sportabzeichen ergattern und bekommen eine kleine leckere Überraschung. Für die Großen unter Euch wird beim Glücksschießen mit dem Luftgewehr um die Wurst geschossen. Die besten drei Schützen dürfen sich auf leckere Preise freuen. Wer Interesse an Kleinkaliberschießen hat, darf sich gerne unsere neue elektronische Anlage anschauen und vorführen lassen. Wir freuen uns auf Euch und sagen „Gut Schuss“.

Tischtennis

Wie wäre es mit etwas Ping-Pong?

Von 13.00 bis 16.15 Uhr können jung und alt im Sportlerheim ihr Geschick mit dem kleinen Plastikball unter Beweis stellen. Ein Glücksspiel wartet auf Euch.

Zumba

Tanzen, Schwitzen, Spaß haben!

Auch die Zumba-Sparte ist beim Tag der offenen Tür dabei und bietet die Möglichkeit zum Mitmachen. Alle 30 Minuten zeigen unsere Zumba-Trainerinnen verschiedene Tänze, in denen Fitness-, Aerobic- und Tanzelemente miteinander verbunden werden und jeder ist herzlich eingeladen mitzumachen. Egal ob Neuling oder Profi, im Vordergrund steht der Spaß am gemeinsamen Tanzen. Nach der Teilnahme an mindestens einem Lied gibt es den Stempel als Teil des Wittenborner Sportabzeichens.

Baby- und Kleinkindturnen

Hüpfen und Spaß dabeihaben

Was gibt es Schöneres für die Kinder als sich einfach nur auszutoben. Normalerweise geschieht das beim SV Wittenborn immer dienstags von 16.30 bis 17.30 Uhr beim Baby- und Kleinkindturnen. An unserem Tag der offenen Tür haben wir uns überlegt, die Kinder mit einer super großen und spannenden Hüpfburg zu bespaßen. Die Hüpfburg ist für zwölf Kinder gleichzeitig ausgelegt, hat zwei Rutschen und eine große Hüpffläche mit drei Ballkanonen.

