

**Inklusive Sportwochen in Aachen**  
**16. Oktober – 10. November 2023**

[www.sportinaachen.de](http://www.sportinaachen.de)

## Vorwort

### Vorsitzender Björn Jansen

Der Stadtsportbund freut sich auf die Inklusiven Sportwochen. Wir hoffen, dass viele Personen teilnehmen und verschiedene Sportarten ausprobieren können.



Vorsitzender Björn Jansen  
© SSB Aachen e.V.

### Wir sind der Stadtsportbund Aachen

Alle Aachener Sportvereine sind Mitglied beim Stadtsportbund.

Der Stadtsportbund hat zum Beispiel diese Aufgaben:

- Beim Stadtsportbund gibt es Kurse für Trainer von Vereinen. Sie lernen wie das Training noch besser wird.
- Der Stadtsportbund berät die Sportvereine. Zum Beispiel zum Thema Inklusion.
- Der Stadtsportbund kennt die Sportangebote. Personen können sich bei uns melden. Zum Beispiel wenn sie ein inklusives Sportangebot suchen.
- Der Stadtsportbund macht Projekte. Wie zum Beispiel die Inklusiven Sportwochen.

## Inhaltsverzeichnis

### Ausprobieren – Informieren – Weiterbilden

Bestehende Sportangebote .....	04
Einmalige Sportangebote .....	14
Studienergebnisse – Inklusion und Sport .....	24
Vereinstalk – Inklusion im Sportverein .....	25
Angebot in Schulen .....	26
Angebot im Kindergarten .....	26
Inklusives Schwimmen .....	28
Walking Football und Boccia .....	29
Weitere Fortbildungen .....	30

### Hinweise in der Broschüre

Sportangebot ist für Personen

- |   |   |
|---|---|
|  im Rollstuhl           |  mit kognitiver Beeinträchtigung  |
|  die kleinwüchsig sind |  mit Sehbeeinträchtigung         |
|  mit Amputation        |  mit Beeinträchtigung des Gehörs |

Wir nutzen einfache Sprache.

Wir sprechen immer Personen aller Geschlechter an.

# Ausprobieren



Rollstuhlhandball  
© SSB Aachen e.V. | Andreas Steindl

## Bestehende Sportangebote

Ihr könnt Sportangebote ausprobieren.

- B\*All-Star
- Badminton
- Basketball
- Bogenschießen
- Fußball
- Gymnastik
- Inklusiv Aktiv
- Klettern
- Rollstuhlbasketball
- Rollstuhlhandball
- Rollstuhlrugby
- Rollstuhltanz

**Zum  
Auspro-  
bieren.**

## B\*All Star

Ballsport ab dem ersten Schuljahr, inklusiv

Dienstag, nach Absprache  
15.15 – 16.30 Uhr



Sporthalle der Kleebachschule  
Von-Coels-Straße 162  
52080 Aachen

Anmeldung:

Ayat Helwani | 02 41 41 31 19 20 | helwani@fed-aachen.de

Lebenshilfe Aachen, Familienentlastender Dienst  
Burtscheider Turnerbund Aachen 1908 e.V.

## Badminton

für alle Altersgruppen, inklusiv

Dienstag, nach Absprache  
19.00 – 22.00 Uhr



Turnhalle Bergische Gasse  
Bergische Gasse 18  
52066 Aachen

Anmeldung:

vorstand@bsgaachen.de  
BSG Aachen 1926 e.V.

## Basketball

für Erwachsene, inklusiv

Mittwoch, 18.10. oder 25.10.2023  
16.30 – 18.00 Uhr



Schule am Kennedypark  
Elsassstraße 94  
52068 Aachen

Anmeldung:

Andrea Moritz | moritz@werkstatt-ac.de | 01 71 58 06 784  
Sportverein Lebenshilfe Aachen e.V.

## Bogenschießen

für alle Altersgruppen, inklusiv

Dienstag, nach Absprache  
16.30 – 19.00 Uhr



Turnhalle Bergische Gasse  
Bergische Gasse 18  
52066 Aachen

Anmeldung:

vorstand@bsgaachen.de  
BSG Aachen 1926 e.V.

## Fußball

ab 17 Jahren, inklusiv



Dienstag, 17.10., 24.10. oder 07.11.2023

17.00 – 18.15 Uhr

Sportplatz

Hasselholzer Weg 58

52074 Aachen

Anmeldung:

Claas Espeter | c.espeter@tabalingo.com

VfB 08 Aachen e.V.



Fußball

© LSB NRW | Andrea Bowinkelmann

## Fußball

ab 17 Jahren, inklusiv



Dienstag, 17.10., 24.10. oder 07.11.2023

19.00 – 20.00 Uhr

Turnhalle Bergische Gasse

Bergische Gasse 18

52066 Aachen

Anmeldung:

Claas Espeter | c.espeter@tabalingo.com

BSG Aachen 1926 e.V.

## Gymnastik

für Erwachsene und Senioren, inklusiv



Dienstag, nach Absprache

18.00 – 19.00 Uhr

Turnhalle Bergische Gasse

Bergische Gasse 18

52066 Aachen

Anmeldung:

vorstand@bsgaachen.de

BSG Aachen 1926 e.V.

## Inklusiv Aktiv

Montag, nach Absprache  
15.30 – 17.00 Uhr

von 4 bis 15 Jahren, inklusiv



Turnhalle Viktor-Frankl-Schule  
Kalverbenden 89  
52066 Aachen

Anmeldung:  
inklusion@btb-aachen.de  
Burtscheider Turnerbund Aachen 1908 e.V.

## Klettern

Samstag, nach Absprache  
10.00 – 11.30 Uhr

für Kinder und Jugendliche



Kletterhalle Tivoli Rock (Treppe zur Halle)  
Strangenhäuschen 11  
52070 Aachen

Anmeldung:  
Christina Schoenen | christina.schoenen@dav-aachen.de  
Deutscher Alpenverein Sektion Aachen e.V.



Klettern  
© LSB NRW | Ludger Staudinger | Kreativfilm GmbH

## Rollstuhlbasketball

Montag, nach Absprache  
19.00 – 22.00 Uhr

Turnhalle Bergische Gasse  
Bergische Gasse 18  
52066 Aachen

Anmeldung:  
vorstand@bsgaachen.de  
BSG Aachen 1926 e.V.

für Erwachsene, inklusiv



## Rollstuhlbasketball

Donnerstag, nach Absprache  
19.00 – 22.00 Uhr

Turnhalle Bergische Gasse  
Bergische Gasse 18  
52066 Aachen

Anmeldung:  
vorstand@bsgaachen.de  
BSG Aachen 1926 e.V.

für Erwachsene, inklusiv



## Rollstuhlhandball

Montag, 16.10., 23.10., 30.10. oder 06.11.2023  
17.30 – 19.00 Uhr

Turnhalle Bergische Gasse  
Bergische Gasse 18  
52066 Aachen

Anmeldung:  
Meggi Meurer | meggi.meurer@btb-aachen.de  
Burtscheider Turnerbund Aachen 1908 e.V.

ab 16 Jahren, inklusiv



## Rollstuhlhandball

Montag, 16.10., 23.10., 30.10. oder 06.11.2023  
18.20 – 20.00 Uhr

Sporthalle Aachen AC1  
Neuköllnerstr. 1  
52068 Aachen

Anmeldung:  
Laura Bleeck | rollihandball@asv-schwarz-rot.de  
Aachener Sportverein Schwarz-Rot 06 e.V.

ab 16 Jahren, inklusiv



## Rollstuhlrugby

Donnerstag, nach Absprache  
17.30 – 19.00 Uhr

Turnhalle Bergische Gasse  
Bergische Gasse 18  
52066 Aachen

Anmeldung:  
vorstand@bsgaachen.de  
BSG Aachen 1926 e.V.

für Erwachsene, inklusiv



## Rollstuhltanz

Dienstag, 24.10.2023  
18.00 – 19.30 Uhr

Vinzenz-Heim  
Kalverbenden 91  
52066 Aachen

Anmeldung:  
Udo Dumbeck | udo@dumbeck.de | 01 77 23 33 322  
Vfj Laurensberg 1919 e.V.

für Erwachsene, inklusiv



## Einmalige Sportangebote

Es gibt Sportangebote die nur während der inklusiven Sportwochen sind.

Ihr könnt diese Sportangebote ausprobieren:

- Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung
- Offener Tischtennistreff
- Walking Football
- Boccia
- Fit im Quartier



Rollstuhltanz

© LSB NRW | Andrea Bowinkelmann

## Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung



Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung.  
Es ist zwar kein Pokal, aber ein Orden.  
Den gibt es in Bronze, Silber und Gold.  
Je nachdem was du geschafft hast.

Jeder kann das Sportabzeichen machen.  
Dafür musst du schwimmen können.  
Sonst kannst du keinen Orden bekommen.

Es gibt einen Treffpunkt in Haaren.  
Dort können alle das Sportabzeichen machen.

Bereiche der Prüfung:

- Ausdauer  
Zum Beispiel 1.500 Meter-Lauf
- Kraft  
Zum Beispiel Medizinball-Wurf
- Schnelligkeit  
Zum Beispiel 50 Meter-Lauf
- Koordination  
Zum Beispiel Ziel-Wurf



Trimmy  
© DOSB

Dienstag, 17.10.2023  
16.00 - 18.15 Uhr

Sportzentrum Haaren  
Neuköllner Straße 7  
52080 Haaren-Aachen

Anmeldung:  
Jürgen Glaubitz  
02 41 16 27 22

Stadtsporbund Aachen e.V.

## Offener Tischtennistreff für Kinder und Jugendliche

Der BTV hat Tischtennis Sportangebote. 

Hier spielen Kinder und Jugendliche Tischtennis.

Der BTV freut sich, wenn Kinder mit Beeinträchtigung mitspielen möchten.

Hier sind alle willkommen.

Ihr könnt Tischtennis ausprobieren.

Zur Halle gibt es zwei Stufen.

**Samstag, 22.10., 29.10. und 05.11.2023**  
**12.00 – 15.00 Uhr**

**Turnhalle Gerlachschole**  
**Mühlenberg**  
**52064 Aachen**

**Anmeldung:**  
**Jan Fasbender**  
**01 57 35 39 71 71**  
**jan.fasbender@gmx.de**

**Burtscheider Turnverein Aachen 1873 e.V.**

## Walking Football

für alle Altersklassen, inklusiv

Walking Football ist eine Art Fußball. 

Es gibt auch zwei Mannschaften.

Man darf nicht rennen.

Das Feld ist kleiner.

Die Spielzeit ist kürzer.

Viele Personen können Walking Football spielen.

Wir möchten mit euch Walking Football spielen.

Ihr könnt das Spiel ausprobieren.

Ein Trainer erklärt uns die Regeln.

Wir spielen mit allen zusammen.

Das heißt mit

- Übungsleitungen
- Mitarbeitern aus dem Sportverein
- Menschen mit Beeinträchtigung
- Sportlern
- Interessierten

**Samstag, 28.10.2023**

**10.00 – 13.00 Uhr**

**Turnhalle Bergische Gasse**  
**Bergische Gasse 18**  
**52066 Aachen**

**Anmeldung:**  
**Lea Stahl**  
**02 41 47 57 95 29**  
**ruECKmeldung@sportin-aachen.de**

**Stadtsportbund Aachen e.V.**  
**BRSNW e.V.**

## Boccia

für alle Altersklassen, inklusiv



Boccia wird mit Kugeln gespielt.

Es gibt eine kleine Zielkugel.

Diese muss mit der eigenen Kugel genau getroffen werden.

Es spielen zwei Personen oder Teams gegeneinander.

Alle können mitmachen.

Ihr könnt das Spiel ausprobieren.

Ein Trainer erklärt uns die Regeln.

Wir spielen mit allen zusammen.

Das heißt mit

- Übungsleitungen
- Mitarbeitern aus dem Sportverein
- Menschen mit Beeinträchtigung
- Sportlern
- Interessierten



Boccia

© LSB NRW | Ninja Putzmann

**Samstag, 28.10.2023**

**13.30 – 16.30 Uhr**

**Turnhalle Bergische Gasse**

**Bergische Gasse 18**

**52066 Aachen**

**Anmeldung:**

**Lea Stahl**

**02 41 47 57 95 29**

**[rueckmeldung@sportin-aachen.de](mailto:rueckmeldung@sportin-aachen.de)**

**Stadtsporbund Aachen e.V.**

**BRSNW e.V.**

## Fit im Quartier

für Erwachsene und Senioren, inklusiv



Ein Quartier ist ein Teil einer Stadt.

Aachen ist eine große Stadt und hat viele Quartiere.

Der Verein LoS hat für viele Quartiere eine Broschüre gemacht.

Darin sind Laufwege und Bewegungsübungen.

Wir möchten mit vielen Fit im Quartier ausprobieren.

Gemeinsam laufen wir und machen die Bewegungsübungen.

Eine Person zeigt uns den Weg und die Übungen.

Wir werden zusammen Fit im Quartier.

**Sonntag, 04.11.2023**

**11.00 – 12.00 Uhr**

**Skateanlage im Feuerwehrpark**

**An der Wurm 52**

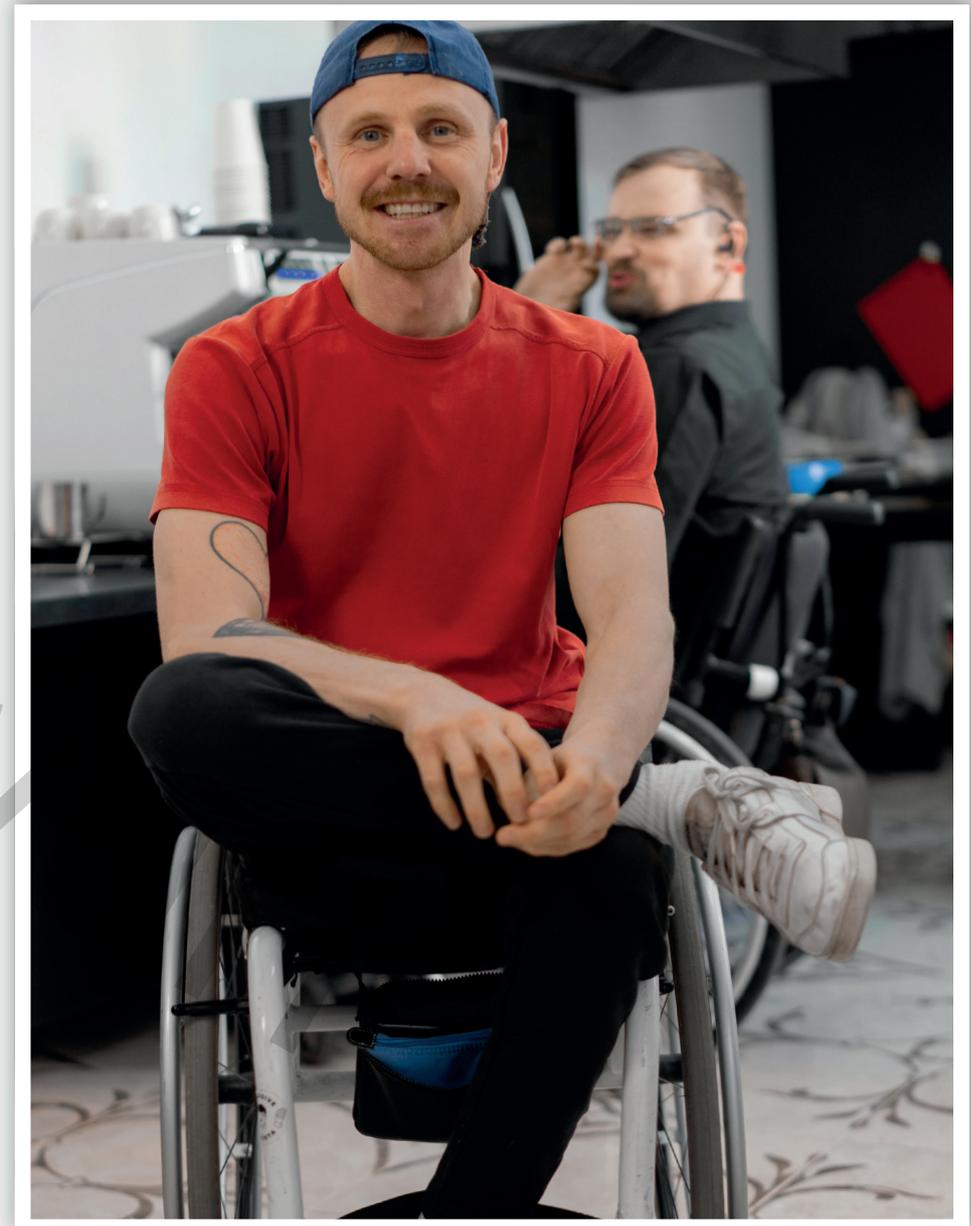
**52080 Aachen**

**Anmeldung:**

**Birgitt Lahaye-Reiß**

**info@los-aachen.de**

**LoS Aachen e.V.**



Fit im Quartier

© Pexels

# Informieren

Ab hier in Schwerer Sprache!



"Sprung nach Vorne - Wegweiser für inklusiven Vereinssport"  
© SSB Aachen e.V.

Den Wegweiser "Sprung nach Vorne - Wegweiser für inklusiven Vereinssport" findet ihr unter [www.sportinaachen.de](http://www.sportinaachen.de) oder meldet euch bei uns in der Geschäftsstelle.

## Studienergebnisse – Inklusion und Sport

Sina Eghbalpour promovierte zum Thema Sport und Inklusion an der Deutschen Sporthochschule in Köln. Im Rahmen dieser digitalen Veranstaltung präsentiert sie die wichtigsten Erkenntnisse zur Frage „Wie können Teilhabemöglichkeiten für Menschen mit Beeinträchtigung im Vereinssport verbessert werden?“. Hierzu stellt sie Ansätze und Ergebnisse ihrer partizipativen Bedarfsanalyse sowie sportpolitische Handlungsempfehlungen für den organisierten Sport am Beispiel der Stadt Aachen vor. Neben Vorständen, Übungsleitungen und Mitgliedern von Sportvereinen sowie Personen aus der Politik wurden ebenso Menschen mit Beeinträchtigung in ihrer wissenschaftlichen Erhebung befragt. Sie nutzte hierfür einen Fragebogen in Leichter Sprache. Das Format findet digital statt und ist für alle Interessierten offen.

Dienstag, 17.10.2023  
18.30 – 20.00 Uhr

digitale Veranstaltung

Anmeldung:  
Sina Eghbalpour  
02 41 47 57 95 29  
[rueckmeldung@sportinaachen.de](mailto:rueckmeldung@sportinaachen.de)

Stadtsporthochschule Aachen e.V.

## Vereinstalk – Inklusion im Sportverein

Es ist leicht, Inklusion im eigenen Sportverein anzustoßen. Macht einen ersten Schritt und traut euch inklusive Angebote zu starten. Wir möchten euch zeigen, welche Möglichkeiten es gibt und wie inklusiver Sport für alle Spaß macht. Hierzu laden wir Vereinsvertreter\*innen, Übungsleitungen und Interessierte zum Vereinstalk ein. Gemeinsam mit dem BRSNW geben wir Einblicke und Beispiele für gelingende Inklusion. Daneben gibt es Zeit zum Austauschen und Ausprobieren. Vernetzt euch mit Vereinen, die bereits inklusive Angebote oder Angebote für Menschen mit Beeinträchtigung anbieten. Oder nutzt die zur Verfügung stehenden Materialien für eure eigenen Erfahrungen.

**Donnerstag, 26.10.2023**

**18.00 – 20.00 Uhr**

**Nadelfabrik  
Reichsweg 30  
52068 Aachen**

**Anmeldung:  
Lea Stahl  
02 41 47 57 95 29  
rueckmeldung@sportinaachen.de**

**Stadtsportbund Aachen e.V.  
BRSNW e.V.**

## Angebot in Schulen

Der Stadtsportbund Aachen betreut Sportangebote im Offenen Ganztage von Aachener Grundschulen. Während der Inklusiven Sportwochen werden einige Sportangebote genutzt, um mit den Schüler\*innen inklusiven Sport zu testen. Zum Beispiel Goalball. Hierbei nutzen die Kinder Augenbinden, damit sie nichts sehen können und versuchen sitzend einen Ball ins gegnerische Tor zu rollen. Im Inneren des Balls sind Glöckchen, damit dieser gehört werden kann. So bekommen schon die Jüngsten ein Gefühl für inklusiven Sport. Wir wünschen allen viel Spaß beim Ausprobieren.

## Angebot im Kindergarten

Im Rahmen der inklusiven Sportwochen bietet der Stadtsportbund Aachen in einem inklusiven Kindergarten das Minisportabzeichen an. Dabei absolvieren die Kinder gemeinsam mit Allen unterschiedliche Bewegungsaufgaben. Neben dem Laufen und Werfen steht ebenfalls das Balancieren an. Nach dem gemeinsamen Sporttreiben erhalten die Kinder dank freundlicher Unterstützung der STAWAG, dem Partner des Sports, ihre wohlverdienten Urkunden und Medaillen.

# Weiterbilden



Schwimmen  
© LSB NRW | Andrea Bowinkelmann

## Inklusives Schwimmen

Schwimmtrainer\*innen und Interessierte aufgepasst. Wir geben euch Einblicke ins inklusive Schwimmen. Neben theoretischem Input kommt die Praxis nicht zu kurz. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf den Besonderheiten vom inklusiven Schwimmen für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung. Wir zeigen, wie inklusives Anfängerschwimmen gelingt. Ebenfalls gehen wir auf ein inklusives Schwimmtraining mit entsprechenden methodisch/didaktischen Prinzipien ein. Die Fortbildung richtet sich insbesondere an Personen die bereits als Schwimmtrainer\*in im Sportverein aktiv sind. Aber auch Interessierte, Übungsleitungen, Lehrkräfte und Sportler\*innen sind willkommen.

**Sonntag, 22.10.2023**  
**10.00 – 16.30 Uhr (8 LE)**

**Seminarraum Nadelfabrik**  
**Reichsweg 30, 52068 Aachen**

**Elisabethhalle**  
**Elisabethstraße 10, 52062 Aachen**

**Anmeldung:**  
**Lea Stahl | 02 41 47 57 95 29**  
**[rueckmeldung@sportinaachen.de](mailto:rueckmeldung@sportinaachen.de)**

**Stadtsporbund Aachen e.V.**  
**BRSNW e.V.**

## Walking Football und Boccia

Wir laden alle Interessierten ein, Walking Football und Boccia zu testen. Egal ob Vereinsvorstand, Übungsleitung oder Interessierte. Wir möchten gemeinsam aktiv werden. Vormittags geht es rund um Walking Football, diese gehende Variante des beliebten Volkssportes ist für unterschiedliche Zielgruppen in der Vereinspraxis interessant. Auch Boccia, welches den Themenschwerpunkt des Nachmittags bildet, kann mit allen gespielt werden. Neben der theoretischen Einführung bleibt Raum zum Ausprobieren und dem Sammeln eigener Erfahrungen. Im Rahmen der inklusiven Sportwoche ist die Fortbildung kostenfrei.

**Samstag, 28.10.2023**

**10.00 - 13.00 Uhr Walking Football**

**13.30 - 16.30 Uhr Boccia (je 4 LE)**

**Turnhalle Bergische Gasse  
Bergische Gasse 18  
52066 Aachen**

**Anmeldung:**

**Lea Stahl**

**02 41 47 57 95 29**

**rueckmeldung@sportinaachen.de**

**Stadt sportbund Aachen e.V.  
BRSNW e.V.**

## Weitere Fortbildungen

Das gesamte Aus- und Fortbildungsangebot findet ihr auf unserer Homepage unter [www.sportinaachen.de](http://www.sportinaachen.de)

Fortbildungen aus dem Bereich Inklusion sind zum Beispiel:

- **Inklusion im und durch Sport – leichter als du denkst**
- **Kollegiale Fallberatung im Sport**
- **Impulse für den Umgang mit herausforderndem Verhalten im Sport**
- **Inklusives Tanzen**

## Weitere Information

Möglichkeiten und Hilfestellungen zur Umsetzung von Inklusion im Vereinssport findet ihr in unserem Wegweiser „Sprung nach Vorne – Wegweiser für inklusiven Vereinssport“. Diesen findet ihr digital unter [www.sportinaachen.de](http://www.sportinaachen.de).

Impulse für die inklusive Umsetzung weiterer Sportarten findet ihr im Handbuch des Deutschen Behinderten Sportverbandes “Teilhabe VEREINFacht So gelingt Sport für Alle!“. Dieses findet ihr digital unter [www.dbs-media.de](http://www.dbs-media.de).

## **Wo muss ich mich melden?**

Telefonnummer: 02 41 47 57 950

Mail: [info@sportinaachen.de](mailto:info@sportinaachen.de)

## **Impressum**

Herausgeber, Inhalt und Layout

Stadtsportbund Aachen e.V.

Reichsweg 30

52068 Aachen

## **Redaktion**

Lea Stahl

Stadtsportbund Aachen e.V.

## **Druck**

FLYERALARM GmbH

Alfred-Nobel-Str. 18

97080 Würzburg

## **Piktogramme**

(c) DBS