

Athletik Club 1990 Taucha e.V.

#mehralsnurSport

Der Athletik Club 1990 Taucha e.V. (kurz AC Taucha) mit seinen 14 Abteilungen und über 500 MitgliederInnen hat seinen Sitz in Nordsachsen nahe Leipzig. Zu seinen Sportarten gehören Ringen, Judo, Qwan Ki Do, Ju- Jutsu, Volleyball und Fußball, Kindersport allgemein und Kindersport Leichtathletik sowie Frauengymnastik, Gesundheits- und Seniorensport und ist damit der größte Breitensportverein in der Stadt Taucha und Umland.

Aktuell bestritten die Abteilungen Judo und Ju-Jutsu mitteldeutsche Meisterschaften und qualifizierten sich für die Deutschen Meisterschaften.



Deutsche Meisterschaften U18 in
Leipzig



24.2.2024: 9 Tauchaer Ju-Jutsukas traten zur Ostdeutschen Meisterschaft im Ju-Jutsu in Schönebeck an. 6 Tauchaer brachten eine Medaille mit nach Hause.

Neben *klassischem Wettkampfbetrieb* und den dazugehörigen Zusammenkünften innerhalb der einzelnen Sportarten bietet der AC Taucha immer wieder Aktionen an, die sportarten- sowie generationenübergreifend sind und alle gemeinsam mit ihren Familien zusammenkommen lässt.

So trafen sich aktuell VertreterInnen aus den Abteilungen Gesundheitssport und Frauengymnastik zum gemeinsamen Wandertag:

Und es ist Frühling – Unsere Senioren waren unterwegs

Das erste Mal machten sich am 20.03.2024 die befreundeten Sportgruppen der Abteilungen Gesundheitssport und Frauengymnastik des AC Taucha auf den Weg mit dem Ziel, unsere wöchentlich trainierte Fitness zu beweisen.

Es hieß, den Frühling in der schönen Umgebung von Taucha zu erkunden.

Startpunkt war der Marktplatz von Taucha. Trotz regen Markttrébens haben sich die 26 Seniorinnen und Senioren gefunden und schon starteten wir mit "Aufi geht's" die Kirchstraße runter an der Parthe entlang, vorbei am Gut Graßdorf und einmal um den Staditzteich. Unterwegs wurden das sprießende Grün und schon blühende Waldblümchen bewundert. Natürlich gab es auch untereinander viel zu erzählen.

Am Teich wurde dann endlich eine Rast gehalten. Damit auch der geplante Rundweg von allen Teilnehmern geschafft wird, hat sich jeder mit einem Fitnessriegel gestärkt. Dann starteten wir schon den Rückweg mit dem Ziel Mittagessen, denn es waren Plätze im Restaurant *Dynastie* reserviert.

Nach zwei Stunden Fußmarsch von ca. 6 km sind alle wohlbehalten wieder am Markt angekommen. Hier sind dann auch unsere Mitglieder hinzugestoßen, die nicht mehr so gut zu Fuß sind.

Wir hatten einen Durst, haben lecker gegessen, gelacht und das Wichtigste viel Spaß an diesem Tag zusammen gehabt. So waren sich alle einig, gern wieder einen 2. Wandertag; vielleicht im Herbst?



Die Infrastruktur des Vereins erlaubt das Konzept der „*lebensbegleitenden Sportangebote*“: schon von ganz klein an über die Jugendjahre bis zum hohen Alter lädt der Verein zum fit werden und fit bleiben ein. Dabei werden z.B. auch die Eltern der Kinder, die am allgemeinen Kindersport teilnehmen, ins Auge gefasst und spezielle Trainings parallel zu den Kindersportkursen angeboten.

Das jüngste Mitglied ist 2 Jahre und das älteste aktive Mitglied 86 Jahre.



Allgemeiner Kindersport



Begleitender Fitnesskurs für Eltern

Der Verein setzt sich zum Ziel, das *Sportengagement im Alltag* zu fördern, da auf diese Weise ein Verständnis für eine gesunde Lebensweise entwickelt wird. Bewegungsarmut im Zuge des digitalen Wandels sowohl in der Kindheit als auch im Berufsleben sind in diesem Zusammenhang ursächlich anzuführen.

Lebensbegleitende Sportaktivitäten als Verein zu schaffen, ist eine komplexe Herausforderung, die neben regelmäßigen Angeboten, auch gezielte Projekt- oder Aktionstage beinhalten sollten, um auch die Familien anzusprechen, die bisher noch keine sportlichen Aktivitäten in ihrem Leben integrieren konnten.



Zu den Schwerpunkten der übergreifenden Angebote gehört die *Olympiade 2022* über Bundesmittel in Zusammenarbeit mit dem Landkreis Nordsachsen sowie die diesjährige Olympiade anlässlich der internationalen Museumstag am 19.05.2024.

Die Kooperation mit der Stadt Taucha und dem Städtischen Museum beinhaltete die gemeinsame Aufgabe, Stationen mit kognitiv aktivierendem Charakter und Stationen mit sportlichem Charakter zu verbinden. Mit einer Stempelkarte konnten die Kinder und Jugendlichen- mit und ohne Beeinträchtigungen- Stempel sammeln und an einer Tombola einlösen.

Viele Familien haben das Angebot gern angenommen und das Museum besucht- es gab viel positives Feedback für das Engagement.

In den Sommerferien finden zum 3. Mal in Folge die „Aktiven Sommerferienspiele“ statt. Hier wird jedes Jahr versucht, Sponsoringgelder einzuwerben, um auch Kindern mit sozialen Benachteiligungen aktive Ferien mit Sport anzubieten und damit einen gesunden Lebensstil anzubahnen.



Zu den Ferienspielen gehört mittlerweile eine etablierte Übernachtung mit Zelt im Parthebad der Stadt Taucha dazu.



Daneben veranstaltet der AC 1990 Taucha e.V. jedes Jahr sein *Sommerfest*, das Jung und Alt aus der Region anzieht und zahlreiche Mitmachaktionen inkludiert, z.B. einen Spendenlauf für das Kinderhospiz Bärenherz in diesem Jahr.



1. ACTIVE KIDS

SPENDENLAUF

1. JUNI 2024

 START 13:00 UHR - ENDE 15:00 UHR

SPORTPLATZ GRASSDORFER STR. 48

IN TAUCHA

- LÄUFER: KINDER BIS 14 JAHRE
- STRECKEN: *100 300M/ RUNDE
- *150 200M/ RUNDE
- GESAMTBETRAG ODER BETRAG PRO RUNDE MÖGLICH
- ZAHLUNG: BAR VOR ORT
- LAUFZEIT: MAXIMAL 15 MINUTEN
- START: ALLE 20 MINUTEN
- AUF JEDEN LÄUFERIN WARTET EIN EIS ZUR ABKÜHLUNG

ANMELDUNG BIS 31. MAI

UNTER WWW.ACTIVEKIDS.TAUCHA.DE

BEREITUNG: JAVIER LÖNNER FÜR BÄRENHERZ TAUCHA. VORGEHT MIT MITGAS.

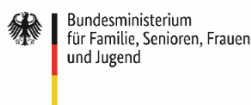
"WIR LAUFEN FÜR DIE, DIE NICHT FÜR SICH SELBST LAUFEN KÖNNEN."

Besonderer Höhepunkt für 2024 ist zweifelsfrei der bevorstehende Aktionstag

"Taucha bewegt sich- gemeinsam fit und vital" am 21.09.2024 gemeinsam mit der Stadt Taucha und einer Förderung des DOSB.



Gefördert vom:





Dieser Aktionstag kann als weiterer Baustein zur Förderung und Entwicklung von Sport und Gemeinschaft in unserer Gesellschaft verstanden werden. Gemeinschaft stärken und sozialen Zusammenhalt im Sportverein erleben - mit diesem Anliegen richten wir uns an die BürgerInnen Tauchas und Umgebung.

Hintergrund ist, dass in den letzten Jahren der aktive Sport für viele Menschen ein immer wichtig werdender sozialer Anker mit vielen sozialen Beziehungen geworden ist. Damit kann der Eintritt in einen Sportverein auch dabei helfen, Belastungen im eigenen Alltag widerstandsfähiger begegnen zu können.

Der Aktionstag **"Taucha bewegt sich- gemeinsam fit und vital"** in Zusammenarbeit mit der Stadt Taucha, dem KSB Nordsachsen sowie den Sportbären, der AOK Plus und vielen weiteren PartnerInnen findet in der hiesigen Mehrzweckhalle sowie dem anliegenden Gelände der Taucha statt und lädt Jung und Alt zu verschiedenen Workshops ein, die sich mit u.a. auch mit mentalen Themen wie Stressabbau und Meditation im Alltag zu integrieren, beschäftigen. Die neu gegründete Abteilung „Provital“ im AC Taucha koordiniert gemeinsam mit der Stadt Taucha das Workshop Programm.

Ein durch den AC Taucha begleitendes Volleyballturnier- hier sind auch Interessierte herzlich eingeladen, lädt zum abwechslungsreichen Programm ein.

Eine Kinderolympiade in Anlehnung an die Anforderungen des Deutschen Sportabzeichens sowie Trainingseinheiten verschiedener Abteilungen des AC Taucha laden unsere Jüngsten ein- vielleicht entdecken Teilnehmende ihre Lust an der einen oder anderen Sportart.

Am Ende des Tages wird ein über alle Altersklassen integrierendes gemeinsames Abschlussfest angeboten. Das Ansprechen und Einladen ganzer Familien über entsprechende Stellen in der Stadt Taucha (von Kita bis Seniorentreffs und Ärztehäuser) zielt bewusst auf noch nicht in Sportvereinen aktive Gruppen ab.

Weiterhin soll die Gewinnung neuer Mitglieder soll im Sinne der bring-a-friend-Methode angebahnt werden.

Kleine Wettbewerbe dürfen nicht fehlen: der Einsatz von Gewinnen im Sinne von Gutscheinen, die im Verein eingelöst werden können, soll zur späteren Mitgliedschaft führen. Dabei spielt die Inklusion eine besondere Rolle: Menschen mit und Beeinträchtigungen, genauso wie Ältere mit besonderen Bedürfnissen sind genauso herzlich eingeladen und werden über eine koordinierende Stelle der Stadt Taucha angesprochen.

TAUCHA BEWEGT SICH- GEMEINSAM FIT UND VITAL

21. SEPTEMBER 10:30 - 19 UHR
Mehrzweckhalle Taucha

"Markt der Möglichkeiten"
mit vielen Ständen und Angeboten
sowie Impulsvorträge, Workshops und
Bewegungsangebote für jung oder im "Herbst
des Lebens"

ANMELDUNG UND
INFORMATIONEN ONLINE

Provital KSB Nordsachsen Sportbären Taucha



Zu den verschiedenen **KooperationspartnerInnen** des AC 1990 Taucha e.V. (siehe unten) gehören u.a. die Sportbären für den Bereich Kindersport www.sportbaeren.de und Nadine Schaake. www.zumba.com/de-DE/p/nadine-schaake/1908024.



Im Bereich Kindersport kooperiert der AC 1990 Taucha e.V. mit den **Sportbären** als Experten im Kleinkind- und Kindersport und bietet zahlreiche Kurse an. Das Team der Sportbären engagiert sich in Schulen und Kitas, bietet Vereinen Unterstützung an und ist Ansprechpartner im Leipziger Raum und Umgebung.

Jedes Kind möchte sich gern bewegen. In der heutigen urbanisierten und digitalisierten Welt nehmen die Bewegungsmöglichkeiten unserer Kinder immer mehr ab. Die Sportbären haben es sich zum Ziel gesetzt, Kinder und Jugendliche für gesunde Bewegung und Körpergefühl zu begeistern.

Dabei stehen verschiedene Bewegungslandschaften und sportliche Spiele im Vordergrund, in denen die Kleinsten wichtige und grundlegende sportliche Fertigkeiten und Fähigkeiten lernen können. Dazu gehören die Bereiche Laufen, Springen, Werfen, Koordination des eigenen Körpers, Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten, Achtsamkeit und Entspannung sowie Anerkennen von Regeln und Normen im sportlichen Rahmen. Neue Herausforderungen können von den Kindern zusammen mit den Eltern oder allein ausprobiert und gemeistert werden.

Weitere KooperationspartnerInnen:

- Stadt Taucha
- Zeit-Tausch-Börse Taucha - <https://ztb.st-moritz-taucha.de/>
- Parthebad Taucha - <https://parthebad.de/>
- Museum Taucha – <https://www.museum-taucha.de/>
- Schlossverein Taucha
- Heimatverein Taucha
- KSB Nordsachsen - <https://www.ksb-nordsachsen.de/>
- LSB - <https://www.sport-fuer-sachsen.de/>
- TAUCHAER HUNDESPORTVEREIN E.V. - <https://www.thsv.de/>
- TSV 1950 Seegeritz e.V. – Spielvereinigung im Fußball Ü 35 & 40

Besonderen Dank gilt:

- Envia M
- Kaufland Taucha
- VNG Gas

Vereinsanschrift

AC 1990 Taucha e.V.; Jubischstraße 8; 04425 Taucha; www.ac1990taucha.de ;