



Behinderten Sportverband
Niedersachsen

10 Punkte für den Behindertensport

Das Angebot in Ihrer Nähe

- Schon jetzt gehören mehr als 60.000 behinderte, von Behinderung bedrohte und nichtbehinderte Sporttreibende den BSN-Vereinen an. Und durch das vielfältige Engagement der Vereine werden es immer mehr.
- Behindertensport beinhaltet eine besondere Qualifikation der Übungsleitenden durch ein speziell ausgerichtetes, aktuelles Aus- und Fortbildungsangebot.
- Behindertensport findet immer unter ärztlicher Betreuung/Überwachung statt.
- Behindertensport / Rehabilitationssport kann ärztlich verordnet werden und wird von entsprechend anerkannten Sportvereinen angeboten.
- Behindertensport können alle betreiben. Unsere Vereine halten ein breitgefächertes Spiel-, Sport- und Bewegungsangebot bereit.
- Behindertensport steigert durch die Leistung auch das Vertrauen in die persönlichen Fähigkeiten und trägt damit zur Verbesserung der Lebensqualität bei.
- Behinderte und nichtbehinderte Menschen können Behindertensport oftmals gemeinsam betreiben, wodurch die Inklusion und das Verständnis füreinander gefördert werden.
- Der Behinderten-Sportverband Niedersachsen versteht sich als Ansprechpartner für alle Fragen des Behindertensports. Im Interesse der behinderten Menschen kooperiert er dabei mit anderen Verbänden, Selbsthilfegruppen und Institutionen.
- Unsere Aktivitäten fördern die Weiterentwicklung des Behindertensports. Für viele neue Zielgruppen werden entsprechende Sportangebote modellartig erprobt und umgesetzt. Im immer breiter werdenden Spektrum des Sports ist damit ein fachlich qualifiziertes Angebot für behinderte und von Behinderung bedrohte Menschen durch uns gesichert.
- Behindertensport gibt es überall – auch in Ihrer Nähe.

10 Punkte für den Behindertensport

Das Angebot in Ihrer Nähe

Sport für Wirbelsäulen- geschädigte



Förderer



Behindertensport im Verein

Das Angebot der Vereine des Behinderten Sportverbandes Niedersachsen zeichnet sich durch eine besondere Vielfalt aus.



Gesundheitsorientierte Gesichtspunkte erhalten beim regelmäßigen Sporttreiben einen immer höheren Stellenwert. Deshalb bieten die BSN-Vereine, neben dem Breiten- und Leistungssport, insbesondere Rehabilitationssport an.

Der Verein hält für Sie ein individuelles Sportangebot unter Berücksichtigung neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse bereit. Beim Sporttreiben in der Gruppe können Sie neue soziale Kontakte knüpfen und unbeschwert den Spaß an der Bewegung erleben.

Der Verein bietet Ihnen ein kostengünstiges Sportangebot und vielfältige weitere Freizeitaktivitäten.

Wir freuen uns, wenn wir Ihr Interesse wecken können, aktiv am Behindertensport teilzunehmen.

Wir bieten an:

- Bewegungsspiele
- Bogenschießen
- Bosseln
- Faustball
- Flugball
- Fußballtennis
- Gymnastik
- Hockey
- Judo
- Kegeln
- Leichtathletik
- Prellball
- Radfahren
- Reiten
- Rollstuhlbasketball
- Schwimmen
- Skisport
- Sitzball
- Sitzvolleyball
- Tanzen
- Tennis
- Tischtennis
- Torball
- Volleyball
- Wandern
- Wassergymnastik
- Zeitlupenball

Rehabilitationssport für Wirbelsäulengeschädigte

Ziele

Die Ziele des Sports für Wirbelsäulengeschädigte sind vielseitig. Im Vordergrund jeder Übungsstunde steht der Spaß an gemeinsamen sportlichen Aktivitäten, wobei medizinische und sportwissenschaftliche Erkenntnisse über Wirbelsäulenschäden stets Berücksichtigung finden. Weiterhin können in diesen Gruppen Gespräche über Alltagsprobleme sozialen Rückhalt bieten.

Insbesondere kann der Sport für Wirbelsäulengeschädigte folgende spezifische Zielvorstellungen verwirklichen:

- Entwicklung von rückschonenden Verhaltensweisen
- Aufhebung von Muskelschwächen und -verkürzungen
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung
- Schulung von Alltagsbewegungen
- Entlastung der Wirbelsäule

Ein weiteres wichtiges Ziel des Sports mit Wirbelsäulengeschädigten ist die Motivation zu lebenslangem Sporttreiben.

Besondere Sportangebote für:

- Asthmatiker / Allergiker
- AVK-Betroffene
- Blinde und Sehgeschädigte
- Cerebralparetiker
- Diabetes-Betroffene
- Geistigbehinderte
- Herz-Kreislauf-Erkrankte
- Kinder mit ADS / ADHS
- Krebsbetroffene
- Körperbehinderte
- Morbus Bechterew-Betroffene
- Multiple Sklerose-Betroffene
- Osteoporose-Betroffene
- Integrative Gruppen
- Parkinson-Betroffene
- Rollstuhlfahrer
- Taubblinde
- Wirbelsäulengeschädigte

Inhalte

Sport für Wirbelsäulengeschädigte bietet den Teilnehmenden ein Angebot, das den persönlichen Voraussetzungen angepasst ist.

Dieses Angebot richtet sich insbesondere an Personen mit:

- Skoliosen
- Scheuermann-Syndrom
- degenerativen Erkrankungen
- Morbus Bechterew
- Bandscheibenschäden
- Wirbelgleiten
- Arthrose

Aus dem vielfältigen Angebot des Sports für Wirbelsäulengeschädigte sind folgende Sportangebote zu empfehlen:

- Funktionelle Gymnastik
- Bewegungsspiele
- Haltungsschule
- Rückenschule
- Entspannungsübungen
- Schwimmen
- Wassergymnastik

Darüber hinaus orientieren sich weitere Sport- und Freizeitangebote an den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmer/-innen und an dem persönlichen Engagement der Übungsleitende.

Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.

Geschäftsstelle
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10
30169 Hannover

Tel (0511) 12 68 51 00
Fax (0511) 12 68 45 100

info@bsn-ev.de
www.bsn-ev.de