

# SportZeit

## Newsletter 4/2024

BSV AOK Leipzig e.V.  
Zentrum für Reha- und Gesundheitssport - mitten im Clara-Zetkin-Park



## Rückblick auf die Delegiertenkonferenz 2024

Fester Punkt im Herbst jedes Jahres ist die Delegiertenkonferenz des BSV. Am 01.10.2024 waren 41 Delegierte in den Tagungsraum der AOK PLUS am Waldplatz gekommen, um die verschiedenen Berichte anzuhören, Fragen zu stellen und unter anderem über den Haushalt für das nächste Jahr abzustimmen. Unser Vizepräsident Uwe Jahn leitete die Versammlung routiniert. Knut Trauboth verlas in Vertretung des Präsidenten den Bericht des Präsidiums und bilanzierte, dass das Jahr

2023 trotz erfüllter Posten im Einnahmenbereich aufgrund gestiegener Kosten in vielen Bereichen der Ausgaben wieder mit einem Defizit abschloss. Für das Jahr 2024 zeichnet sich ein ausgeglichener Haushalt ab. Die Delegierten gaben wertvolle Anregungen und lobten das Engagement des hauptamtlichen Teams unseres Vereins. Das Präsidium wurde für das Jahr 2023 entlastet und der Haushaltsplan 2025 beschlossen. Herzlichen Dank an alle, die gekommen sind.

## \* Schöne Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr \*

Liebe Vereinsmitglieder, im Namen aller ehren- und hauptamtlichen Vereinskkräfte wünsche ich euch ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Start ins neue Jahr. Ich wünsche euch Gesundheit, Frieden und Glücksmomente. Wenn ich mir was wünschen darf, dann das: Es wäre schön, wenn alle Menschen einander wieder mehr zuhören, versuchen den anderen zu verstehen, statt schnell zu urteilen. Seid nett zueinander. Gemeinsam können wir viel schaffen. In diesem Sinne frohes Fest.

Herzlichst, Knut Trauboth  
Geschäftsführer des BSV AOK Leipzig e.V.

*P.S.: Am 19.12.2024 laden wir alle Mitglieder ab 17.30 Uhr zu Glühwein, Geschnatter und Gesang auf unser Volleyballfeld ein. Wir möchten gern mit euch das Jahr ausklingen lassen. Es gibt Glühwein und Plätzchen. Spenden an den Verein werden gern entgegengenommen. Bitte bringt euch eine Tasse mit. Wir freuen uns auf euch!*



**21. Leipziger AOK PLUS Frühjahrslauf**  
am 22. März 2025 - 13.00 Uhr,  
über 2 km, 5 km und 10 km  
durch Clara-Zetkin-Park und Nonne.  
Infos unter [www.bsv-aok.de](http://www.bsv-aok.de).

## Anmeldung zum Frühjahrslauf

Nach dem erfolgreichen 20. Jubiläum in diesem Jahr stecken wir bereits tief in den Vorbereitungen für die 21. Auflage des Leipziger AOK PLUS Frühjahrslauf, die am 22. März 2025 bei uns im Clara-Zetkin-Park stattfinden wird. Ihr könnt euch ab sofort online für die verschiedenen Strecken zwischen 400 Metern und 10 Kilometern des Stadtranglistenlaufs unter [baerservice.de/veranstaltung/LFL](http://baerservice.de/veranstaltung/LFL) anmelden. Wir freuen uns auf euch!

## Öffnungszeiten zum Jahreswechsel

Vertreibt den Weihnachtsbraten und schafft Platz für das Silvesterbuffet! Der BSV unterstützt euch dabei durch unser geöffnetes Fitnessstudio zu folgenden Zeiten:

- Freitag, 27. Dezember: 9 - 21 Uhr
- Samstag, 28. Dezember: 9 - 15 Uhr
- Montag, 30. Dezember: 9 - 21 Uhr

Außerdem kann am 27.12.2024 von 14 bis 19 Uhr Volleyball gespielt werden. Der Sportbetrieb in den Sportgruppen startet ab 2.1.2025. Geschwommen werden kann wieder ab 6.1.2025.

## BSV-Jahresplan 2025

- **23.12.24 - 01.01.2025**  
Weihnachtspause in den Sport- und Schwimmgruppen
- **15.03.2025**  
Frühjahrsputz
- **22.03.2025**  
21. Leipziger AOK PLUS Frühjahrslauf
- **11.05.2025**  
14. Leipziger Volksbank Frauenlauf
- **23. - 25.05.2025**  
Laufwochenende Rabenberg
- **28.05. - 01.06.2025**  
Internationales Deutsches Turnfest in Leipzig
- **27.06.2025**  
Sommervolleyballturnier
- **30.06. - 08.08.2025**  
Sommersportplan
- **29.09.2025**  
Herbstputz
- **21.10.2025**  
Delegiertenkonferenz





## Nepal Spendenaktion

Seit dem verheerenden Erdbeben im Jahr 2015 unterstützt unser Verein zwei Patenkinder in Nepal. Aktuell gehen die Mädchen in die 10. und 12. Klasse und nutzen die von uns gebotene Chance für eine gute Schulbildung. Lhakpa und Samden haben beide sehr gute Schulnoten und sind stolz darauf. Lhakpa träumt davon, später Krankenschwester zu werden. Auf dem Foto ist das Patenkind Samden im aktuellen Schuljahr zu sehen. Wir freuen uns über die gute Entwicklung der beiden! Wir bitten alle Vereinsmitglieder um eine kleine Spende, damit unsere Patenkinder auch im kommenden Jahr die Schule besuchen können und bedanken uns ganz herzlich für jede Hilfe! Zwei Spendentöpfe stehen dafür im Fitnessstudio und im unteren Büro bereit.

## BSV online in neuem Gewand

Vielleicht ist es euch beim regelmäßigen Check nach Neuigkeiten aus dem BSV schon aufgefallen: Unsere Webseite präsentiert sich seit Ende November in neuem Gewand. Und so ist die Online-Präsenz des BSV AOK Leipzig zwischenzeitlich auf drei verschiedene Webseiten angewachsen:

*Auf [bsv-aok.de](http://bsv-aok.de) erfahrt ihr alle wichtigen News rund um den Verein, könnt euch dort außerdem auch für unseren Online-Newsletter eintragen und NEU: ihr könnt ab sofort auch eure Sportkurse direkt unter dem Reiter Sportangebot online buchen und bezahlen.*

*Auf [bsv-aok-fitness.de](http://bsv-aok-fitness.de) erfahrt ihr die wichtigsten Informationen, Öffnungszeiten und Preise zu unserem Fitnessstudio.*

*Und auf [leipzig-minigolf.de](http://leipzig-minigolf.de) bekommt ihr einen Überblick über alle Leistungen unserer wunderschönen Minigolf-Anlage.*

Wir hoffen, euch gefallen unsere neuen Internetseiten und freuen uns, wenn ihr dem BSV auch mal bei Google eine positive Bewertung dalasst. Das hilft unserem Verein ganz enorm, in der Region bekannter zu werden und unsere Sportangebote damit noch besser „unters Volk zu bringen“.

## Neu im Team: Annika Burmeister

Ich bin Annika, ich unterstütze das Team des BSV AOK nun schon seit April in Teilzeit. Anderweitig arbeite ich als Sportpsychologin und schreibe meine Masterarbeit zum Thema Stress und Coping im Sport. Doch nicht nur in meinem beruflichen Umfeld beschäftige ich mich gerne mit Sport, sondern auch in meiner Freizeit. Ich spiele seit meiner Kindheit Fußball, gehe gerne laufen oder ab und zu zum Padel Tennis. Ich



freue mich, meine Motivation zum Sport an euch weiterzugeben und zusammen mit euch aktiv zu werden!

## Wir starten aktiv ins neue Jahr mit unseren neuen Kursen:

- **Faszientraining\*:**  
ab 13.01.2025 - Montag 18 Uhr
- **Pilates für Anfänger\*:**  
ab 13.01.2025 - Montag 19 Uhr
- **Rückenschule (Sekundärprävention)\*:**  
ab 14.01.2025 - Dienstag 18.30 Uhr
- **Yogiletics:**  
ab 16.01.2025 - Donnerstag 18 Uhr
- **Athletic Power Workout\*:**  
ab 16.01.2025 - Donnerstag 20.30 Uhr
- **Mami-Pilates\*:**  
ab 17.01.2025 - Freitag 9.30 Uhr
- **Pilates für Fortgeschrittene\*:**  
ab 17.01.2025 - Freitag 18 Uhr
- **Schwimmen lernen für Kinder:**  
ab 28.01.2025 - Dienstag 16 Uhr
- **Laufseminar\*:**  
ab 27.02.2025 - Donnerstag 18.30 Uhr
- **Nordic Walking\*:**  
ab 27.02.2025 - Donnerstag 18.30 Uhr
- **Zumba:**  
fortlaufend - Mittwoch 19 Uhr +  
Donnerstag 19.30 Uhr

\*eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist möglich.

Die Kursanmeldung ist online auf [bsv-aok.de/sportangebot](http://bsv-aok.de/sportangebot), im BSV während der Sprechzeiten oder im Fitnessstudio möglich. Die Zahlung der Kursgebühren erfolgt ebenfalls direkt bei Online-Anmeldung, per Überweisung oder Barzahlung im Verein.

