SportZeit

Newsletter 3/2025

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

Rückblick Sommer-Volleyballturnier 2025

Wir blicken zurück auf ein spannendes Turnier, das am 27. Juni 2025 stattfand. Mit viel Energie und guter Laune wurde schlussendlich bis 23.00 Uhr um jeden Punkt gekämpft! Rekord! Trotz des wechselhaften Wetters mit Sonne und Regen ließen sich die neun teilnehmenden Teams nicht aus der Ruhe bringen. Mit großem Einsatz und sportlichem Ehrgeiz sorgten sie für packende Spiele und eine mitreißende Stimmung auf dem Platz. Am Ende setzte sich Team Turbo Tabasco (Sportlehrer-Team des BSV) durch und sicherte sich den Turniersieg – herzlichen Glückwunsch! Ein riesiges Dankeschön geht an alle Teams für euren Einsatz und eure Fairness, sowie an die Sponsoren des Turniers: Klaus Thiemicke, Subway (Jens Reinhardt) und Rewe Leipzig Leutzsch. Ihr habt das Event zu einem echten Highlight gemacht. Wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Turnier und hoffen, euch alle dort wieder begrüßen zu dürfen.

Neu bei uns im Kursangebot:

Sitz-Yoga – Yoga für jede Lebensphase

„Yoga, das ist doch nichts (mehr) für mich. Da muss man doch gelenkig und noch jung sein…“ – Stimmt nicht! Sitz-Yoga ist eine sanfte, aber effektive Yoga-Variante, bei der ein Stuhl als zentrales Hilfsmittel dient. Alle Haltungen sind so angepasst, dass sie bequem im Sitzen oder mit Unterstützung des Stuhls ausgeführt werden können – ganz ohne Bodenübungen. Sanfte Dehn- und Kräftigungsübungen helfen dir gesünder, flexibler und leistungsfähiger zu werden. So ist diese Form des Yogas für Menschen jeden Alters und Fitnesslevels geeignet.

Unsere neuen Kurse im Herbst:

Pilates für Einsteiger*
ab 10.09.2025 – Mittwoch 16.00 Uhr
und
ab 20.10.2025 – Montag 19.00 Uhr

Sitz-Yoga
ab 11.09.2025 – Donnerstag 14.00 Uhr

Faszientraining*
ab 20.10.2025 – Montag 18.00 Uhr

Kettlebell-Fitness
ab 20.10.2025 – Montag 18.00 Uhr

Yogiletics
ab 21.10.2025 – Dienstag 18.00 Uhr
und
ab 23.10.2025 – Donnerstag 18.00 Uhr

Pilates für Fortgeschrittene*
ab 24.10.2025 – Freitag 18.00 Uhr

Mami-Pilates*
ab 07.11.2025 – Freitag 9.30 Uhr

Die Kursanmeldung ist im BSV während der Sprechzeiten, online auf bsv-aok.de/sportangebot oder im Fitnessstudio möglich. Die Zahlung der Kursgebühren erfolgt ebenfalls direkt bei Online-Anmeldung via PayPal, per Überweisung, Gutschein von der Krankenkasse oder Barzahlung im Verein.

**eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist möglich.*

Herausgeber: BSV AOK Leipzig e.V., Redaktion: Knut Trauboth, Kristin Baginski, Claudia Heinze Anton-Bruckner-Allee 1, 04229 Leipzig

Achtung: erneute Terminverschiebung Delegiertenkonferenz!

Wir möchten euch an die diesjährige Delegiertenkonferenz erinnern und euch hiermit auf den neuen Termin am **Dienstag, den 18.11.2025** hinweisen. Ort ist wie in den letzten Jahren auch der Tagungsraum im Hauptgebäude der AOK PLUS in der Wilmar-Schwabe-Straße. Im vergangenen Newsletter wurde versehentlich ein falsches Datum veröffentlicht. Hierfür möchten wir uns entschuldigen! Hier die geplante Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Bestätigung der Tagesordnung
3. Feststellung der Beschlussfähigkeit
4. Bericht des Präsidiums für das Jahr 2024
5. Bericht der Schatzmeisterin für das Jahr 2024
6. Kassenprüfbericht für das Jahr 2024
7. Diskussion zu den Berichten
8. Feststellung der Überschussrechnung 2024 und Entlastung des Präsidiums für 2024 inklusive Beschluss zur Mittelverwendung aus 2024
9. Vorstellung, Diskussion und Beschluss der neuen Beitragsordnung
10. Vorstellung und Verabschiedung Haushaltsplan 2025
11. Sonstiges

Es gilt der Delegiertenschlüssel entsprechend §8, Abs. 3 der Vereinssatzung. Die Delegierten werden zu den Abteilungsversammlungen festgelegt. Diese finden wie folgt statt:

- Abteilung Rehasport: 01.09.25 – 16.00 Uhr Seminarraum
- Abteilung Ballsport: 02.09.25 – 15.30 Uhr im Seminarraum
- Abteilung Laufsport: 03.09.25 – 20.00 Uhr im Seminarraum
- Abteilung Gesundheitssport: 09.09.25 – 16.00 Uhr im Seminarraum
- Abteilung Minigolf: 10.09.25 – 14.00 Uhr im Seminarraum
- Abteilung Fitness: 12.09.25 – 15.00 Uhr im Seminarraum
- Abteilung Cheerdance: 15.09.25 – 19.00 Uhr in der Turnhalle
- Abteilung Schwimmen: 17.09.25 – 12.30 Uhr im Seminarraum

Wir freuen uns über eure rege Teilnahme an den Abteilungsversammlungen und zur Delegiertenkonferenz!

Neu im Team Jakob Grillenberger

Servus ihr lieben Sportsfreunde, viele von euch kennen mich bereits unter verschiedenen Namen wie Jakob, „neuer Max“ oder auch „Grille“ – wie das Insekt. Ich freue mich sehr, als Werkstudent beim BSV AOK mit euch arbeiten zu dürfen! An der Universität Leipzig studiere ich Sportwissenschaften und habe es tatsächlich bis zum Ende des 6. Semesters geschafft. Derzeit stecke ich mitten in meiner Bachelorarbeit, die ich – toi, toi, toi – voraussichtlich im September dieses Jahres abgeben kann. Wenn alles nach Plan läuft, geht‘s für mich hoffentlich im Oktober mit dem Master in Prävention und Rehabilitation weiter. Dabei ist es mein Anliegen, das neu erlernte Wissen rund ums Thema mit euch zu teilen. Ob kleine Tipps, individuelle Ratschläge oder einfach mal ein motivierendes Wort – ich bin da gerne für euch da! Ursprünglich komme ich aus dem – jetzt berühmten – Mittelfranken, in der Nähe des Sees mit dem Killerwels ;). In meiner Freizeit bin ich leidenschaftlicher Fußballer und Skifahrer, wenn ich in der Heimat bin, gehe ich gerne mal Angeln, auf der Jagd nach den anderen Monster-Welsen und um den Kopf freizubekommen. Grundsätzlich bin ich offen für jegliche Art von Sport! Ich freue mich auf viele aktive, motivierende, aber vor allem gemeinsame Stunden mit euch, in denen wir Gas geben! Pfiats eich! Wir sehen uns!

Spendenaktion „Schrank-Euro“ erfolgreich beendet

Wir haben euch um Spenden gebeten und ihr habt gespendet. Und wie! Die endgültige Spendensumme beträgt 2.517,18 Euro. Damit habt ihr mehr als ein Drittel des Kaufpreises finanziert. Herzlichen Dank dafür. Ein besonderes Dankeschön an Antje und Cathleen, die bei der Firma LHG einen unschlagbaren Kaufpreis ausgehandelt haben. Großer Dank auch an unseren Hausmeister Bernd Kirbach, der den Tausch der Spinde vorbereitet und angeleitet hat.

Helfende Hände gesucht für Herbst-Subbotnik

Nach dem großen Erfolg unseres diesjährigen Frühjahrsputzes, möchten wir gern im Herbst ebenfalls nochmal einen solchen unternehmen. Wieder ganz entspannt nach dem Motto: gemeinsam unser geliebtes Vereinshaus auf Vordermann bringen, dabei ins Gespräch kommen und Verein leben! Am Samstag, den 18. Oktober ist es soweit. In der Zeit von 9.00 bis 13.00 Uhr möchten wir die Putzlappen schwingen. Wer dabei sein will, trägt sich ab Ende September in die Listen an der Pinnwand im Eingangsbereich ein. Für euer leibliches Wohl sorgen wir mit Kaffee und kleinen Snacks, freuen uns aber auch natürlich über jeden, der hier etwas beisteuern möchte. Lasst uns unser Vereinshaus gemeinsam zum Strahlen bringen. Wir zählen auf euch und eure Unterstützung!

Herausgeber: BSV AOK Leipzig e.V., Redaktion: Knut Trauboth, Kristin Baginski, Claudia Heinze Anton-Bruckner-Allee 1, 04229 Leipzig