

SportZeit

Newsletter 1/2026

BSV AOK Leipzig e.V.

Zentrum für Reha- und Gesundheitssport - mitten im Clara-Zetkin-Park



Schnapszahlen und kleine Jubiläen



Zum 22. Mal begrüßt der BSV am 21.03.2026 Läuferinnen und Läufer zum Leipziger AOK PLUS Frühjahrslauf. Die Strecken 400 Meter bis 10 Kilometer können zum sportlichen Kräftemessen unter die Füße genommen werden. Gerade mal sieben Wochen später unterstützt unser Verein nach Leibeskraften den 15. Leipziger Volksbank Frauenlauf am 10.05.2026. Ob laufend oder (nordic) walkend – an diesem Tag gehört der Park den Frauen und Mädchen.

„Laufend Gutes tun“ – unter diesem Motto soll wieder Geld für die Präventions- und Betreuungsarbeit für Betroffene häuslicher Gewalt gesammelt werden.



Die Anmeldung für beide Läufe ist über www.baer-service.de möglich. Wir freuen uns über eure Teilnahme sowie über helfende Hände bei beiden Läufen.

Nepal Spendenaktion: Wir haben unser Ziel erreicht!

Wie jedes Jahr haben wir auch Ende 2025 um Spenden für die schulische Ausbildung der zwei nepalesischen Mädchen gebeten, deren Patenschaft unser Verein übernommen hat. Ihr habt insgesamt 1.031,98 Euro gespendet. Wir sind positiv über das Ziel (1.000 Euro) hinausgeschossen. Herzlichen Dank für eure Spendenbereitschaft.

Dank vom Weihnachtsmann

Im Dezember hattet ihr die Möglichkeit, Wunschzettel an den Weihnachtsmann zu schreiben und in unseren „Briefkasten“ am Weihnachtsbaum zu werfen. Wir möchten uns bei allen kleinen und großen Sportler*innen bedanken, die die Gelegenheit für konstruktive Hinweise und ganz viel Lob an unser Team und den Verein genutzt haben! Wir sind überwältigt von so vielen lieben Worten und nehmen selbstverständlich auch die konstruktiven Hinweise ernst. Ein paar erste Wünsche konnten schon umgesetzt werden. So zum Beispiel die aktuell erweiterten Sauna-Öffnungszeiten bis Ostern, die drei neu angeschafften Fahrradergometer im Fitnessstudio und wir achten auf einen wärmeren Aufenthaltsbereich in der Sauna. Weitere Wünsche von euch, unseren Mitgliedern, werden in Kürze ebenfalls Umsetzung finden. Lasst euch überraschen und bleibt uns (und dem Weihnachtsmann) weiterhin so treu.

Neue Kurse ab April

Faszientraining*

ab 13.04.26 – Montag 18 Uhr

Kettlebell-Fitness

Kurs 1: ab 13.04.26 – Montag 18 Uhr

Kurs 2: ab 13.04.26 – Montag 19 Uhr

Pilates für Einsteiger*

Kurs 1: ab 13.04.26 – Montag 19 Uhr

Kurs 2: ab 15.04.26 – Mittwoch 16 Uhr

Yogiletics

Kurs 1: ab 14.04.26 – Dienstag 19 Uhr

Kurs 2: ab 16.04.26 – Donnerstag 18 Uhr

Mami-Pilates*

ab 17.04.26 – Freitag 9.30 Uhr

Pilates für Fortgeschrittene*

ab 17.04.26 – Freitag 18 Uhr

*eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist möglich.

Die Kursanmeldung ist online auf bsv-aok.de/sportangebot, im BSV während der Sprechzeiten 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.



Einladung zum Frühjahrsputz im BSV

Wir laden euch herzlich zum Frühjahrsputz am 28.03.2026 in unseren Verein ein. Wir wollen gemeinsam für mehr Glanz in unserer Hütte sorgen. Während wir Lappen und Besen schwingen, wird auch wieder Zeit für etwas Plauderei sein, für Gemeinschaft und nach traditioneller Manier auch wieder für Kaffee, Kuchen und ein paar Wiener. Wenn ihr selbst gern noch etwas beisteuern wollt, dann freuen wir uns. In diesem Jahr müssen wir Trainer an diesem Tag bereits unsere Schwimmtauglichkeit unter Beweis stellen, weshalb wir später starten müssen. Es geht 10 Uhr im Vereinsgebäude los, spätestens 14 Uhr wollen wir dann fertig sein. Ab März werdet ihr Listen an der Pinnwand im Eingangsbereich finden, in die ihr euch für eure Wunscharbeiten eintragen und sehen könnt, welche Hilfsmittel wir noch gebrauchen können. Bei Fragen wendet Euch gern an eure Trainerin oder euren Trainer. Wir freuen uns auf tatkräftige Unterstützung.

Neu im Team



Peter Arevalo Wenk

Ein sportliches Hallo an euch alle, dem ein oder anderen bin ich in den letzten Monaten hier im Verein bestimmt schon begegnet – ich bin Peter. Ich bin 20 Jahre alt und seit September letzten Jahres als dualer Sportstudent für Fitnessökonomie hier im Verein tätig. Sport begleitet mich schon lange, und es macht mir Freude, meine Leidenschaft mit euch zu teilen. Auch in meiner Freizeit bin ich sportlich unterwegs: Fußball und Basketball gehören zu meinen Leidenschaften. Wenn ich nicht im Verein aktiv bin, findet man mich oft

auf dem Sportplatz oder beim Basketball mit Freunden. Zwischendurch höre ich Musik oder entdecke neue Modetrends. Ich freue mich auf die gemeinsamen sportlichen Aktivitäten, neue Erfahrungen, gute Gespräche und vor allem auf das gemeinsame Miteinander. Mir ist es wichtig, dass sich jeder bei uns wohlfühlt und Spaß an der Bewegung hat. Ich freue mich darauf, noch viele von euch kennenzulernen und gemeinsam aktiv zu sein! Sportliche Grüße, euer Peter!



Julian Reichstein

Hallo Sportsfreunde, einige von euch kennen mich bereits aus verschiedenen Sportgruppen. Ich bin Julian, 17 Jahre alt und seit September der jüngste Student im BSV im Studiengang Sportökonomie – eine Kombination aus Sport und Wirtschaft, die mich sehr begeistert. Sport begleitet mich schon mein ganzes Leben. Angefangen habe ich mit Hockey, später wurde Fußball meine große Leidenschaft. Besonders prägend waren für mich die vielen Turniere, Erfolge und gemeinsamen Erlebnisse im Team. Diese Erfahrungen –

genauso wie das Engagement durch meinen Trainer – haben in mir den Wunsch geweckt, selbst Verantwortung zu übernehmen und etwas zurückzugeben. Deshalb habe ich im August mit meiner Trainertätigkeit begonnen und erfolgreich die Ausbildung zum DFB-Junior-Coach abgeschlossen. Was mich im Sportverein besonders motiviert, ist die Arbeit mit Menschen, die gemeinsame Bewegung, der Teamgeist und die Möglichkeit, andere für Sport zu begeistern, so wie ich es selbst erlebt habe. Neben dem Fußball bin ich auch im Darts aktiv und liebe es, mich sportlich immer wieder neuen Herausforderungen zu stellen. Ich freue mich auf viele spannende Stunden mit euch im BSV und auf den gemeinsamen Austausch – sportlich wie persönlich. Sport frei, euer Julian

BSV-Terminplanung 2026

Futter für eure Kalender!

Die wichtigsten Termine des Jahres:

- » **21.03.2026:**
22. AOK PLUS Frühjahrslauf
- » **28.03.2026:**
Frühjahrsputz
- » **03.04.2026:**
Saisonauftakt Minigolf
- » **10.05.2026:**
15. Leipziger Volksbank Frauenlauf
- » **15.05.2026:**
Sonder-Sportprogramm
- » **03.07.2026:**
Sommer-Volleyball-Turnier
- » **06.07. – 14.08.2026:**
Sommersportplan
- » **19.09.2026:**
Herbstputz
- » **10.11.2026:**
Delegiertenkonferenz des BSV AOK Leipzig e.V.
- » **17.12.2026:**
Weihnachtstreff / Adventssingen
- » **24.12.2026 – 01.01.2027:**
Schließzeit (außer Fitness)

Start der neuen Minigolfsaison

Am Karfreitag, den 03.04.2026 startet unsere Minigolfanlage in die neue Saison und steht wieder für alle offen, die dem geselligen und kurzweiligen Kräftemessen über 18 Minigolfbahnen frönen möchten. Bis zum 31.10.2026 hat die Anlage dann wieder täglich geöffnet. Alle Öffnungszeiten (Sonderöffnungszeiten in den Ferien beachten!), Preise und sonstige Infos gibt es auf www.leipzig-minigolf.de.

